


The Construction of Body Image Scale in Early Adult Women

Prayogo Agus Kuncoro, Savara Salsabila, Elysa Diana Puspitasari, Annisa Rahmawati, Dewi Agus Cahyani, Fredrikus Bayu Kurniawan, Dani, Aftina Nurul Husna 

Department of Psychology, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

 anhusna@ummgl.ac.id

Abstract

The purpose of this research is to develop the right instrument to measure body image. Body image is a picture held in the mind of an individual about the size, shape, and individual feelings about the characteristics and body parts that make up the individual. In McCabe's theory, there are five dimensions/aspects of body image: Body Image Importance, Body Concealment, Body Improvement, Social Physique Anxiety, Appearance Comparison. The participants involved in the scale trial that the researchers conducted were 60 participants. Data was collected through an online survey. The sampling technique used was non-random sampling with Snowball-Sampling. Psychometric test results show that, the value of Cronbach's Alpha which shows the number 0.909 out of 20 items, which means this measuring instrument has good reliability. Correlation Item-Total Statistics shows the correlation between one item and another item is more than 0.30.

Keywords: Psychological scale development, body image scale, content validity, reliability, early adult women.

Konstruksi Skala Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah mengembangkan instrumen yang tepat untuk mengukur Citra Tubuh. Citra tubuh atau Body image adalah gambaran yang dimiliki di benak individu tentang ukuran, bentuk, dan perasaan individu mengenai karakteristik dan bagian tubuh penyusun individu tersebut. Dalam teori McCabe lima dimensi/ aspek citra tubuh: *Body Image Importance, Body Concealment, Body Improvement, Social Physique Anxiety, Appearance Comparison*. Partisipan yang terlibat dalam uji coba skala yang peneliti lakukan berjumlah 60 partisipan. Pengumpulan data yang dilakukan melalui survei secara online. Teknik sampling yang digunakan adalah sampling non-random dengan Snowball-Sampling. Hasil uji psikometrika menunjukkan bahwa, nilai dari Cronbach's Alpha yang menunjukkan angka 0.909 dari 20 aitem, yang berarti alat ukur ini memiliki reliabilitas yang baik. Correlation Item-Total Statistics menunjukkan korelasi antar satu aitem dengan aitem lainnya bernilai lebih dari 0.30.

Kata kunci: Pengembangan skala psikologi, skala citra tubuh, validitas konten, reliabilitas, wanita dewasa awal.

1. Pendahuluan

Persoalan terkait citra tubuh masih sering terjadi di kalangan wanita pada rentang usia 20-45 tahun. Hal ini terjadi karena kaum Wanita lebih peka atau lebih memikirkan citra tubuh yang mereka miliki dibandingkan dengan laki-laki. Menurut Perdani dalam [1], wanita cenderung memperhatikan penampilan fisik secara keseluruhan. Hingga saat ini, banyak penelitian yang membahas dan mengungkap tentang citra tubuh. Pada sebuah

penelitian yang dilakukan oleh Ye Luo di China pada tahun 2005, diketahui bahwa 62% wanita usia 20-45 tahun merasa tidak menarik secara fisik [1]. Hasil survei yang dilakukan oleh dr Kearney-Cooke bersama majalah *Glamour* mendapati, 97% setiap harinya dalam menjalani aktivitas, merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan kerap berpikir negatif [2]. Menurut Thomshon dalam [3], faktor yang memengaruhi kepuasan citra tubuh adalah gender, berat badan dan derajat kekurusan atau kegemukan, masyarakat dan budaya, media massa, tahap perkembangan dan konsep diri.

Pada masa sekarang ini, masih banyak wanita yang begitu memikirkan bentuk tubuhnya, warna kulitnya, dan apapun yang berkaitan dengan penampilan fisik mereka. Keinginan untuk menurunkan berat badan demi mencapai bentuk tubuh yang ideal adalah salah satu cara yang sering dilakukan. Kebiasaan tersebut dapat memicu timbulnya self esteem, kesehatan mental yang rendah, distress secara psikologis dan dapat menimbulkan kondisi eating disordered [1]. Setiap orang memiliki kesan yang berbeda terkait citra tubuh yang dimiliki, baik itu kesan positif atau negatif. Memiliki Citra tubuh yang positif itu sangat penting bagi kesehatan dan rasa percaya diri. Individu yang memiliki citra tubuh positif akan melihat bahwa dirinya menarik bagi dirinya sendiri ataupun orang lain, atau setidaknya mereka akan menerima dirinya sendiri [4]. Sedangkan, individu yang memiliki penilaian negatif individu pada dirinya akan menimbulkan perasaan tidak berdaya, artinya seseorang individu mempersepsi adanya kekurangan dalam segi fisik, tampilan yang tidak menyenangkan dan secara sosial tidak kuat [5]. Memperhatikan akan pentingnya citra tubuh pada wanita dewasa awal, maka perlu dilakukan pengembangan terkait skala citra tubuh pada wanita dewasa awal.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti melihat bahwa perlu adanya alat ukur mengenai citra tubuh yang tervalidasi. Pada dasarnya, terdapat alat ukur lain mengenai citra tubuh yang sudah digunakan oleh beberapa peneliti lain untuk mengukur citra tubuh. Alat ukur tersebut disusun oleh Avalos, Tylka, Barcalow, yang di namakan (Body Appreciation Scale (BAS). Pertimbangan peneliti lebih memilih alat ukur yang disusun oleh Avalos dkk adalah pada alat ukur BAS memiliki karakteristik subjek yang berbeda dengan penelitian ini. Selain itu, alat ukur tersebut disusun di luar negeri yang dimungkinkan tidak bebas budaya. Body Appreciation Scale (BAS) merupakan alat ukur yang dikembangkan secara rasional. Peneliti membuat item untuk mencerminkan aspek citra tubuh positif yang telah diidentifikasi di banyak tulisan teoritis dalam [6] mendeskripsikan citra tubuh yang positif dan cara meningkatkan citra tubuh yang positif. Selain BAS, terdapat kuesioner yang mengukur citra tubuh dan ketidakpuasan tubuh pada gadis muda [7]. Untuk skala citra tubuh pada wanita dewasa awal ini dikhususkan pada wanita yang sedang memasuki usia dewasa awal dan rentan terhadap persepsi yang dimiliki terkait citra tubuh. Skala citra tubuh pada wanita dewasa awal ini mampu menyesuaikan pola pikir pada wanita dewasa awal masa kini. Skala citra tubuh ini memiliki reliabilitas yang sangat baik.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengembangkan instrumen yang tepat untuk mengukur Citra Tubuh seseorang. Skala citra tubuh diharapkan dapat menjadi sumbangan yang berarti bagi perkembangan penyusunan alat ukur psikologi khususnya tentang citra tubuh pada wanita di masa dewasa awal. Skala citra tubuh dapat digunakan dalam penelitian, dan dapat digunakan dalam pengambilan data tentang citra tubuh dalam rangka merancang program pembinaan.

2. Literatur Review

2.1. Teori

Citra tubuh atau *Body image* adalah gambaran yang dimiliki di benak individu tentang ukuran, bentuk, dan perasaan individu mengenai karakteristik dan bagian tubuh penyusun individu tersebut [8]. Sedangkan menurut Burn dalam [9], *body image* atau citra tubuh merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri sebagai makhluk yang berfisik, sehingga citra tubuh sering dikaitkan dengan karakteristik-karakteristik fisik, termasuk didalamnya penampilan secara umum, ukuran tubuh dan berat tubuh, sosok dan bentuk tubuh serta detail-detail dari tubuh. Menurut [10], citra tubuh merupakan persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang mengenai tubuhnya. Citra tubuh mengacu pada bagaimana orang berpikir, merasa dan berperilaku berkaitan dengan penampilan fisiknya sendiri [11]. Citra tubuh ini berkaitan dengan keakuratan estimasi ukuran tubuh individu dan sikap/perasaan yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya sendiri [11].

Berdasarkan teori dari McCabe dalam [12], mengemukakan bahwa terdapat lima dimensi/aspek citra tubuh: *Body Image Importance*, *body image importance* adalah penilaian seseorang mengenai penting atau tidaknya *body image* yang dimiliki. Seseorang akan menganggap bahwa cinta tubuhnya ini menjadi lebih diutamakan dengan hal lainnya dalam hidup seseorang tersebut atau tidak. *Body Concealment*, merupakan usaha seseorang untuk menutupi bagian tubuhnya (wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain) yang kurang menarik dari pandangan orang lain dan menghindari diskusi tentang ukuran dan bentuk tubuhnya yang kurang menarik. *Body Improvement*, adalah usaha seseorang untuk meningkatkan atau memperbaiki bentuk, ukuran, dan berat badannya sekarang. Seseorang melakukan aktivitas atau kegiatan fisik dengan tujuan untuk menciptakan bentuk tubuh yang diinginkan. *Social Physicue Anxiety*, yaitu perasaan cemas seseorang akan pandangan orang lain tentang tubuh dan bagian tubuhnya. Perasaan tersebut muncul ketika orang tersebut berada dalam di tempat umum, mereka akan selalu merasa kurang menarik dengan apa yang dimiliki di tubuhnya. *Appearance Comparison*, adalah perbandingan yang dilakukan seseorang akan berat badan, ukuran tubuh dan bentuk badannya dengan berat badan, ukuran tubuh dan bentuk tubuh orang lain.

2.2. Rancangan Skala ... (Blueprint)

Tabel 1. Blueprint

Tabel 1

No	Aspek	Indikator	Bobot (%)	Jumlah Aitem
1.	Body image importance	Penilaian akan penting atau tidaknya citra tubuh seseorang dari pada hal lain yang ada pada diri orang tersebut.	20%	4
2.	Body concealment	Kemampuan untuk menutupi keadaan tubuhnya yang kurang menarik. Menghindari obrolan terkait berat badan.	20%	2 2
3.	Body Improvement	Kemampuan untuk menjaga pola makan, dan melakukan aktivitas fisik.	20%	4
4.	Social Physicue anxiety	Merasa tidak menerima tubuhnya dan muncul perasaan cemas akan pandangan orang lain tentang tubuh yang dimiliki serta lebih tertutup.	20%	4

5.	Appearance Comparison	Membandingkan penampilan tubuh sendiri dengan orang lain.	20%	4
TOTAL			100%	20 Aitem

3. Metode

3.1. Tahapan Pengembangan Skala Psikologi

Terdapat empat tahapan yang dilalui dalam menyusun skala Citra Tubuh yaitu (1) Menetapkan Kawasan ukur, (2) Penulisan aitem, (3) Uji coba, dan (4) uji properti psikometris. Tahap pertama yaitu menetapkan kawasan ukur. Dalam menyusun kawasan ukur kami menetapkan konstruk dengan memilih atribut psikologis yang hendak diukur, mengenali teori yang mendasari konstruk psikologis atribut tersebut, membatasi kawasan ukur berdasarkan konstruk yang didefinisikan oleh teori tersebut melalui dimensi-dimensi yang ada di dalam atribut tersebut. Kemudian dilakukan operasionalisasi indikator perilaku dari konsep teoretis, aspek (komponen dimensi), dan indikator perilaku. Tahap kedua yaitu penulisan aitem dalam tahap ini dilakukan pemilihan format stimulus yang akan berupa pertanyaan atau berupa pernyataan, pemilihan format respon, kemudian dilakukan penulisan aitem sesuai kaidah yang sudah ditentukan. Tahap ketiga yaitu uji coba aitem pada subjek dalam kondisi tes yang sebenarnya sehingga respon subjek adalah respon yang sesungguhnya pula. Aitem yang disajikan dalam bentuk berkas/ buku yang lengkap dengan petunjuk pengerjaan, tata letak yang menarik, dsb. Tahap terakhir yaitu pengujian properti psikometrik yang dilakukan melalui uji dimensionalitas untuk mengetahui jenis skalanya apakah termasuk unidimensional, multidimensional, atau multidimensi dengan dimensi tak berkorelasi. Kemudian uji reliabilitas dengan tiga metode: Test-retest, tes paralel, dan pemeriksaan konsistensi internal (koefisien alpha Cronbach), serta yang terakhir dengan uji validitas guna mendukung kelayakan, kebermaknaan, dan kebermanfaatannya dari kesimpulan yang dibuat.

3.2. Partisipan

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah seorang wanita dewasa awal berusia 20-30 tahun. Partisipan skala ini adalah mereka yang rentan terhadap citra tubuh. Berdasarkan penegasan Kawasan ukur yang sudah dilakukan, responden yang cocok adalah mereka yang sedang memasuki masa transisi, baik secara fisik, transisi secara intelektual serta transisi peran sosial. Partisipan yang terlibat dalam uji coba skala yang peneliti lakukan berjumlah 60 partisipan.

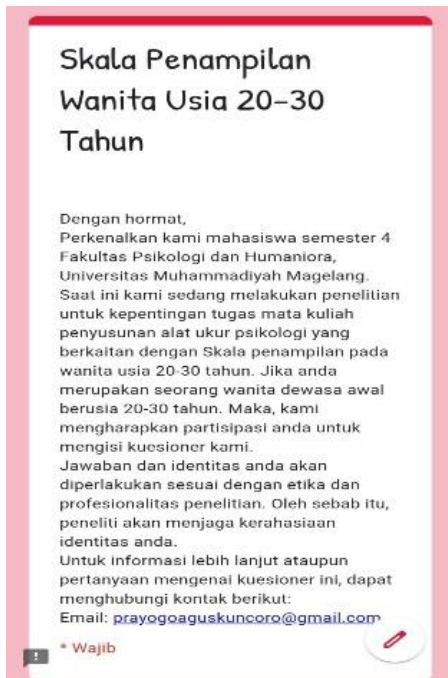
Teknik penyempelan yang digunakan, menerapkan metode sampling non-random dengan snowball-sampling. Snowball-sampling merupakan metode sampling yang diperoleh dari jejaring kenalan. Prosedur yang akan dilakukan, setiap anggota peneliti mencari teman/kolega/kenalan yang sesuai dengan kriteria subjek. Sampel juga dapat diperoleh jika teman yang menjadi subjek juga memiliki kolega yang sesuai dengan kriteria.

3.3. Instrumen

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner. Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan secara online. Pada awal penargetan item yang ditentukan sebanyak 20 Aitem dengan 4 aitem per aspek dengan bobot sama rata 20%. Skala ini menggunakan format stimulus. Peneliti menggunakan pernyataan mengenai seberapa sesuai suatu keadaan dengan diri, diukur dengan menggunakan skala frekuensi terjadinya

keadaan tersebut. Format respon yang di gunakan peneliti menggunakan format likert dengan lima pilihan jawaban atau pernyataan: tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, selalu. Pada format sekala Likert jawaban akan diberikan penilaian atau penscorean sesuai dengan aitem favorabel/unfavorabel. Pada secor favorabel sekor 1 untuk tidak pernah, 2 untuk jarang, 3 untuk kadang-kadang, 4 untuk sering dan 5 untuk selalu sedangkan untuk aitem unfavorable berlaku kebalikan dengan aitem favorable. Contoh aitem favorable yang digunakan seperti, saya memilih membeli produk skincare (perawatan kulit) dari pada buku kuliah, saya memikirkan bentuk tubuh saya dari pada masa depan saya. Untuk contoh aitem unfavorabel diantaranya, “saya merasa bahwa bentuk tubuh tidak memengaruhi karir saya”, “saya memakai pakaian dengan motif yang saya suka”.

Aitem favorabel dan unfavorabel yang sudah dibuat, kemudian disusun menjadi sebuah kuesioner secara online. kuesioner secara online yang diadministrasikan dengan cara menghubungi teman/kolega/kenalan yang sesuai dengan kriteria subjek dan menyebarkan link melalui media masa seperti whatsapp. Pada Penelitian ini peneliti tidak hanya membuat skala versi online melainkan juga skala versi cetak.

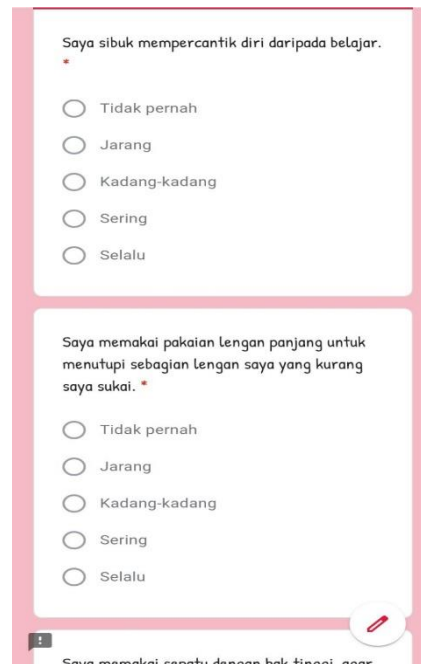


Skala Penampilan Wanita Usia 20-30 Tahun

Dengan hormat,
Perkenalkan kami mahasiswa semester 4 Fakultas Psikologi dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Magelang. Saat ini kami sedang melakukan penelitian untuk kepentingan tugas mata kuliah penyusunan alat ukur psikologi yang berkaitan dengan Skala penampilan pada wanita usia 20-30 tahun. Jika anda merupakan seorang wanita dewasa awal berusia 20-30 tahun. Maka, kami mengharapkan partisipasi anda untuk mengisi kuesioner kami. Jawaban dan identitas anda akan diperlakukan sesuai dengan etika dan profesionalitas penelitian. Oleh sebab itu, peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas anda. Untuk informasi lebih lanjut ataupun pertanyaan mengenai kuesioner ini, dapat menghubungi kontak berikut:
Email: prayogoagusuncoro@gmail.com

* Wajib

Gambar 1



Saya sibuk mempercantik diri daripada belajar. *

Tidak pernah
 Jarang
 Kadang-kadang
 Sering
 Selalu

Saya memakai pakaian lengan panjang untuk menutupi sebagian lengan saya yang kurang saya sukai. *

Tidak pernah
 Jarang
 Kadang-kadang
 Sering
 Selalu

Saya memakai sepatu dengan hak tinggi. *

Gambar 2

Gambar 1. Skala versi online**Gambar 3.** Skala versi cetak**Gambar 2.** Skala versi online**Gambar 4.** Skala versi cetak

Struktur penyusunan skala dimulai dari cover letter, cover letter berisikan identitas peneliti, kontak dari peneliti, kemudian petunjuk pengerjaan yang dibuat secara ringkas dan mudah untuk dipahami responden. Terdapat bagian untuk pengisian data diri atau identitas responden. Bagian selanjutnya, adalah bagian inti yang berisikan pernyataan ataupun aitem yang sudah dibuat oleh peneliti dan bagian terakhir yaitu penutup.

3.4. Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui validitas skala citra tubuh ini menggunakan pemeriksaan validitas konten dengan Aiken's V. Pemeriksaan ini dilakukan untuk memastikan apakah aitem yang digunakan sudah sesuai dengan tujuan penelitian. Validitas Aiken dilakukan setelah 88 aitem telah selesai, kemudian dinilai oleh 3 rater dan menilainya dalam rentan 1-5. Rater bertugas untuk menilai setiap aitem, jika aitem tidak sesuai maka diberi nilai 1, jika aitem sangat sesuai akan diberi nilai 5. Rater juga memberikan masukan untuk perbaikan aitem selanjutnya. Setelah dilakukan validitas konten, analisis data selanjutnya adalah uji reliabilitas. Uji reliabilitas yang digunakan adalah dengan memeriksa konsistensi internal dengan teknik *Alfa Cronbach*. Reliabilitas bertujuan untuk mengetahui suatu kuesioner dapat dikatakan reliabel dalam artian kuesioner tersebut konsisten kapan saja dan dimana saja. Uji reliabilitas menggunakan dengan bantuan SPSS.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1. Deskripsi Responden

Tabel 2. Usia responden

Tabel 2

Usia	Presentase
20	44,3%
21	13,1%
22	18%
23	1,6%
24	6,6%
25	3,3%
26	4,9%
27	6,6%
28	1,6%

Tabel 3. Domisili responden

Tabel 3

Domisili	Perdentase
Magelang	42,6%
Luar Magelang	57,4%

4.2. Hasil Uji Validitas Konten

Validitas isi diestimasi melalui pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional oleh tim panel yang berkompeten (*expert judgment*). Pengujian dilakukan untuk mengetahui apakah masing-masing aitem dalam tes layak untuk mengungkapkan atribut yang diukur sesuai dengan indikator perilakunya serta apakah aitem-aitem dalam tes telah mencakup keseluruhan domain isi yang hendak diukur. Aitem-aitem yang sesuai dengan indikator perilakunya, dan tidak keluar dari batasan ukur maka dianggap relevan. Aitem-aitem yang mencakup keseluruhan domain atau kawasan isi tes dianggap komprehensif. Namun, walaupun isinya komprehensif, jika tes memasukkan aitem-aitem yang tidak relevan maka validitas isi rendah.

Validitas isi dapat di hitung dengan metode *Aiken's v* yaitu formula untuk menghitung koefisien validitas isi berdasarkan pada hasil penilaian ahli sejumlah n orang terhadap suatu aitem yaitu sejauh mana aitem tersebut mewakili konstruk yang diukur (relevan) dengan rumus $V = \frac{\sum s}{[n(c-1)]}$ dimana $V = \text{content-relevance index}$, s adalah $(r - Lo)$, r adalah angka yang diberikan oleh penilai, Lo adalah angka penilaian validitas terendah yaitu = 1, c adalah angka penilaian validitas tertinggi yaitu = 5, dan n adalah jumlah penilai. Setelah hasil penilaian para ahli telah diketahui kemudian diolah menggunakan rumus *Aiken's v* untuk menghitung koefisien validitas isi. Dapat dilihat hasil koefisien validitas isi aitem disebut baik jika $V > 0.80$.

Berdasarkan hasil uji validitas dengan memperhatikan nilai standar validitas yang telah dinilai oleh para rater, terdapat 51 aitem yang harus diganti dan 33 aitem yang harus direvisi. Terdapat 41 aitem yang lolos dalam uji validitas ini yang kemudian akan dilakukan uji reliabilitas. Masukan dari rater untuk memperbaiki skala yang dinilai kurang, maka peneliti memutuskan untuk memperbaiki aitem-aitem yang kurang sesuai.

4.3. Hasil Uji Reliabilitas

Dalam skala Citra Tubuh ini menggunakan reliabilitas α Cronbach/ Koefisien α . Hasil aitem final diperoleh setelah dilakukan uji reliabilitas hingga tersaring aitem-aitem yang paling baik. Pada uji reliabilitas, aitem dengan hasil $r_{i-x} < 0.30$ tidak lolos, sehingga dari 88 aitem awal hanya tersisa 41 aitem saja. Dari 41 tersebut hanya di ambil 20 aitem dengan hasil r_{i-x} tertinggi dari setiap aspek sesuai dengan target aitem yang terdapat pada blue print. Kemudian dilakukan uji reliabilitas kembali pada 20 aitem yang sudah terpilih. Hasil uji reliabilitas tersebut menunjukkan bahwa terdapat 60 data yang semuanya valid, data yang bersumber dari 60 orang. Dari nilai Cronbach's Alpha yang menunjukkan angka 0.909 dari 20 aitem, yang berarti alat ukur ini memiliki reliabilitas yang baik. Hasil r_{i-x} menjelaskan korelasi antar satu aitem dengan aitem lainnya bernilai lebih dari 0.30 hal tersebut menunjukkan bahwa korelasi aitem totalnya bagus dan dapat dipakai.

4.4. Finalisasi Skala

Pernyataan yang ada pada kuesioner sejumlah 20 aitem yang mewakili lima aspek yang ada pada skala citra tubuh. Aitem tersebut dapat dilihat pada [Tabel 9](#). Pernyataan dengan tanda bintang di belakangnya menunjukkan aitem tersebut unfavorable.

Tabel 4. Aitem final

Tabel 4

Keterangan	No.	Pernyataan	$r(i-x)$
Aspek 1	1	Saya memikirkan bentuk tubuh saya daripada masa depan saya	.603
Aspek 1	2	Saya merasa bahwa bentuk tubuh tidak berpengaruh terhadap kegiatan saya*	.391
Aspek 1	3	Saya merasa bahwa cantik tidak hanya dilihat dari fisik atau warna kulit*	.505
Aspek 1	4	Saya tetap bisa bekerja walaupun saya tidak menarik*	.478
Aspek 1	5	Saya fokus pada penampilan saya daripada pelajaran ketika kuliah	.383
Aspek 2	6	Saya memakai celana dengan potongan terbuka agar kaki saya terlihat indah	.444
Aspek 2	7	Saya memakai baju berwarna gelap atau terang, untuk menyamarkan warna kulit saya	.469
Aspek 3	8	Saya menghindari makan di malam hari	.402
Aspek 4	9	Saya nyaman dengan penampilan saya di sebagian besar situasi	.659
Aspek 4	10	Saya puas dengan keadaan tubuh saya saat ini*	.719
Aspek 4	11	Saya berpikir bahwa paha yang penuh lemak adalah musibah*	.680
Aspek 4	12	Saya bersyukur dengan bentuk tubuh saya*	.655

Aspek 4	13	Saya takut ketika ditanya “sekarang kok gendutan?”	.641
Aspek 4	14	Saya berpikir orang yang gemuk itu tidak cantik	.543
Aspek 5	15	Saya merasa iri dengan bentuk tubuh orang lain	.736
Aspek 5	16	Saya ingin memiliki kaki yang jenjang seperti model	.619
Aspek 5	17	Saya ingin memiliki badan yang tinggi seperti model fashion show	.639
Aspek 5	18	Saya merasa cukup dengan tubuh saya pada saat ini*	.604
Aspek 5	19	Saya merasa sedih ketika menyadari rambut saya tidak hitam dan lebat seperti milik orang lain.	.516
Aspek 5	20	Saya melihat artis korea memiliki warna kulit yang putih sedangkan saya merasa cemas ketika menyadari kulit saya yang tidak putih.	.470

(*) **aitem unfavorable**

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa keterwakilan setiap aspek yaitu aspek 1 diwakilkan oleh 5 aitem, aspek 2 diwakilkan 2 aitem, aspek 3 diwakilkan oleh 1 aitem, aspek 4 diwakilkan oleh 6 aitem dan aspek 5 diwakilkan oleh 6 aitem. Maka total keseluruhan terdapat 20 aitem terpilih yang telah melalui beberapa uji psikometrik.

5. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan, Skala Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal memiliki reliabilitas yang sangat baik. Skala citra tubuh ini juga memiliki konten yang valid untuk pengembangan suatu alat ukur. Korelasi antar satu aitem dengan aitem yang lain dikatakan bagus dan dapat dipakai. Keterbatasan pada penelitian ini adalah kurangnya responden yang di peroleh sehingga tidak dapat melakukan EFA dan tidak dilakukannya validitas konstruk. Implikasi pada penelitian ini untuk penelitian selanjutnya, agar dapat memperbanyak responden sehingga bisa dilakukan EFA dan lebih mengembangkan terkait teori seperti pentingnya citra tubuh dan konsekuensi jika tidak memiliki citra tubuh yang baik.

Referensi

- [1] I. P. K. Ayu and I. F. Kristiana, “Perbedaan Citra Tubuh Pada Mahasiswi Fakultas Eksakta dan Fakultas Non-Eksakta Universitas Diponegoro Semarang,” *Empati*, vol. 099, no. 2, pp. 207–216, 2013.
- [2] “97% Perempuan Berpikir Bentuk Tubuhnya Bermasalah,” *Beritasatu.com*, Jakarta, p. 1, 2013.
- [3] J. A. Nugraha, “Pengaruh Kepuasan Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Orang Yang Mengikuti Fitnes Center,” *Skripsi, Univ. Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*, 2010.
- [4] M. V. Santoso, R. Fauziah, and R. Rusli, “Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada,” *J. kognisia*, vol. 2, no. 1, pp. 55–60, 2019.

- [5] A. K. W. Sari, "Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Obesitas," *J. Stikes*, no. 0354, pp. 60–66, 2016.
- [6] L. Avalos, T. L. Tylka, and N. Wood-barcalow, "The Body Appreciation Scale : Development and psychometric evaluation," *Elsevier*, vol. 2, pp. 285–297, 2005.
- [7] S. Bis, U. Wanita, D. Muda, T. Moeen, and A. Muazzam, "Pengembangan dan Validasi Citra Tubuh," *J. Psikol. Sos. dan Klin. Pakistan*, vol. 11, no. 1, pp. 52–58, 2013.
- [8] P. D. Slade, "What Is Body Image?," *Pergamon*, vol. 32, no. 5, pp. 497–502, 1994.
- [9] L. I. Cholidah, "Citra Tubuh Ideal Perempuan dalam Iklan Televisi," vol. 14, no. 2, 2015.
- [10] S. Grogan, "Body Image and Health," pp. 523–530, 2006.
- [11] N. Hasmalawati, "Pengaruh Citra Tubuh dan Perilaku Makan Terhadap Penerimaan Diri Pada Wanita," *J. Psikoislamedia*, vol. 2, no. 2, pp. 107–115, 2017.
- [12] P. Chairiah, "Hubungan Gambaran Body Image dan Pola Makan Remaja Putri di SMAN 38 Jakarta," 2012.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
