



Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological well - being* Pada Wanita Usia
Dewasa Awal Belum Menikah

TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1)
Pada Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Oleh :

NADIA TRIYULIANA
46116010009

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2020

**The relationship between fat talk with psychological well being in unmarried
early adult women**

Nadia Triyuliana

Amy Mardhatillah, Ph.D

Universitas Mercu Buana Jakarta

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship of fat talk with psychological well-being in early adult women who are not married. The total number of respondents were 204 unmarried women aged 18-24 years by filling out the negative body talk questionnaire version of Engeln-Maddox, R., Salk, RH, and Miller, S. A (2012) which had been carried out by backward forward translate and tested by expert to measure fat talk, and Ryff Psychological well-being scale that has been done backward forward translate and tested by experts to measure psychological well-being. The results show that there is a significant relationship with the acquisition of sig. 0,000; $p < 0.05$ which means that H_a is accepted. This means that there is a relationship between fat talk with psychological well-being in unmarried early adult women with a correlation value - 0.287, which the correlation in this study is in the weak category and shows a negative direction, this means that the higher the fat talk of a woman, the lower psychological well - being of the woman, and vice versa the lower the fat talk of a woman the higher the psychological well - being of a woman.

Keywords : *Fat Talk, Psychological well – being.*

**Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological well – being*
pada wanita usia dewasa awal belum menikah**

Nadia Triyuliana

Amy Mardhatillah, Ph.D

Universitas Mercu Buana Jakarta

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *fat talk* dengan *psychological well – being* pada wanita dewasa awal belum menikah. Jumlah total responden sebanyak 204 wanita belum menikah usia 18 – 24 tahun dengan mengisi kuesioner the negative body talk versi Engeln-Maddox, R., Salk, R. H., dan Miller, S. A (2012) yang telah dilakukan *backward forward translate* dan diuji oleh *expert* untuk mengukur *fat talk* , dan skala *Psychological well – being* Ryff yang telah dilakukan *backward forward translate* dan diuji oleh *expert* untuk mengukur kesejahteraan psikologis. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan perolehan nilai sig. 0.000 ; $p < 0,05$ yang berarti H_a diterima. Ini artinya, ada hubungan *fat talk* dengan *psychological well – being* pada wanita usia dewasa awal belum menikah dengan nilai korelasi $- 0,287$ yang mana korelasi dalam penelitian ini berada pada kategori lemah dan menunjukkan kearah negatif, ini berarti semakin tinggi *fat talk* seorang wanita maka semakin rendah *psychological well – being* wanita tersebut, begitupun sebaliknya semakin rendah *fat talk* seorang wanita semakin tinggi *psychological well – being* seorang wanita.

Kata kunci : *Fat Talk, Psychological well – being*

PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological well – being* pada Wanita Usia Dewasa Awal Belum Menikah**” telah diajukan pada sidang skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi psikologi.

Jakarta, 22 Juli 2020



Sidang Skripsi

Penguji I

Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog

Penguji II

Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc

Pembimbing

Dr. Amy Mardhatillah, Ph.D

PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : **Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological well – being* pada Wanita
Usia Dewasa Awal Belum Menikah**

Nama : Nadia Triyuliana

NIM : 46116010009

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 9 Juli 2020

Pembimbing



Amy Mardhatillah, Ph.D

Mengesahkan

UNIVERSITAS

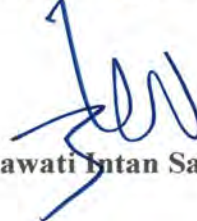
MERCU BUANA

Dekan Fakultas Psikologi



Muhammad Iqbal, Ph.D

Ketua Program Studi



Dr. Setiawati Intan Savitri, SP, M.Si

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam karya akhir ini :

Judul : **Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological well – being* pada wanita usia dewasa awal belum menikah**

Nama : Nadia Triyuliana

NIM : 46116010009

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : Kamis, 9 Juli 2020

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya **saya sendiri** dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang telah ditetapkan dengan surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 22 Juli 2020



Nadia Triyuliana

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya skripsi dengan **judul “ Hubungan *Fat Talk* dengan *Psychological well – being* pada wanita usia dewasa awal belum menikah”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi psikologi. Banyak pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan karya skripsi ini, oleh karena itu tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta anugerah-Nya kepada penulis
2. Ibu Amy Mardhatillah, Ph.D, selaku dosen pembimbing skripsi
3. Orang tua yang telah mendoakan untuk kelancaran karya skripsi yang disusun oleh penulis
4. Della, Rizqa, Tania, Tata, Tasya dan Kamala yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis
5. Serta semua pihak yang telah membantu, yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga karya skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Jakarta, Juni 2020

Nadia Triyuliana

Daftar Isi

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
Daftar Isi	vii
Daftar Tabel	x
Daftar Lampiran	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.4. Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB II	8
Kajian Teoritis	8
2.1 Psychological Well-being	8
2.1.1 Pengertian Psychological Well-being	8
2.1.2 Dimensi-dimensi Psychological Well-being	9
2.1.3 Faktor-faktor Psychological well-being	12
2.2. Fat Talk	14
2.2.1 Pengertian Fat Talk	14
2.2.2 Dimensi Fat Talk	14
2.2.3 Faktor-faktor Fat Talk	15
2.3 Penelitian Terdahulu	15

2.4 Hubungan Fat Talk dengan Psychological well-being.....	22
2.5 Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III	25
Metodologi.....	25
3. 1 Desain Penelitian.....	25
3.2 Definisi Operasional.....	25
3.2.1 Psychological Well – Being	25
3.2.2 Fat Talk.....	25
3.3 Skala Pengukuran Variabel	26
3.3.1 Alat Ukur Psychological well – being.....	26
3.3.2 Alat Ukur Fat Talk.....	27
3. 4 Populasi dan Penentuan Sampel.....	29
3.4.1 Populasi	29
3.4.2 Sampel	29
3.4.3 Teknik pengambilan sampel.....	30
3.5 Teknik Pengumpulan Data	30
3.6 Uji Validitas dan Reabilitas.....	30
3.6.1 Uji Validitas.....	30
3.6.2 Uji Reabilitas	31
3.7 Metode Analisis Data.....	31
BAB IV	32
HASIL PENELITIAN	32
4.1 Gambaran Umum Responden	32
4.1.1 Deskripsi Usia.....	32
4.1.2 Deskripsi Suku.....	33
4.1.3 Deskripsi BMI	33
4.1.4 Jenis Kampus.....	34
4.1.5 Deskripsi Status Hubungan	35
4.1.6 Deskripsi Pengalaman Patah Hati.....	35
4.1.7 Deskripsi kualitas hidup responden.....	36
4.2 Hasil Uji Instrumen	37

4.2.1 Uji Validitas.....	37
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas	39
4.3 Hasil Uji Deskriptif.....	39
4.3.1 Deskripsi data penelitian	39
4.3.2 Kategorisasi	40
4.4 Uji Normalitas.....	41
4.5 Uji Hipotesis.....	42
4.6 Analisis Tambahan.....	43
4.6.1 Uji T test.....	43
4.6.2 Uji One-Way Anova.....	44
4.7 Pembahasan Hasil Penelitian	45
BAB V	51
KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
5.1 Kesimpulan.....	51
5.3 Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	55



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Daftar Tabel

Table 1 penelitian terdahulu.....	15
Table 2 data deskripsi usia.....	32
Table 3 data deskripsi suku.....	33
Table 4 data deskripsi BMI.....	33
Table 5 data deskripsi jenis kampus	34
Table 6 data deskripsi status hubungan	35
Table 7 data deskripsi pengalaman patah hati	35
Table 8 data deskripsi kualitas hidup responden	36
Table 9 <i>blue print fat talk</i>	37
Table 10 <i>blue print psychological well-being</i>	38
Table 11 uji reabilitas.....	39
Table 12 uji deksriptif statistik	39
Table 13 kategori <i>fat talk</i>	40
Table 14 kategori <i>psychological well-being</i>	41
Table 15 uji normalitas	41
Table 16 uji korelasi.....	42



DAFTAR LAMPIRAN

Kuesioner	55
One-sample kolmogrov- smirnov test.....	62
Correlation	62
Kategori Fat Talk	61
Kategori PWB.....	63
Reability statistics Fat Talk	63
Reability statistics PWB	63
Uji t-test kampus	63
Uji t-test status hubungan.....	64
Uji t-test pengalaman patah hati	65
Uji Anova suku	66
Uji Anova BMI	71
Uji Anova Usia	77
Uji Anova kualitas hidup	88
Uji korelasi perdimensi.....	98

