



HUBUNGAN ANTARA *FAT TALK* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA WANITA USIA DEWASA AWAL MENIKAH

Dosen Pembimbing: Dr. Amy Mardhatillah, Ph.D

TUGAS AKHIR

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

Oleh:
UNIVERSITAS
DELLA AMANDA
MERCU BUANA
46116010036

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2020**

**Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological Well-Being* Pada Wanita
Dewasa Awal Menikah**

Della Amanda

Dr. Amy Mardhatillah, Ph.D

Universitas Mercu Buana Jakarta

ABSTRACT

In this case the researchers conducted a study with the aim of seeing whether there was a relationship of fat talk with psychological well-being in adulthood married women. The subject of this study consists of 156 married women. The measure instrument used in this study is the fat talk measure Negative Body Talk Scale (Renee, 2007) and the measure of Psychological Well-Being Scale (Ryff, 2007). This measuring instrument has a reliability 0.824 from the fat talk variable, and 0.884 from the psychological well-being variable. The results of this study indicate a significance value of 0.057; $p > 0.05$ which means there is no relationship between fat talk with psychological well-being in adulthood married women. Correlation test results on both variables amounted to -0.153 which means there is no correlation and shows a negative direction, where the higher the fat talk, the lower the psychological well-being, and the opposite

Keywords: *Fat Talk, Psychological Well-Being*

**Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological Well-Being* pada Wanita
Dewasa Awal Menikah**

Della Amanda

Dr. Amy Mardhatillah, Ph.D

Universitas Mercu Buana Jakarta

ABSTRAK

Dalam hal ini peneliti melakukan sebuah penelitian dengan tujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan *fat talk* dengan *psychological well-being* pada wanita dewasa awal menikah. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 156 wanita menikah. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah alat ukur *Negative Body Talk* Renee, Rachel H. Salk, dan Steven A. Miller (2012), dan alat ukur Ryff's *Psychological Well-Being Scale* (2007). Alat ukur ini memiliki nilai reliabilitasi sebesar 0,824 dari variabel *fat talk*, dan 0,884 dari variabel *psychological well-being*. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi $0,057 ; p > 0,05$ yang artinya tidak terdapat hubungan antara *fat talk* dengan *psychological well-being* pada wanita dewasa awal menikah. Hasil uji korelasi pada kedua variabel sebesar -0,153 yang artinya tidak ada korelasi dan menunjukkan arah yang negatif, dimana semakin tinggi *fat talk* maka semakin rendah *psychological well-being* nya, dan begitu juga sebaliknya.

Kata Kunci: *Fat Talk, Psychological Well-Being*

PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological Well-Being* pada Wanita Dewasa Awal 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



Penguji I

Penguji II



Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog

Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc

Pembimbing



Dr. Amy Mardhatillah, S.Psi., M.Sc., Ph.D

PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological Well – Being* pada Wanita
Usia Dewasa Awal Menikah

Nama : Della Amanda

NIM : 46116010036

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 9 Juli 2020



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 Dewasa Awal Menikah**

Nama : Della Amanda

NIM : 46116010036

Program : Program Studi Psikologi.

Tanggal : 9 Juli 2020

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya **Saya sendiri** dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang 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 pengelolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 9 Juli 2020



Della Amanda

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, dengan karunia-Nya serta rahmat yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan karya skripsi dengan judul **“Hubungan antara *Fat Talk* dengan *Psychological Well-Being* pada Wanita Dewasa Awal Menikah”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi. Banyak pihak yang telah membantu penulis dalam menyusun karya skripsi ini, oleh karena itu tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Allah SWT. yang telah memberikan anugerah-Nya kepada penulis.
2. Ibu Amy Mardatillah, Ph.D, selaku Dosen Pembimbing Skripsi, yang telah membantu memberikan pengetahuan, bimbingan, serta nasihat pada penulis.
3. Pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam mengumpulkan data penelitian.
4. Keluarga terkasih, Bapak & Ibu, serta Mas Didit, Mba Yaya, Mba Dian, Mas Riski yang Saya cintai telah memberikan dukungan moral maupun finansial kepada penulis.
5. Sahala yang selalu memberikan motivasi, menyemangati, menemani, dan memberi ketenangan, serta doa selama ini.
6. Teman terbaikku Nadia, Tata, Ambon, Rizqa, Tasya, Nindy, Diza, Ita, Nia, Ice. Terimakasih atas kebahagiaannya, dukungannya, kerjasamanya, dan tempat berbagi keluh kesah bersama.
7. Serta pada semua pihak yang telah membantu, yang tidak bisa disebutkan satu per satu, terimakasih atas bantuan, dorongan, dan doa nya.

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

Jakarta, 9 Juli 2020

Della Amanda

DAFTAR ISI

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	8
1.3. Tujuan Penelitian	8
1.4. Manfaat Penelitian	8
1.4.1. Manfaat Teoritis	8
1.4.2. Manfaat Praktis	8
BAB II KAJIAN TEORITIS	9
2.1. <i>Psychological Well Being</i>	9
2.1.1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	9

2.1.2. Dimensi-dimensi <i>Psychological Well- Being</i>	10
2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	15
2.2. <i>Fat Talk</i>	16
2.2.1. Definisi <i>Fat Talk</i>	16
2.2.2. Dimensi-dimensi <i>Fat Talk</i>	17
2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Fat Talk</i>	18
2.3. Dewasa Awal.....	19
2.3.1. Pengertian Dewasa Awal.....	19
2.3.2. Perkembangan Masa Dewasa Awal.....	19
2.4. Penelitian Terdahulu.....	20
2.5. Hubungan antara <i>Fat Talk</i> dengan <i>Psychological Well-Being</i>	25
2.6. Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1. Desain Penelitian.....	27
3.2. Definisi Operasional.....	27
3.2.1. <i>Psychological Well-Being</i>	27
3.2.2. <i>Fat Talk</i>	28
3.3. Skala Pengukuran Variabel	28
3.3.1. Alat Ukur <i>Psychological Well-Being</i>	28
3.3.2. Alat Ukur <i>Fat Talk</i>	29
3.4. Populasi dan Penentuan Sampel.....	31
3.4.1. Populasi	31
3.4.3. Teknik Pengambilan Sampel.....	31
3.5. Teknik Pengumpulan Data	31
3.6. Uji Validitas dan Reliabilitas	32
3.6.1. Uji Validitas	32

3.6.2. Uji Reliabilitas	32
3.7. Metode Analisa Data.....	32
3.7.1. Analisis Deskriptif	32
3.7.2. Uji Normalitas.....	33
3.7.3. Uji Hipotesis	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
4.1. Karakteristik Subjek	34
4.1.1. Deskripsi Umum Subjek.....	34
4.2. Hasil Uji Instrument	40
4.2.1. Hasil Uji Validitas.....	40
4.2.2. Hasil Uji Reliabilitas	42
4.3. Analisis Deskriptif Statistik.....	43
4.3.1. Analisis Deskripsi Data Penelitian	43
4.3.2. Kategorisasi Data Penelitian.....	44
4.4. Uji Asumsi Klasik	46
4.4.1. Uji Normalitas	46
4.4.2. Uji Hipotesis	47
4.5. Analisa Tambahan.....	48
4.5.1. Uji T-Test (Sample Independent)	48
4.5.2. Uji <i>One-Way</i> Anova	48
4.6. Pembahasan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
5.1. Kesimpulan.....	58
5.2. Keterbatasan Penelitian	59
5.3. Saran.....	59

DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	64



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	26
Gambar 4.1 Bar Chart Kategorisasi <i>Fat Talk</i>	44
Gambar 4.2 Bar Chart Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	45



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blue Print Psychological Well-Being</i>	29
Tabel 3. 2 <i>Blue Print Fat Talk</i>	30
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Usia.....	34
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Suku.....	35
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Latar Pendidikan.....	36
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Status Pekerjaan.....	36
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Usia Pernikahan.....	37
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Jumlah Anak.....	38
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Tinggi Badan	38
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Berat Badan	39
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Indeks Masa Tubuh (IMT)	40
Tabel 4. 10 <i>Blue Print Fat Talk</i>	41
Tabel 4. 11 <i>Blue Print Psychological Well-Being</i>	42
Tabel 4. 12 Hasil Uji Reliabilitas <i>Fat Talk</i>	42
Tabel 4. 13 Hasil Uji Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i>	43
Tabel 4. 14 Data Deskriptif Statistik <i>Fat Talk</i> , dan <i>Psychological Well-Being</i> ..	43
Tabel 4. 15 Data Kategorisasi <i>Fat Talk</i>	44
Tabel 4. 16 Data Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	45
Tabel 4. 17 Tabel Uji Normalitas.....	46
Tabel 4. 18 Tabel Uji Korelasi.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Data Demografi Subjek.....	65
Lampiran 2. Skala <i>Fat Talk</i>	66
Lampiran 3. Skala <i>Psychological Well-Being</i>	67
Lampiran 4. Tabel Distribusi Frekuensi.....	72
Lampiran 5. Tabel Uji Korelasi	75
Lampiran 6. Tabel Uji Reliabilitas.....	75
Lampiran 7. Tabel Uji Normalitas	75
Lampiran 8. Tabel Deskriptif Statistik.....	76
Lampiran 9. Tabel Korelasi Dimensi	77
Lampiran 10. Tabel Uji T-Test <i>Sample Independent</i>	79
Lampiran 11. Tabel Uji Anova	80

