

# HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* TERHADAP PERSEPSI CITRA TUBUH DAN GANGGUAN PERILAKU MAKAN PADA MAHASISWA SARJANA DI INDONESIA

HESTI NISRINA NURHAYATI



DEPARTEMEN BIOLOGI  
FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2024

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University  
Bogor Indonesia

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



## @Hak cipta milik IPB University

Hak cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



## PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan antara *Self-Esteem* terhadap Persepsi Citra Tubuh dan Gangguan Perilaku Makan pada Mahasiswa Sarjana di Indonesia” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juni 2024

Hesti Nisrina Nurhayati  
G3401201007



## ABSTRAK

HESTI NISRINA NURHAYATI. Hubungan antara *Self-Esteem* terhadap Persepsi Citra Tubuh dan Gangguan Perilaku Makan pada Mahasiswa Sarjana di Indonesia. Dibimbing oleh KANTHI ARUM WIDAYATI dan SARAH NILA.

*Self-esteem* adalah penilaian terhadap diri sendiri secara baik positif maupun negatif. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa *self-esteem* berkorelasi dengan citra tubuh dan gangguan perilaku makan. Namun, penelitian tersebut hanya dilakukan dengan subyek terbatas, serta faktor sosial dan demografi yang minim dibahas. Penelitian ini bertujuan menguji hubungan antara *self-esteem* terhadap persepsi citra tubuh dan gangguan perilaku makan pada mahasiswa sarjana di Indonesia. Data dikumpulkan dari hasil pengisian kuesioner oleh 407 mahasiswa sarjana di Indonesia. Tingkat *self-esteem* responden ditentukan dengan menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)*. *Contour Drawing Rating Scale* akan digunakan untuk mengukur persepsi citra tubuh responden. *Eating Attitude Test-26 (EAT-26)* akan digunakan untuk mengukur gejala dan kekhawatiran responden terhadap gangguan perilaku makan. Data dianalisis dengan perangkat lunak R Studio. Korelasi antara *self-esteem* dengan citra tubuh dan gangguan perilaku makan dianalisis dengan uji korelasi Spearman. Studi ini menunjukkan bahwa mahasiswa sarjana di Indonesia memiliki *self-esteem* yang rendah ( $26,60 \pm 4,68$ ), ketidakpuasan terhadap citra tubuh ( $1,77 \pm 1,14$ ), dan gangguan perilaku makan yang rendah ( $14,44 \pm 10,67$ ). *Self-esteem* memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan ketidakpuasan terhadap citra tubuh ( $R = -0,31$ ,  $p\text{-value} = 2,6e-10$ ). Selain itu, *self-esteem* juga memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan gangguan perilaku makan ( $R = -0,19$ ,  $p\text{-value} = 8,956e-05$ ).

Kata kunci: citra tubuh, EAT-26, perilaku makan, RSES, self-esteem.

## ABSTRACT

HESTI NISRINA NURHAYATI. Relationship between Self-Esteem on Body Image Perception and Eating Disorder among Undergraduate Students in Indonesia. Supervised by KANTHI ARUM WIDAYATI dan SARAH NILA.

Self-esteem is a positive or negative assessment of oneself. Previous studies have found that self-esteem correlates with body image and eating disorders. However, these studies were only conducted with limited subjects, and minimal social and demographic factors were discussed. This study aims to examine the relationship between self-esteem and perceived body image and eating disorders among undergraduate students in Indonesia. Data were collected from questionnaires completed by 407 undergraduate students in Indonesia. Respondents' self-esteem level was determined using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Contour Drawing Rating Scale will be used to measure respondents' body image perception. Eating Attitude Test-26 (EAT-26) will be used to measure the respondents symptoms and concerns of eating disorder. Data were analyzed with R Studio software. The correlation between self-esteem with body image and eating disorder

is analyzed by Spearman correlation test. This study showed that undergraduate students in Indonesia had low self-esteem ( $26.60 \pm 4.68$ ), dissatisfaction with body image ( $1.77 \pm 1.14$ ), and low eating behavior disorders ( $14.44 \pm 10.67$ ). Self-esteem had a significant negative correlation with body image dissatisfaction ( $R = -0.31$ ,  $p\text{-value} = 2.6e-10$ ). In addition, self-esteem had a significant negative correlation with eating disorders ( $R = -0.19$ ,  $p\text{-value} = 2.6e-10$ ).

**Keywords:** body image, EAT-26, eating behavior, RSES, self-esteem.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



© Hak Cipta milik IPB, tahun 2024  
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

*Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.*

*Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.*

Hak cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

# HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* TERHADAP PERSEPSI CITRA TUBUH DAN GANGGUAN PERILAKU MAKAN PADA MAHASISWA SARJANA DI INDONESIA

**HESTI NISRINA NURHAYATI**

Skripsi  
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana pada  
Program Studi Biologi

**DEPARTEMEN BIOLOGI  
FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2024**

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University  
Bogor Indonesia

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.  
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



**@Hak cipta milik IPB University**

Hak cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1. Dr.Dra. Nisa Rachmania, M.Si.





@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University  
— Bogor Indonesia —

Hak cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Hubungan antara *Self-Esteem* terhadap Persepsi Citra Tubuh dan Gangguan Perilaku Makan pada Mahasiswa Sarjana di Indonesia

Nama : Hesti Nisrina Nurhayati  
NIM : G3401201007

@Hak cipta milik IPB University

Disetujui oleh

Pembimbing 1:  
Dr. Kanthi Arum Widayati, S.Si., M.Si.



Pembimbing 2:  
Dr. Sarah Nilu

SirRanila\*

Diketahui oleh

Ketua Program Studi:  
Dr. Ir. Iman Rusmana, M.Si  
NIP 19650720 199103 1002



Tanggal Ujian:  
(12 Juni 2024)

Tanggal Lulus:

## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah ini berhasil diselesaikan.

Judul penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Oktober 2023 sampai bulan April 2024 ini ialah, Hubungan antara *Self-Esteem* terhadap Persepsi Citra Tubuh dan Gangguan Perilaku Makan pada Mahasiswa Sarjana di Indonesia". Penelitian dan penyusunan skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Kanthi Arum Widayati selaku dosen pembimbing pertama dan Dr. Sarah Nila selaku dosen pembimbing kedua yang telah membimbing dan banyak memberi saran.
2. Dosen pembimbing akademik, moderator seminar, dan tenaga kependidikan Departemen Biologi.
3. Dosen penguji skripsi saya yang memberikan koreksi dan saran demi perbaikan skripsi ini.
4. Seluruh responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini.
5. Bapak Aris Pranowo, Ibu Sri Jumiati, adik perempuan saya Dini Wanda Rahmani, adik laki-laki saya Evan Setya Prananda, dan keluarga besar saya atas segala kasih sayang, doa, dan dukungannya.
6. Eno Aulia Hapsari dan Alfinia Zalfa Suryono atas segala bantuan, dukungan, dan saran selama mengerjakan skripsi.
7. Ratu Aulia Syaharany, Fatya Adzkiya, dan Indah Noviana yang telah memberikan dukungan, saran dan ilmu selama mengerjakan dan menulis skripsi.
8. Nesti Laila Sa'ban, Hana Ulil Azmi, Tita Salsabila, Isnaeni Sholikhah, Nisrina Hasna Salsabila, dan lain-lain yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu atas segala bantuan, nasihat, dan dukungan selama masa kuliah. Percakapan, tawa, dan air mata kami bersama sangat berarti bagi saya, terutama di masa-masa tersulit.
9. Keluarga Mahasiswa Purworejo IPB (Gamapuri) dan KKNT-Desa Kandangserang atas segala dukungan dan bantuannya selama masa kuliah.
10. Semua musisi terutama Seventeen, DAY6, NCT, Taylor Swift, dan NIKI yang telah menghibur saya selama masa-masa sulit.

Semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Juni 2024

*Hesti Nisrina Nurhayati*



## DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xi
<b>PENDAHULUAN</b>	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	2
<b>II METODE</b>	3
2.1 Waktu dan Tempat	3
2.2 Etik	3
2.3 Responden	3
2.4 Pengumpulan Data	3
2.5 Analisis Data	4
<b>III HASIL</b>	5
3.1 Data demografi responden	5
3.2 <i>Self-esteem</i> menggunakan <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i>	6
3.3 Citra tubuh menggunakan <i>Contour Drawing Rating Scale</i>	6
3.4 Gangguan perilaku makan menggunakan <i>Eating Attitudes Test-26</i>	7
3.5 Korelasi antara <i>self-esteem</i> dengan citra tubuh	8
3.6 Korelasi antara <i>self-esteem</i> dengan gangguan perilaku makan	9
3.7 Variabel yang berasosiasi dengan <i>self-esteem</i>	9
3.8 Variabel yang berasosiasi dengan citra tubuh	10
3.9 Variabel yang berasosiasi dengan gangguan perilaku makan	11
<b>IV PEMBAHASAN</b>	11
<b>V SIMPULAN DAN SARAN</b>	16
5.1 Simpulan	16
5.2 Saran	16
DAFTAR PUSTAKA	17
LAMPIRAN	20
RIWAYAT HIDUP	30

## DAFTAR TABEL

1	Data demografi responden	5
2	Variabel yang berasosiasi dengan <i>self-esteem</i>	10
3	Variabel yang berasosiasi dengan citra tubuh	10
4	Variabel yang berasosiasi dengan gangguan perilaku makan	11

## DAFTAR GAMBAR

1	Histogram skor <i>self-esteem</i>	6
2	Perbedaan <i>self-esteem</i> berdasarkan jenis kelamin	6
3	Histogram skor citra tubuh	7
4	Perbedaan citra tubuh berdasarkan jenis kelamin	7
5	Histogram skor gangguan perilaku makan	8
6	Perbedaan gangguan perilaku makan berdasarkan jenis kelamin	8

## DAFTAR LAMPIRAN

1	Etik	21
2	<i>Informed consent</i>	22
3	Kuesioner data sosiodemografi	22
4	<i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i>	23
5	<i>Contour Drawing Rating Scale</i>	24
6	<i>Eating Attitude Test-26</i>	25
7	<i>Generalized Linear Model (GLM) Self-Esteem</i>	29
8	<i>Generalized Linear Model (GLM) Citra Tubuh</i>	29
9	<i>Generalized Linear Model (GLM) Gangguan Perilaku Makan</i>	29