

# GAMBARAN *SELF-ESTEEM* PADA REMAJA OBESITAS

## SKRIPSI



OLEH:

Allen Grecco Jordano

NRP: 7103016018

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2020

# **GAMBARAN *SELF-ESTEEM* PADA REMAJA OBESITAS**

## **SKRIPSI**

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



OLEH:

Allen Grecco Jordano

NRP: 7103016018

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2020

## SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Allen Grecco Jordanio

NRP : 7103016018

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

### **GAMBARAN *SELF-ESTEEM* PADA REMAJA OBESITAS**

Benar-benar merupakan karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran dalam membuatnya

Surabaya, 8 Mei 2020  
Yang membuat pernyataan,



Allen Grecco Jordanio

**HALAMAN PERSETUJUAN**

SKRIPSI

GAMBARAN *SELF-ESTEEM* PADA REMAJA OBESITAS

Oleh:

Allen Grecco Jordano

NRP: 7103016018

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

Pembimbing : Agustina Engry, M.Psi., Psikolog  
NIDN : 0718089102  
agustina-engry@ukmws.ac.id



Surabaya, 8 Mei 2020

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Allen Grecco Jordanio

NRP : 7103016018

Menyetujui skripsi/ karya ilmiah saya yang berjudul:

**GAMBARAN *SELF-ESTEEM* PADA REMAJA OBESITAS**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 8 Mei 2020  
Yang membuat pernyataan



Allen Grecco Jordanio





## HALAMAN PENGESAHAN

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

Pada tanggal 8 Mei 2020

Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Dekan  
  
(E. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)

Dewan Penguji:

1. Ketua : Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog (  )
2. Sekretaris : Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog (  )
3. Anggota : Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog (  )
4. Anggota : Agustina Engry, M.Psi., Psikolog (  )  
NIDN : 0718089102

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

**PENELITIAN INI DIPERSEMBAHKAN UNTUK KEDUA  
ORANG TUA TERCINTA, OMA & OPA TERSAYANG, ADIK-  
ADIK TERSAYANG, SELURUH KELUARGA BESAR, TEMAN-  
TEMAN TERKASIH.**

## HALAMAN MOTTO

*“IMMANUEL”*

**Have I not commanded you? Be strong and courageous. Don't be afraid; do not be discouraged, for the LORD your God will be with you wherever you go.**

**-Yosua 1:9-**

**So don't fear, for I am with you; don't be dismayed. For I am your God. I'll strengthen you and help you; I'll uphold you with my righteous right hand**

**-Yesaya 41:10-**



## UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat-Nya, bimbingan-Nya kepada peneliti selama pengerjaan skripsi ini. Peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang turut serta membantu dan mendukung peneliti selama penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. **Ibu Florentina Yuni Apsari, M.Si., Psikolog.** selaku dekan Fakultas Psikologi UKWMS atas segala bantuan yang telah diberikan, terkait dengan proses perijinan dan hal-hal lainnya yang mendukung peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
2. **Ibu Agustina Engry, M.Psi., Psikolog,** selaku dosen pembimbing skripsi atas segala masukan dan bimbingan yang telah diberikan kepada peneliti hingga skripsi ini dapat selesai dengan baik. Terima kasih pula telah meluangkan waktu, memberikan dorongan dan semangat serta kepercayaan kepada peneliti.
3. **Pak Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog dan Pak Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog** selaku tim dosen penguji proposal skripsi dan skripsi yang bersedia meluangkan waktunya dan memberikan saran-saran perbaikan untuk dapat menyempurnakan penelitian ini.
4. **Bu Lilis, Mbak Eva dan Pak Anang** selaku selaku tim Tata Usaha Fakultas Psikologi UKWMS, atas segala bantuan yang diberikan kepada peneliti sejak awal perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.
5. **Tim Dosen Fakultas Psikologi UKWMS,** atas segala bimbingannya selama proses perkuliahan dan ilmu yang telah diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. **Orangtua tercinta,** Mama dan Papa atas segala cinta, kasih sayang, dukungan dan semangat yang tak henti diberikan kepada peneliti sampai saat ini.
7. **Informan** yang telah mengisi kuisioner saya sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.

8. Kepada **Olivia Agatha & Odilia Widya**, teman seperjuangan yang membantu peneliti ketika sedang kesusahan serta selalu memberikan semangat agar tetap mengerjakan skripsi ini.
9. **Semua pihak terkait, teman-teman serta keluarga** yang selalu mendukung peneliti yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Akhir kata, peneliti memohon maaf atas kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti berharap agar skripsi ini dapat bermanfaat dan dapat menjadi pengetahuan yang berguna bagi para pembaca.

Surabaya, 8 Mei 2020

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Surat Pernyataan.....	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah.....	iv
Halaman Pengesahan.....	v
Halaman Persembahan.....	vi
Halaman Motto.....	vii
Ungkapan Terima Kasih.....	viii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Gambar.....	xiii
Abstraksi.....	xiv
<i>Abstract</i> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Batasan Masalah.....	10
1.3. Rumusan Masalah.....	10
1.4. Tujuan Penelitian.....	10
1.5. Manfaat Penelitian.....	10
1.5.1. Manfaat Teoritis.....	10
1.5.2. Manfaat Praktis.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	12
2.1. Kajian Literatur Seputar Konsep <i>Self-esteem</i> .....	12
2.1.1. Pengertian <i>self-esteem</i> .....	12
2.1.2. Aspek-aspek <i>self-esteem</i> .....	12
2.1.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>self-esteem</i> .....	14
2.1.4. Karakteristik <i>self-esteem</i> .....	15
2.2. Kajian Literatur Seputar Fenomena Obesitas.....	17
2.2.1. Definisi Obesitas.....	17
2.2.2. Klasifikasi Obesitas.....	17
2.2.3. Dampak Obesitas.....	17
2.2.4. Faktor-faktor Penyebab Obesitas.....	18
2.3. Kajian Literatur Seputar Remaja.....	20
2.3.1. Pengertian Remaja.....	20
2.3.2. Batasan Usia Remaja.....	20
2.3.3. Tugas Perkembangan Remaja.....	20

2.3.4. Karakteristik Remaja .....	21
2.4. Keterkaitan Variabel Tergantung dengan Konteks Penelitian...	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian .....	27
3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	27
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	27
3.3.1. Populasi .....	27
3.3.2. Teknik Pengambilan Sampel .....	28
3.4. Metode Pengumpulan data .....	28
3.4.1. Penyusunan Skala.....	29
3.4.2. Skala <i>self-esteem</i> .....	30
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	30
3.5.1. Validitas.....	30
3.5.2. Reliabilitas .....	31
3.6. Teknik Analisa Data.....	31
3.7. Etika Penelitian.....	32
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
4.1. Orientasi Kancah Penelitian .....	33
4.2. Persiapan Pengambilan Data .....	34
4.3. Pelaksanaan Penelitian .....	35
4.4. Hasil Penelitian.....	37
4.4.1. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	38
4.4.2. Deskriptif Identitas Subjek .....	39
4.4.3. Hasil Analisa Data.....	40
4.4.4. Hasil Analisa Data Aspek Perasaan Terhadap Diri Sendiri .....	42
4.4.5. Hasil Analisa Data Aspek Perasaan Terhadap Hidup ....	44
4.4.6. Hasil Analisa Data Aspek Hubungan Dengan Orang Lain .....	45
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>47</b>
5.1. Bahasan .....	47
5.2. Kesimpulan.....	52
5.3. Saran .....	52
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>54</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Karakteristik <i>Self-esteem</i> .....	16
Tabel 3.1. Tabel Penilaian Skala Gambaran <i>self-esteem</i> pada Remaja Obesitas .....	29
Tabel 3.2. Blue Print Skala <i>self-esteem</i> .....	30
Tabel 3.3. Rumus Kategorisasi Skor Skala .....	32
Tabel 4.1. Blueprint Aitem Sahih dan Gugur Skala <i>Self-esteem</i> .....	38
Tabel 4.2. Rumus Kategorisasi Skor Skala <i>Self-esteem</i> .....	40
Tabel 4.3. Hasil Kategorisasi Skor Skala <i>Self-esteem</i> .....	41
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi <i>Self-esteem</i> .....	41
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Aspek Perasaan Terhadap Diri Sendiri .....	43
Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Aspek Perasaan Terhadap Hidup ...	44
Tabel 4.7. Distribusi Frekuensi Aspek Hubungan Dengan Orang Lain.....	46

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1. Diagram Presentase Jenis Kelamin Remaja Obesitas ..	39
Gambar 4.2. Diagram Presentase Usia Remaja Obesitas .....	39
Gambar 4.3. Diagram Presentase Variabel Gambaran <i>Self-esteem</i> ..	42
Gambar 4.4. Diagram Presentase Aspek Perasaan Terhadap Diri .....	
Sendiri.....	43
Gambar 4.5. Diagram Presentase Aspek Perasaan Terhadap Hidup	45
Gambar 4.6. Diagram Presentase Aspek Hubungan Dengan Orang ....	
Lain.....	46

**Allen Grecco Jordanio (2020).** “Gambaran *Self-esteem* pada Remaja Obesitas”. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

### **ABSTRAKSI**

Obesitas didefinisikan sebagai akumulasi abnormal lemak tubuh yang dapat menyebabkan resiko bagi kesehatan (WHO, 2018). Obesitas sendiri juga dialami oleh berbagai kalangan usia. Menurut data prevalensi dari Kemenkes (2018) menyatakan bahwa remaja yang mengalami obesitas mengalami peningkatan di setiap tahunnya. Obesitas sendiri memiliki dampak secara biologis dan sosio-emosional. Dampak secara sosio-emosional salah satunya yaitu mengalami harga diri (*self-esteem*) rendah. *Self-esteem* adalah penilaian tentang diri sendiri, tolak ukur harga diri kita sebagai manusia, berdasarkan pada kemampuan penerimaan diri dan perilaku sendiri. Orang dengan *self-esteem* yang tinggi akan merasa puas dengan dirinya sendiri, bangga dengan dirinya sendiri, dan lain-lain. Hal tersebut berbanding terbalik dengan orang yang memiliki *self-esteem* rendah. Subjek penelitian (N=30) adalah remaja obesitas yang tinggal di Surabaya. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*, sedangkan pengumpulan data menggunakan skala *self-esteem*. Data yang diperoleh dianalisa secara deskriptif menggunakan *SPSS 16 for Windows*. Dari hasil penelitian, diperoleh 8 orang (26,67%) memiliki *self-esteem* dalam kategori sangat tinggi, 16 orang (53,33%) memiliki *self-esteem* dalam kategori tinggi, 6 orang (20%) memiliki *self-esteem* dalam kategori sedang. Hasil tersebut memberikan kesimpulan bahwa *self-esteem* pada remaja obesitas dalam penelitian ini tergolong tinggi.

**Kata kunci:** gambaran, harga diri, remaja obesitas

**Allen Grecco Jordano (2020).** “Depiction of *Self-esteem* in Obese Adolescents”. *Undergraduate Thesis*. Faculty of Psychology Widya Mandala Catholic University Surabaya.

### **ABSTRACT**

*Obesity is defined as an abnormal accumulation of body fat that can cause risks to health (WHO, 2018). Obesity itself is also experienced by various ages. According to prevalence data from the Ministry of Health (2018) states that adolescents who are obese have increased every year. Obesity has a biological and socio-emotional impact. One socio-emotional impact is experiencing low self-esteem. Self-esteem is the value we place on ourselves. It is our assesment of our worth as a human being, based on our approval of ourselves and our behaviour. People with high self-esteem will feel satisfied with themselves, proud of themselves, etc. This is inversely proportional to what is felt when people have low self-esteem. Research subject (N=30) are obese adolescents who live in Surabaya. Sampling is done by purposive sampling, while data collection uses a self-esteem scale. The data obtained were analyzed descriptively, using SPSS 16 for Windows. From the result of the study, obtained 8 peoples (26,67%) had a self-esteem in the very high category, 16 peoples (53,33%) had a self-esteem in the high category, and 6 peoples (20%) had a self-esteem in the medium category. The results concluded that self-esteem in obese adolescents in this study was high.*

**Keyword:** *depiction, self-esteem, obese adolescents*