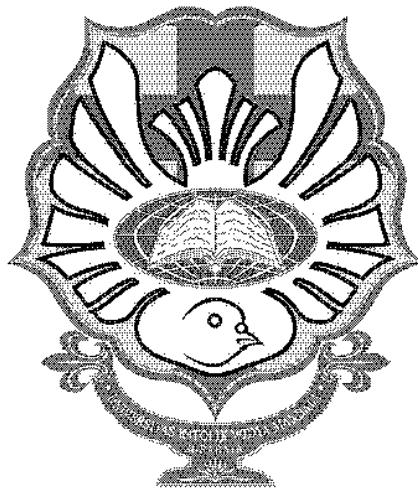


**CITRA TUBUH DAN KECENDERUNGAN STRES PADA  
REMAJA PEREMPUAN YANG BERPROFESI SEBAGAI  
MODEL**

SKRIPSI



OLEH :  
Elvira Pratiwi  
NRP: 7103004051

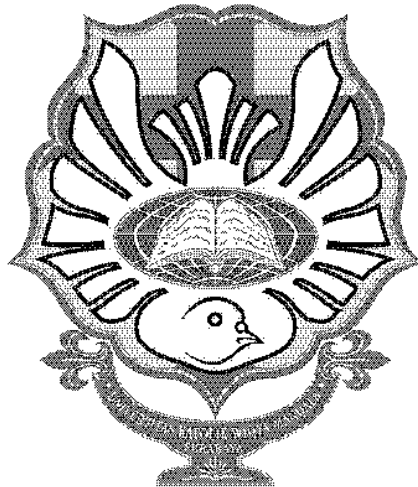
Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2009

**CITRA TUBUH DAN KECENDERUNGAN STRES PADA  
REMAJA PEREMPUAN YANG BERPROFESI SEBAGAI  
MODEL**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi



OLEH :  
Elvira Pratiwi  
NRP: 7103004051

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2009

## SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya

Nama : ELVIRA PRATIWI

NRP : 7103004051

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul :  
CITRA TUBUH DAN KECENDERUNGAN STRES PADA REMAJA  
PEREMPUAN YANG BERPROFESI SEBAGAI MODEL

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak yang terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 29 Januari 2009

Yang membuat pernyataan,



ELVIRA PRATIWI


**HALAMAN PESETUJUAN**

SKRIPSI

CITRA TUBUH DAN KECENDERUNGAN STRES  
PADA REMAJA PEREMPUAN YANG  
BERPROFESI SEBAGAI MODEL

Oleh :  
Elvira Pratiwi  
NRP 7103004051

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing utama : Ratna Yudhawati. M. Psi. ()

Pembimbing Pendamping : Drs.Psi. Pieter K. Malinton. ()

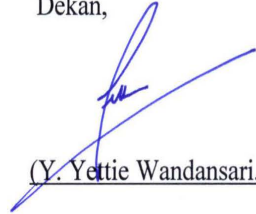
Surabaya, 29 Januari 2009

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

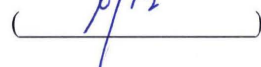
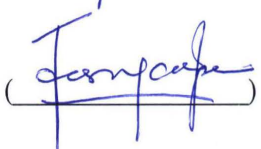
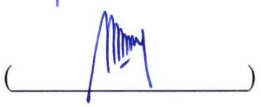
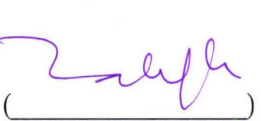
Pada tanggal 16 Februari 2009

Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi,  
Dekan,



(Y. Yettie Wandansari, M.Si)

Dosen Penguji :

1. Ketua : Agnes Maria Sumargi, M.Psych. (  )
2. Sekretaris : Yessyca Diana Gabrielle, S.Psi. (  )
3. Anggota : May Yustika Sari, S.Psi. (  )
4. Anggota : Ratna Yudhawati, M.Psi. (  )

## PERSEMBAHAN

*Skripsi ini saya persembahkan untuk :*

*Yesus Kristus, Papa, Mama, Koko, Cece dan Semua Keluarga  
besarku tercinta.*

## MOTTO

*Kesalahan terbesar yang bisa dibuat oleh manusia di dalam  
kehidupannya adalah terus-menerus mempunyai rasa takut  
bahwa mereka akan membuat kesalahan.*

*( Elbert Hubbard )*

## UNGKAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada TUHAN YESUS KRISTUS yang telah melimpahkan rahmat dan berkat NYA sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Selain itu juga penulis mengucapkan terima kasih pada :

1. **Ibu Ratna Yudhawati, M. Psi**, selaku pembimbing utama yang membantu dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. **Bapak Drs.Psi. Pieter Kemal Malinton**, selaku pembimbing pendamping yang membantu dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. **Ibu Yettie Wandansari, M.Si**, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
4. **Ibu May Yustika Sari, S.Psi**, selaku penasehat akademik yang sudah membimbing dan membantu penulis selama perkuliahan.
5. **Segenap bapak dan ibu dosen** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan wawasan dan ilmu pengetahuan tentang Psikologi.
6. **Segenap staf Tata Usaha** Fakultas Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah membantu penulis dalam mengurus surat-menyurat untuk kepentingan skripsi.
7. **Seluruh staf perpustakaan** Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah membantu penulis untuk mendapatkan sumber-sumber teori untuk menyelesaikan skripsi ini.



8. **Ibu Nanik, Ibu Welly dan Ibu Ayu** yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian di Nik's Karamasu Surabaya.
10. **Papa, Mama, Koko dan Cece serta seluruh keluarga besarku** yang tercinta yang telah memberikan cinta dan kasih sayangnya, dukungan serta semangat pada penulis tanpa henti-hentinya sehingga skripsi ini selesai.
11. **My Luply**, terima kasih untuk kasih sayang, doa dan seluruh bantuannya dengan tulus sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
12. Sahabat-sahabat dan teman-temanku: **Nha-Nha, Marry, Andrea Sheva, Angeline, Farrel, Dea, Cha-Cha, Aini, Ika, Ratih, Sandra, Vina, Pam-Pam, Wendy**, terima kasih untuk semua doa, tenaga, pikiran serta bantuannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. **Rossa, Widya, Nathalia, Corry, Felany, Veve, Angeline dan teman-teman model di Nik's Karamasu** yang telah banyak membantu penulis sehingga skripsi ini selesai.
14. **Dwi, Rosid** yang telah memberi semangat penulis dan membantu memperbaiki notebook.
15. **Semua teman-teman angkatan 2004** yang bersama-sama menempuh perkuliahan.
16. **Serta semua pihak** yang telah membantu dan mendukung penulis sehingga skripsi ini selesai.

Kiranya Tuhan Yesus Kristus melimpahkan berkat dan rahmat-Nya atas semua bantuan dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini, masih banyak kekurangan dan jauh dari sempurna dikarenakan keterbatasan waktu, tenaga dan pikiran. Namun demikian peneliti dengan rendah hati berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan. Akhir kata peneliti menutup ucapan terima kasih ini dengan meminta saran dan kritik yang membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini dapat membantu dan bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Surabaya, 29 Januari 2009

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
Halaman Judul.....	i
Surat Pernyataan.....	ii
Halaman Persetujuan .....	iii
Halaman Pengesahan .....	iv
Halaman Persembahan.....	v
Halaman Motto.....	vi
Ungkapan Terima Kasih .....	vii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Lampiran .....	xiv
Abstraksi .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Batasan Masalah .....	7
1.3. Rumusan Masalah .....	8
1.4. Tujuan Penelitian .....	8
1.5. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II. LANDASAN TEORI .....	10
2.1. Stres .....	10
2.1.1. Pengertian Stres .....	10
2.1.2. Macam-macam Stres .....	11
2.1.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres .....	11
2.1.4. Gejala-gejala stres .....	13
2.2. Citra tubuh .....	
2.2.1. Pengertian citra tubuh.....	15
2.2.2. Aspek-aspek citra tubuh .....	16

2.2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh .....	17
2.3. Remaja .....	19
2.3.1. Pengertian Remaja .....	19
2.3.2. Ciri-Ciri Masa Remaja .....	19
2.3.3. Tugas Perkembangan Remaja .....	22
2.4. Review Penelitian Terdahulu .....	23
2.5. Hubungan Antara Citra Tubuh dan Kecenderungan Stres Pada Remaja Perempuan yang Berprofesi Sebagai Model .....	24
2.6. Hipotesis .....	25
BAB III. METODE PENELITIAN .....	26
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian .....	26
3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	27
3.4. Metode Pengumpulan Data .....	28
3.4.1. Penyusunan Skala Stres Pada Remaja Perempuan .....	28
3.4.2. Penyusunan Skala Citra Tubuh .....	29
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	31
3.5.1. Validitas Alat Ukur .....	31
3.5.2. Reliabilitas Alat Ukur .....	31
3.6. Teknik Analisis Data .....	32
BAB IV. : PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....	33
4.1. Orientasi Kancha Penelitian .....	33
4.1.1. Sekilas Mengenai Nik's Karamasu Modelling Scholl Surabaya .....	33
4.2. Persiapan Penelitian .....	36
4.3. Pelaksanaan Penelitian .....	37
4.4. Hasil Penelitian .....	38
4.4.1. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	38
4.4.2. Deskripsi Data Subjek Penelitian .....	40
4.4.3. Deskripsi Variabel Penelitian .....	41

4.5. Uji Asumsi .....	46
4.6. Uji Hipotesis .....	47
BAB V. PENUTUP .....	48
5.1. Bahasan .....	48
5.2. Simpulan .....	52
5.3. Saran .....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	54
LAMPIRAN.....	57

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1.1. Data responden .....	4
3.1. <i>Blueprint</i> skala stres .....	29
3.2. <i>Blueprint</i> skala citra tubuh .....	30
4.1. Distribusi jumlah aitem sahik skala stres .....	39
4.2. Distribusi jumlah aitem sahik skala citra tubuh .....	39
4.3. Deskripsi usia subjek penelitian .....	40
4.4. Distribusi frekuensi nilai variabel stres .....	42
4.5. Distribusi frekuensi nilai variabel citra tubuh .....	43
4.6. Tabel silang usia dan stres .....	44
4.7. Tabel silang usia dan citra tubuh .....	44
4.8. Tabel silang citra tubuh dan kecenderungan stres .....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran A. Coding citra tubuh .....	62
Lampiran B. Coding stres.....	63
Lampiran C. Hasil uji validitas dan reliabilitas skala stres .....	64
Lampiran D. Data aitem sahik skala stres .....	65
Lampiran E. Hasil uji validitas dan reliabilitas skala citra tubuh .....	66
Lampiran F. Data aitem sahik skala citra tubuh .....	68
Lampiran G. Hasil uji normalitas.....	69
Lampiran H. Hasil uji linieritas.....	71
Lampiran I. Hasil uji korelasi.....	72
Lampiran J. Surat ijin pengambilan data dari fakultas psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya ke Nik's Karamasu <i>modelling</i> School Surabaya	
Lampiran K. Surat balasan / keterangan dari Nik's Karamasu <i>Modelling</i> School Surabaya	

Elvira Pratiwi (2009). “Citra Tubuh Dan Kecenderungan Stres Pada Remaja Perempuan Yang Berprofesi Sebagai Model”. *Skripsi Sarjana Strata 1*. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

### ABSTRAKI

Fenomena tentang para model di dunia *modelling* khususnya remaja putri harus memiliki tubuh yang indah bukanlah hal yang asing lagi. Para model diharuskan untuk menjaga penampilan mereka sebagai suatu aset yang berharga dalam karirnya di dunia *modelling*. Oleh sebab itu, dibutuhkan usaha usaha yang membuat tubuh selalu sehat dan tampil menawan. Dengan banyaknya tuntutan yang timbul baik dari dalam dirinya maupun dari luar dapat menyebabkan stres. Stres merupakan tanggapan yang menyeluruh dari tubuh terhadap setiap tuntutan yang terjadi pada tubuh tersebut. Selain itu, banyak remaja putri yang berprofesi sebagai model merasa bentuk tubuhnya belum ideal karena adanya persepsi yang negatif terhadap tubuhnya yang timbul dari dalam dirinya sehingga menimbulkan stres. Persepsi terhadap tubuhnya disebut juga dengan citra tubuh (*body image*).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara citra tubuh dan kecenderungan stres pada remaja perempuan yang berprofesi sebagai model.

Subjek penelitian (N=40) adalah remaja perempuan yang berprofesi sebagai model di Nik's Karamasu Surabaya, usia 18-21 tahun. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode skala. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik statistik parametrik yaitu korelasi *product moment*.

Dari hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh nilai  $r_{xy}$  sebesar  $-0,498$  dengan  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara citra tubuh dan kecenderungan stres pada remaja perempuan yang berprofesi sebagai model. Variabel citra tubuh memberikan sumbangan efektif (SE) 24,8% terhadap variabel stres.

Kata Kunci : Citra tubuh, stres, remaja perempuan, model.