

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN *BODY
DISSATISFACTION* PADA WANITA USIA DEWASA AWAL DI KOTA
BATU DAN KOTA MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana S1
Psikologi**



Dea Odetta Tasya

16090000032

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Dea Odetta Tasya
NIM : 16090000032
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Jurusan : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara Kebersyukuran dengan *Body Dissatisfaction* pada Wanita Usia Dewasa Awal di Kota Batu dan Kota Malang

Malang, 24 Agustus 2021

DISETUJUI DAN DITERIMA :

Ketua Program Studi Psikologi



Dellaway Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Dra. Dewanti Ruparin Diah, M.Si

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN *BODY DISSATISFACTION* PADA WANITA USIA DEWASA AWAL
DI KOTA BATU DAN KOTA MALANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

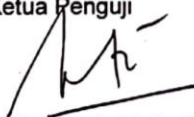
Dea Odetta Tasya

16090000032

**Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 08 Agustus 2021**

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Dra. Dewanti Ruparin Diah, M.Si

Sekretaris Penguji



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Lu'luul Umami, S.Psi., MA

Skripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan untuk Memperoleh gelar Sarjana

Malang, 08 Agustus 2021

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dra. Hawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul **"Hubungan antara Kebersyukuran dengan *Body Dissatisfaction* pada Wanita Usia Dewasa Awal di Kota Batu dan Kota Malang"** merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagiannya. Untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 25 Agustus 2021

A 10000 Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '10000', and 'METERAI TEMPEL'. The serial number 'A4858AJX306013035' is visible at the bottom left of the stamp.
Dea Odetta Tasya

MOTTO

“Percayalah kepada Tuhan dengan segenap hatimu, dan jangan bersandar kepada pengertianmu sendiri. Akuilah Dia dalam segala lakumu, Maka Ia akan meluruskan jalanmu. Don't be afraid to fail, be afraid not to try.”

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk seseorang yang sangat memiliki peran besar dalam kehidupan penulis, seseorang yang bekerja keras tidak mengenal lelah untuk membekali anak-anaknya dengan ilmu yang tinggi. Orang tersebut adalah Ibu penulis, alm. Ibu Endah yang telah pulang mendahului penulis sebelum janji untuk lulus terpenuhi. “Saya sudah selesai, Bu. Terima kasih”.

Skripsi ini juga dipersembahkan untuk Eyang yang telah merawat penulis dari kecil hingga saat ini. Mendidik dengan keras dan telaten sehingga menjadikan penulis seseorang yang mandiri dan mengerti tanggung jawab untuk menyelesaikan hal yang sudah dimulai.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam proses penyusunan skripsi ini, tentu tidak lepas dari peran penting dalam proses bimbingan serta dukungan dari berbagai macam pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini, penulis dengan senang hati menyampaikan pada:

1. Tuhan yang Maha Esa yang telah menyertai dan memberikan hikmat dalam penyusunan sampai selesainya skripsi ini.
2. Ibu Dr. Nawang Warsih W. S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dekan Fakultas Psikologi Unmer Malang saya ucapkan terima kasih.
3. Ibu Dewanti Ruparin Diah S.Psi., M.si selaku dosen pembimbing yang senantiasa membimbing dengan hingga tercapainya penyusunan skripsi ini dengan baik.
4. Ibu Dellawaty Supraba S.Psi., M.Si selaku Co pembimbing yang senantiasa sabar menghadapi setiap perbaikan demi perbaikan dalam penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran dalam menghadapi penulis yang terkadang semaunya dalam mengerjakan skripsi, terima kasih karena sudah memberikan saran dan masukan yang sangat membangun sehingga penulis dapat memberikan usaha dan hasil yang terbaik sampai skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Keluarga Besar Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, Bapak dan Ibu Dosen yang menjadi orang tua bagi peneliti, memberikan banyak ilmu dan selalu senantiasa membantu peneliti dalam menuntut ilmu dan mengurus berbagai hal.

6. Kepada keluarga penulis yang sudah mendukung dalam proses penyusunan skripsi. Terimakasih karena sudah memberikan semangat, motivasi dan tenaga untuk menuntaskan skripsi ini.
7. Kepada sepupu penulis, Yuliane Cahyaning Trisia yang sudah membantu penulis untuk menyesuaikan format skripsi sesuai dengan pedoman skripsi.
8. Kepada Kak Yos dan Ma'am Riris yang telah bersedia untuk membantu penulis dalam membagikan penelitian skripsi kepada jema'at Gereja Elohim Batu, mahasiswa dan dosen SATI Malang, para pendeta serta pengurus dan anggota BKSG Kota Batu dan Kota Malang dan kolega-kolega beliau.
9. Kepada Kak Vando, Kak Kelent dan Kak Denis yang sudah memberikan semangat kepada penulis agar segera menyelesaikan skripsi ini.
10. Untuk Natasha yang selama ini selalu menemani penulis dari awal perkuliahan hingga sampai skripsi ini selesai. Terima kasih karena selalu ada dalam suka dan duka penulis serta memberikan doa tanpa henti.
11. Terima kasih juga kepada Atik, Favriila, Silfia, Triyan, Jinaan, Sandi, Dionisia, Anang, Victor, Mbak Meil, Mbak Remalia atas dukungan dan keikutsertaan dalam memberikan semangat dan mendorong penulis agar segera menyelesaikan penelitian ini.
12. Terimakasih untuk Mama Ditiya dan Ditiya yang selalu mendukung penulis dalam doa, mendengarkan setiap kendala yang penulis alami saat mengerjakan skripsi, serta memberi semangat pada penulis hingga skripsi ini selesai.

Akhir kata untuk semua pihak yang turut membantu dan tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu dan yang menggunakan karya ilmiah ini dengan sebagaimana mestinya, peneliti mengucapkan terimakasih, Tuhan Yesus Memberkati.

Penulis berharap penelitian skripsi ini dapat memberikan manfaat yang positif sehingga berdampak baik serta bisa direalisasikan dalam kehidupan.

Malang, 08 Agustus 2021

Penulis.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Wanita Usia Dewasa Awal Di Kota Batu Dan Kota Malang”. Skripsi ini dibuat dengan tujuan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar sarjana S-1 Psikologi.

Banyak hal yang telah penulis lalui dalam penyusunan skripsi hingga pada akhirnya penulis berhasil menyelesaikannya. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan. Oleh karena itu, tidak lupa penulis memohon maaf atas segala kekurangan karena skripsi ini jauh dari kata sempurna. Masukan, kritik dan saran yang bersifat membangun selalu saya harapkan guna memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi sumbangan pemikiran untuk pihak yang membutuhkan ataupun yang membacanya.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
INTISARI	xviii
ABSTRACT	xix
BAB I PENGANTAR	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan dan Manfaat	9
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Kebersyukuran	13
1. Pengertian Kebersyukuran	13
2. Aspek-aspek Kebersyukuran	16
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebersyukuran	19

4. Jenis-jenis Bersyukur	20
5. Faktor yang Dapat Mencetuskan dan Menghambat Bersyukur	21
6. Fungsi Bersyukur	21
B. <i>Body Dissatisfaction</i> (Ketidakpuasan terhadap Bentuk Tubuh)	22
1. Pengertian <i>Body Dissatisfaction</i>	22
2. Aspek-aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	25
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body Dissatisfaction</i>	27
4. Dampak <i>Body Dissatisfaction</i>	29
C. Wanita Usia Dewasa Awal	31
1. Pengertian Wanita	31
2. Ciri-ciri Masa Dewasa Awal	33
D. Hubungan Antara Kebersyukuran dengan <i>Body Dissatisfaction</i>	36
E. Kerangka Berpikir	38
F. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Identifikasi dan Operasional Variabel	39
1. Identifikasi Variabel	39
2. Definisi Operasional	39
B. Subjek Penelitian	41
1. Populasi	41
2. Sampel	42
3. Teknik Pengambilan Sampel	45
C. Cara Pengumpulan Data	45
1. Sumber Data	45

2. Instrumen Penelitian	46
3. Validitas dan Reliabilitas	49
D. Desain Penelitian	51
E. Cara Analisis Data	51
1. Uji Normalitas	51
2. Uji Linearitas	52
3. Analisis Data (Uji Hipotesis)	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Deskripsi Subjek Penelitian	54
B. Deskripsi Reliabilitas Data	55
1. Deskripsi Data	55
2. Validitas Skala	58
3. Reliabilitas Skala	61
C. Hasil	61
1. Uji Normalitas	62
2. Uji Linearitas	62
3. Uji Hipotesis	63
D. Pembahasan	64
BAB V PENUTUP	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi Wanita Dewasa Awal di Kota Batu pada tahun 2020	42
Tabel 2. Jumlah Populasi Wanita Dewasa Awal di Kota Malang pada tahun 2020	42
Tabel 3. Skor Jawaban	47
Tabel 4. Blueprint Skala Kebersyukuran	48
Tabel 5. Blueprint Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	49
Tabel 6. Kriteria Indeks Koefisien Reliabilitas	50
Tabel 7. Data Wanita Usia Dewasa Awal di Kota Batu dan Kota Malang	54
Tabel 8. Data Domisili Responden	55
Tabel 9. Hasil Analisis Deskriptif Statistik	56
Tabel 10. Rumus Skor Standar	56
Tabel 11. Kategori Variabel Kebersyukuran	57
Tabel 12. Kategori Variabel <i>Body Dissatisfaction</i>	57
Tabel 13. Sebaran Butiran Aitem yang Valid dan Aitem yang Gugur pada Variabel Kebersyukuran	58
Tabel 14. Sebaran Butiran Aitem Setelah Tryout	59
Tabel 15. Sebaran Butiran Aitem yang Valid dan Aitem yang Gugur pada Variabel <i>Boddy Dissatisfaction</i>	60

Tabel 16. Sebaran Butiran Aitem Setelah Tryout	60
Tabel 17. Reliabilitas Skala Kebersyukuran dan <i>Boddy Dissatisfaction</i>	61
Tabel 18. Uji Normalitas skala Kebersyukuran dan <i>Body dissatisfaction</i>	62
Tabel 19. Uji Linearitas skala Kebersyukuran dan <i>Body dissatisfaction</i>	63
Tabel 20. Uji Hipotesis penelitian.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	38
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Tryout Kebersyukuran dan Skala <i>Boddy</i>	
<i>Dissatisfaction</i>	76
Lampiran 2. Tabulasi Tryout Skala Kebersyukuran dan Skala	
<i>Boddy Dissatisfaction</i>	83
Lampiran 3. Hasil Validitas Skala Kebersyukuran dan Skala <i>Boddy</i>	
<i>Dissatisfaction</i>	95
Lampiran 4. Reliabilitas Tryout Skala Kebersyukuran dan Skala	
<i>Boddy Dissatisfaction</i>	100
Lampiran 5. Skala Penelitian Kebersyukuran dan <i>Boddy</i>	
<i>Dissatisfaction</i>	102
Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian Kebersyukuran dan Skala	
<i>Boddy Dissatisfaction</i>	107
Lampiran 7. Uji Normalitas	131
Lampiran 8. Uji Linearitas	133
Lampiran 9. Uji Hipotesis	135
Lampiran 10. Lembar Turnitin Dan Daftar Riwayat Hidup	137

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN *BODY*
DISSATISFACTION PADA WANITA USIA DEWASA AWAL DI KOTA BATU
DAN KOTA MALANG**

Dea Odetta Tasya

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kebersyukuran dengan *body dissatisfaction* pada wanita usia dewasa awal di Kota Batu dan Kota Malang. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita dewasa awal yang berada di Kota Batu dan Kota Malang dengan jumlah 185.689 orang. Sempel dalam penelitian ini adalah wanita usia 30 sampai 40 tahun yang berada di Kota Batu dan Kota Malang dengan Jumlah 270 orang dengan menggunakan rumus *Issac dan Michael*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *quota sampling* yang merupakan teknik sampling yang dilakukan dengan cara membagi kuota sampel secara proporsional pada setiap kategori yang sudah ditentukan dari awal tentang karakteristik populasi. Pengumpulan data menggunakan skala kebersyukuran dan *Body Dissatisfaction* dengan model *Likert*. Dari uji reliabilitas skala kebersyukuran diri diperoleh koefisien 0.718 sedangkan *Body Dissatisfaction* 0.654. Dari uji reliabilitas skala kebersyukuran diperoleh koefisien 0.937 dan *Body Dissatisfaction* 0.847. Menunjukkan skala reliabel. Hasil analisis data menggunakan uji *Liliefors Significance Correction* dan uji F yang biasa disebut dengan *Analysis Ovarian (ANOVA)*. Diperoleh hasil 1.049 dengan signifikansi 0.400 dengan hasil uji hipotesis -0.676. Menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat kuat antara kebersyukuran dengan *Body Dissatisfaction* pada wanita usia dewasa awal di Kota Batu dan Kota Malang. Artinya hipotesis diterima.

Kata Kunci : Kebersyukuran, *Body Dissatisfaction*, Wanita Usia Dewasa Awal

**THE RELATIONSHIP BETWEEN GRATITUDE WITH BODY
DISSATISFACTION IN WOMEN OF AGE EARLY IN BATU CITY AND
MALANG CITY**

Dea Odetta Tasya

Faculty of Psychology, Merdeka University Malang

ABSTRACT

This study attempts to know whether there was a correlation between kebersyukuran with body dissatisfaction in women age early adulthood in Batu City and Malang City. The population of the research is an adult woman early are located in Batu City and Malang City of 185.689. It is a woman sampel the age 30 to 40 years are located in Batu City and Malang City of 270 persons by using formula ishaq and michael. The technique sampel used is quota of sampling that is technique sampling done by buying the quota sampel in proportional in each category of who have been decided from beginning about the population characteristics. The collection of data using a scale kebersyukuran and body dissatisfaction with a model likert. On the scale reliability kebersyukuran obtained the coefficient of self 0.718 while body dissatisfaction 0.654. Reliability of the scale and obtained a gratitude 0.937 and 0.847 body dissatisfaction .Show the scale it is reliable .The analysis of data using the correction liliefors significance test f that commonly called (ANOVA) ovarian analysis. The results showed 1,049 with significance 0.400 with -0.676 hypothesis testing shows .Showed that there was a correlation that is very strong between kebersyukuran with body dissatisfaction in women age early adulthood in Batu City and Malang City. It means hypothesis accepted

Keywords: Gratitude, Body Dissatisfaction, Women Age Early Adulthood.