

LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Data Demografi

Jenis Kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	38	33.0	33.0	33.0
	Perempuan	77	67.0	67.0	100.0
	Total	115	100.0	100.0	

Usia					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16.00	37	32.2	32.2	32.2
	17.00	34	29.6	29.6	61.7
	18.00	44	38.3	38.3	100.0
	Total	115	100.0	100.0	

Pendidikan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMA Kelas 1	33	28.7	28.7	28.7
	SMA Kelas 2	42	36.5	36.5	65.2
	SMA Kelas 3	40	34.8	34.8	100.0
	Total	115	100.0	100.0	

Lampiran 2 Uji Validitas Skala Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*

PUTARAN KE-1

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	114	99.1
	Excluded ^a	1	.9
	Total	115	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.930	28

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	87.8421	193.833	.617	.927
y2	87.4474	194.462	.643	.927
y3	87.7281	207.881	.067	.933
y4	87.9737	196.061	.574	.927
y5	87.9211	193.578	.657	.926
y6	87.6667	193.339	.592	.927
y7	88.0789	195.472	.578	.927
y8	87.7456	195.660	.575	.927
y9	87.7895	192.646	.619	.927
y10	87.9474	191.449	.715	.926
y11	87.8860	196.421	.571	.928
y12	87.5965	197.765	.423	.930
y13	87.9561	191.441	.678	.926
y14	87.7807	193.872	.611	.927
y15	87.7456	195.324	.559	.928
y16	88.0877	193.833	.613	.927
y17	87.9211	195.241	.562	.928
y18	87.7632	207.474	.083	.933
y19	87.9912	194.274	.588	.927
y20	87.7895	196.168	.552	.928
y21	87.8246	196.376	.457	.929
y22	87.9737	195.265	.585	.927
y23	87.7632	193.439	.591	.927
y24	87.7105	195.765	.518	.928
y25	87.9035	193.645	.589	.927
y26	87.8158	198.753	.471	.929
y27	87.7719	194.921	.566	.928
y28	87.9474	193.838	.599	.927

PUTARAN KE-2**Reliability**

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	114	99.1
	Excluded ^a	1	.9
	Total	115	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.936	26

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	81.1579	189.108	.635	.933
y2	80.7632	190.076	.647	.933
y4	81.2895	192.066	.559	.934
y5	81.2368	189.244	.660	.933
y6	80.9825	188.991	.595	.934
y7	81.3947	191.161	.578	.934
y8	81.0614	191.439	.571	.934
y9	81.1053	188.361	.620	.933
y10	81.2632	187.151	.716	.932
y11	81.2018	192.127	.570	.934
y12	80.9123	193.833	.407	.936
y13	81.2719	187.209	.676	.933
y14	81.0965	189.840	.600	.934
y15	81.0614	191.209	.551	.934
y16	81.4035	189.234	.626	.933
y17	81.2368	190.908	.563	.934
y19	81.3070	189.985	.588	.934
y20	81.1053	191.971	.547	.934
y21	81.1404	192.086	.456	.936
y22	81.2895	191.004	.583	.934
y23	81.0789	188.764	.606	.934
y24	81.0263	191.371	.521	.935
y25	81.2193	188.792	.612	.933
y26	81.1316	194.257	.478	.935
y27	81.0877	190.859	.556	.934
y28	81.2632	189.311	.609	.933

Lampiran 3 Uji Validitas Skala *Body Image*

PUTARAN KE-1

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	112	97.4
	Excluded ^a	3	2.6
	Total	115	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.949	36

Item-Total Statistics					
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted	
x1.1	117.3125	389.406	.663		.946
x1.2	117.1429	391.295	.599		.947
x1.3	117.3571	391.439	.630		.947
x1.4	117.2232	397.040	.527		.948
x1.5	117.3571	396.214	.519		.948
x1.6	117.4554	388.484	.699		.946
x1.7	117.2589	393.329	.609		.947
x1.8	117.0179	397.657	.524		.948
x1.9	117.4196	387.489	.690		.946
x1.10	117.2321	389.297	.656		.947
x1.11	117.1250	399.318	.435		.948
x1.12	117.3482	390.139	.638		.947
x1.13	117.3214	392.004	.564		.947
x1.14	117.0268	390.945	.620		.947
x1.15	117.3929	392.637	.690		.946
x1.16	117.2054	395.984	.577		.947
x1.17	117.1786	394.490	.551		.947
x1.18	117.2857	392.674	.618		.947
x1.19	117.5000	395.802	.533		.948
x1.20	117.3125	398.505	.477		.948
x1.21	117.2589	392.446	.634		.947
x1.22	117.0982	396.684	.530		.948
x1.23	117.2500	395.198	.538		.947
x1.24	117.4375	390.699	.656		.947
x1.25	117.2143	392.764	.627		.947
x1.26	116.9643	414.143	.051		.951
x1.27	117.3661	392.811	.651		.947
x1.28	117.2054	394.057	.583		.947
x1.29	117.0268	393.936	.583		.947
x1.30	117.2500	389.649	.675		.946
x1.31	117.1429	392.880	.633		.947
x1.32	117.0089	390.459	.673		.946
x1.33	117.1607	396.983	.484		.948
x1.34	117.3482	411.977	.095		.951
x1.35	117.2054	391.840	.577		.947
x1.36	117.2143	393.179	.565		.947

PUTARAN KE-2

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	112	97.4
	Excluded ^a	3	2.6
	Total	115	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.953	34

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1.1	110.4464	382.357	.670	.951
x1.2	110.2768	384.364	.601	.951
x1.3	110.4911	384.613	.630	.951
x1.4	110.3571	390.051	.530	.952
x1.5	110.4911	389.135	.525	.952
x1.6	110.5893	381.668	.700	.951
x1.7	110.3929	386.313	.614	.951
x1.8	110.1518	390.887	.520	.952
x1.9	110.5536	380.826	.686	.951
x1.10	110.3661	382.216	.663	.951
x1.11	110.2589	392.554	.431	.953
x1.12	110.4821	383.207	.641	.951
x1.13	110.4554	385.061	.567	.952
x1.14	110.1607	383.884	.626	.951
x1.15	110.5268	385.981	.684	.951
x1.16	110.3393	388.965	.581	.952
x1.17	110.3125	387.568	.553	.952
x1.18	110.4196	385.831	.618	.951
x1.19	110.6339	388.955	.533	.952
x1.20	110.4464	391.727	.474	.952
x1.21	110.3929	385.538	.636	.951
x1.22	110.2321	389.819	.530	.952
x1.23	110.3839	388.635	.530	.952
x1.24	110.5714	384.283	.645	.951
x1.25	110.3482	385.923	.627	.951
x1.27	110.5000	386.126	.647	.951
x1.28	110.3393	387.235	.583	.952
x1.29	110.1607	386.605	.597	.951
x1.30	110.3839	383.049	.669	.951
x1.31	110.2768	386.166	.630	.951
x1.32	110.1429	383.601	.674	.951
x1.33	110.2946	389.867	.490	.952
x1.35	110.3393	384.749	.584	.952
x1.36	110.3482	386.445	.563	.952

Lampiran 4 Uji Validitas Skala *Self-Esteem*

PUTARAN KE-1

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	114	99.1
	Excluded ^a	1	.9
	Total	115	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.925	36

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x2.1	112.6140	299.867	.557	.922
x2.2	112.6491	301.699	.500	.923
x2.3	113.6316	290.695	.634	.921
x2.4	113.5789	292.299	.593	.921
x2.5	112.8421	300.152	.413	.923
x2.6	112.8421	298.364	.457	.923
x2.7	113.4298	290.230	.608	.921
x2.8	113.3772	290.662	.588	.921
x2.9	112.8596	302.139	.377	.924
x2.10	112.8421	302.913	.360	.924
x2.11	113.4561	291.843	.587	.921
x2.12	113.3246	290.575	.596	.921
x2.13	112.8684	300.345	.386	.924
x2.14	112.9474	297.148	.478	.923
x2.15	113.2456	289.550	.637	.921
x2.16	113.1140	288.598	.648	.921
x2.17	112.9561	301.564	.373	.924
x2.18	113.0614	301.669	.359	.924
x2.19	113.3070	291.790	.582	.921
x2.20	113.1140	292.438	.573	.922
x2.21	112.8684	297.761	.472	.923
x2.22	112.9825	300.035	.396	.924
x2.23	113.1754	292.234	.564	.922
x2.24	113.1053	292.608	.567	.922
x2.25	112.9211	300.498	.398	.924
x2.26	113.0351	299.946	.394	.924
x2.27	113.2719	291.492	.592	.921
x2.28	113.2368	291.457	.579	.921
x2.29	113.0877	311.691	.018	.927
x2.30	113.1316	301.814	.332	.924
x2.31	113.2807	291.036	.571	.922
x2.32	113.2018	292.286	.537	.922
x2.33	113.1053	297.263	.440	.923
x2.34	113.0965	312.123	.004	.927
x2.35	113.2456	294.346	.516	.922
x2.36	113.1667	290.901	.585	.921

PUTARAN KE-2

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	114	99.1
	Excluded ^a	1	.9
	Total	115	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.930	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Item-Corrected Correlation	Item-Total Cronbach's Alpha if Item Deleted
x2.1	106.1140	297.996	.573	.928
x2.2	106.1491	299.951	.510	.929
x2.3	107.1316	289.407	.628	.927
x2.4	107.0789	291.135	.583	.928
x2.5	106.3421	298.776	.408	.929
x2.6	106.3421	296.917	.455	.929
x2.7	106.9298	288.862	.604	.927
x2.8	106.8772	289.259	.585	.927
x2.9	106.3596	300.763	.371	.930
x2.10	106.3421	301.501	.355	.930
x2.11	106.9561	290.007	.597	.927
x2.12	106.8246	288.765	.605	.927
x2.13	106.3684	299.297	.370	.930
x2.14	106.4474	296.019	.465	.929
x2.15	106.7456	287.696	.648	.927
x2.16	106.6140	286.841	.655	.927
x2.17	106.4561	300.445	.359	.930
x2.18	106.5614	300.496	.347	.930
x2.19	106.8070	289.803	.596	.927
x2.20	106.6140	290.416	.589	.927
x2.21	106.3684	296.766	.454	.929
x2.22	106.4825	298.960	.381	.930
x2.23	106.6754	290.044	.584	.928
x2.24	106.6053	290.383	.588	.927
x2.25	106.4211	299.910	.365	.930
x2.26	106.5351	299.561	.357	.930
x2.27	106.7719	288.992	.622	.927
x2.28	106.7368	288.886	.610	.927
x2.30	106.6316	301.845	.280	.931
x2.31	106.7807	288.190	.609	.927
x2.32	106.7018	289.539	.573	.928
x2.33	106.6053	297.144	.397	.930
x2.35	106.7456	291.767	.548	.928
x2.36	106.6667	288.383	.614	.927

Lampiran 5 Uji Normalitas Sebaran

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test					
			Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)	Body image (X1)	Self-esteem (X2)
N			115	115	115
Normal Parameters ^{a,b}		Mean	84.3391	114.0348	109.8261
		Std. Deviation	14.28586	20.20983	17.56954
Most Differences	Extreme	Absolute	.078	.067	.070
		Positive	.078	.067	.070
		Negative	-.062	-.067	-.058
Test Statistic			.078	.067	.070
Asymp. Sig. (2-tailed)			.082 ^c	.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 6 Uji Linieritas Hubungan

Tabel Hasil Uji Linieritas X1 dan Y

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y) *	Between Groups	(Combined)	18014.94	58	310.602	3.313	.000
			1				
		Linearity	10284.17	1	10284.170	109.680	.000
			0				
		Deviation from Linearity	7730.771	57	135.628	1.446	.084
	Within Groups		5250.833	56	93.765		
	Total		23265.77	114			
				4			

Tabel Hasil Uji Linieritas X2 dan Y

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y) *	Between Groups	(Combined)	12434.82	57	218.155	1.148	.302
			4				
		Linearity	3230.497	1	3230.497	17.001	.000
		Deviation from Linearity	9204.327	56	164.363	.865	.706
	Within Groups		10830.95	57	190.017		
			0				
	Total		23265.77	114			
				4			

Lampiran 7 Uji Multikolinieritas

Coefficients ^a							
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance VIF
1	(Constant)	52.348	9.886		5.295	.000	
	Body image (X1)	.430	.051	.608	8.468	.000	.910 1.09
	Self-esteem (X2)	-.155	.058	-.190	-2.652	.009	.910 1.09

a. Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)

Lampiran 8 Uji Heteroskedastisitas

Correlations					
			Body image (X1)	Self-esteem (X2)	Absolute Residual
Spearman's rho	Body image (X1)	Correlation Coefficient	1.000	-.306**	-.011
		Sig. (2-tailed)	.	.001	.910
		N	115	115	115
	Self-esteem (X2)	Correlation Coefficient	-.306**	1.000	-.046
		Sig. (2-tailed)	.001	.	.626
		N	115	115	115
	Absolute Residual	Correlation Coefficient	-.011	-.046	1.000
		Sig. (2-tailed)	.910	.626	.
		N	115	115	115

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 9 Uji Regresi

Regression

Descriptive Statistics				
	Mean	Std. Deviation	N	
Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)	84.3391	14.28586	115	
Body image (X1)	114.0348	20.20983	115	
Self-esteem (X2)	109.8261	17.56954	115	

Correlations				
		Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)	Body image (X1)	Self-esteem (X2)
Pearson Correlation	Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)	1.000	.665	-.373
	Body image (X1)	.665	1.000	-.300
	Self-esteem (X2)	-.373	-.300	1.000
Sig. (1-tailed)	Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)	.	.000	.000
	Body image (X1)	.000	.	.001
	Self-esteem (X2)	.000	.001	.
N	Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)	115	115	115
	Body image (X1)	115	115	115
	Self-esteem (X2)	115	115	115

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Self-esteem (X2), Body image (X1) ^b		. Enter

a. Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.689 ^a	.475	.466	10.44301

a. Predictors: (Constant), Self-esteem (X2), Body image (X1)

b. Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	11051.462	2	5525.731	50.669	.000 ^b
	Residual	12214.312	112	109.056		
	Total	23265.774	114			

a. Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)

b. Predictors: (Constant), Self-esteem (X2), Body image (X1)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance
1	(Constant)	52.348	9.886		5.295	.000	
	Body image (X1)	.430	.051	.608	8.468	.000	.910
	Self-esteem (X2)	-.155	.058	-.190	-2.652	.009	.910

a. Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Body image (X1)	Self-esteem (X2)
1	1	2.958	1.000	.00	.00	.
	2	.036	9.095	.00	.41	.
	3	.006	21.450	1.00	.59	.

a. Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)

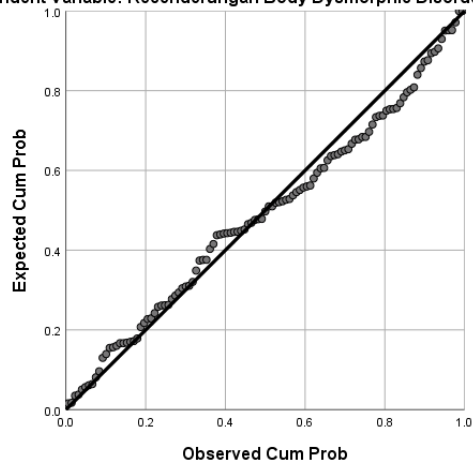
Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	64.7372	104.9061	84.3391	9.84595	1
Std. Predicted Value	-1.991	2.089	.000	1.000	1
Standard Error of Predicted Value	.977	2.854	1.626	.450	1
Adjusted Predicted Value	64.7232	105.2646	84.3487	9.87274	1
Residual	-22.47095	44.02511	.00000	10.35099	1
Std. Residual	-2.152	4.216	.000	.991	1
Stud. Residual	-2.190	4.249	.000	1.002	1
Deleted Residual	-23.28559	44.72321	-.00955	10.58236	1
Stud. Deleted Residual	-2.229	4.619	.004	1.028	1
Mahal. Distance	.007	7.525	1.983	1.581	1
Cook's Distance	.000	.095	.007	.013	1
Centered Leverage Value	.000	.066	.017	.014	1

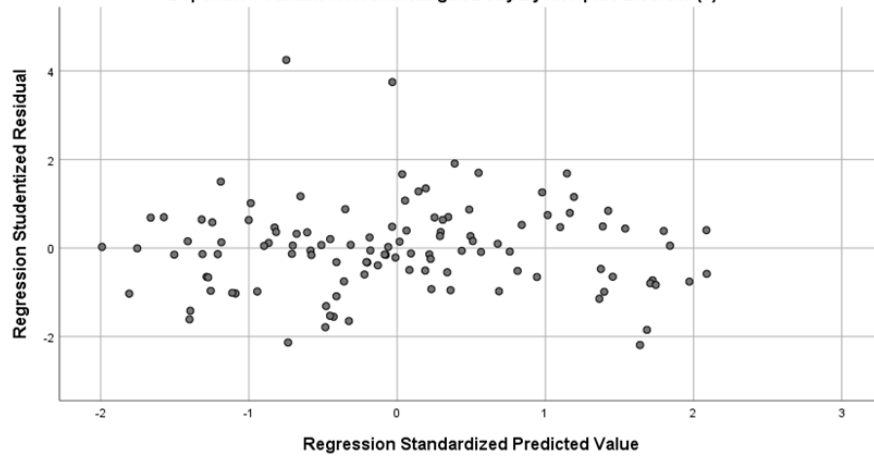
a. Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)

Charts

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual
Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)



Scatterplot
Dependent Variable: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)



Lampiran 10 Uji Sumbangan Efektif

Correlations				
		Body image (X1)	Self-esteem (X2)	Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)
Body image (X1)	Pearson Correlation	1	-.300**	.665**
	Sig. (2-tailed)		.001	.000
	Sum of Squares and Cross-products	46561.861	-12139.304	21882.643
	Covariance	408.437	-106.485	191.953
	N	115	115	115
Self-esteem (X2)	Pearson Correlation	-.300**	1	-.373**
	Sig. (2-tailed)	.001		.000
	Sum of Squares and Cross-products	-12139.304	35190.522	-10662.217
	Covariance	-106.485	308.689	-93.528
	N	115	115	115
Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder (Y)	Pearson Correlation	.665**	-.373**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	21882.643	-10662.217	23265.774
	Covariance	191.953	-93.528	204.086
	N	115	115	115

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 11 Kuesioner

Lampiran Kuesioner

Identitas Subjek Penelitian

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Pendidikan :

SKALA 1

Petunjuk Pengisian :

Saudara/i diminta untuk membaca dengan seksama dari setiap pernyataan-pernyataan dibawah

ini, lalu berikan tanda cendang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

No	Pertanyaan	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Netral	Setuju	Sangat Setuju
1	Keyakinan bahwa setiap orang akan memperhatikan bagian tertentu dari tubuh saya membuat saya cemas					
2	Saya sering khawatir ada bagian tubuh saya yang tidak sesuai dengan standar yang saya inginkan					
3	Saya tidak pernah berpikir ada bagian					

	tubuh saya yang terlihat kurang sempurna					
4	Saya belum pernah berpikir tentang penilaian orang lain terhadap tubuh saya					
5	Saya berpikir bahwa proporsi tubuh saya tidak seindah atau bagus tubuh orang lain					
6	Saya berpikir buruk dengan bentuk tubuh saya setiap kali bercermin					
7	Saya yakin bentuk tubuh saya tidak perlu dibandingkan dengan tubuh orang lain					
8	Ketika bercermin, saya tidak melihat ada kekurangan dari tubuh yang saya miliki					
9	Saya merasa tidak nyaman dengan beberapa bagian dari tubuh saya					
10	Saya merasa tidak puas dengan bagian tertentu tubuh saya					
11	Beberapa bagian tubuh saya membuat saya lebih percaya diri					
12	Saya tetap merasa puas meskipun bagian tertentu tubuh saya memiliki kekurangan					
13	Saya merasa tubuh saya tidak menarik atau tidak proporsional					

14	Saya merasa bahwa bentuk tubuh saya sama sekali jauh dari ideal					
15	Saya merasa bangga dengan penampilan tubuh saya					
16	Tubuh saya mencerminkan proporsi yang ideal					
17	Saya sering memeriksa bagian tubuh tertentu, untuk memastikan tidak ada masalah di bagian tertentu tersebut					
18	Saya memeriksa tubuh saya berulang-ulang untuk memastikan tubuh saya tetap proposional tampilannya					
19	Saya tidak merasa perlu memeriksa bagian tubuh secara berulang-ulang					
20	Proporsi tubuh saya tidak memerlukan pemeriksaan berulang karena saya yakin tetap prima					
21	Saya merasa malu dengan bentuk tubuh saya sehingga menghindari bertemu banyak orang					
22	Saya menghindari pertemuan sosial karena takut orang lain mengomentari bagian tertentu tubuh saya					

23	Saya merasa nyaman berada di tempat umum meskipun bisa jadi orang lain akan menilai penampilan tubuh saya					
24	Saya merasa yakin bergabung dalam acara-acara sosial meskipun orang-orang bisa jadi membandingkan tubuh saya dengan teman-teman lain					
25	Saya menghindari hubungan romantis karena takut tubuh saya akan dikomentari negatif					
28	Saya merasa tidak nyaman berbagi perasaan atau pikiran dengan orang lain karena takut akan dilihat kekurangan tubuh saya					
27	Saya senang menjalin hubungan dengan orang lain meskipun orang lain bisa saja memperhatikan tubuh saya					
28	Saya merasa nyaman membangun hubungan emosional yang kuat tanpa merasa cemas tentang bentuk tubuh saya					

SKALA 2

Petunjuk Pengisian :

Saudara/i diminta untuk membaca dengan seksama dari setiap pernyataan-pernyataan dibawah

ini, lalu berikan tanda cendang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

No	Pertanyaan	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Netral	Setuju	Sangat Setuju
1	Saya merasa penampilan saya secara keseluruhan cukup menarik					
2	Saya ingin mengubah banyak hal dari penampilan saya					
3	Saya merasa penampilan saya cukup menarik di mata orang lain					
4	Saya merasa bahwa tubuh saya tidak memenuhi standar daya tarik bagi orang-orang					
5	Saya selalu memperhatikan detail penampilan saya sebelum keluar rumah					
6	Saya tidak peduli dengan detail penampilan saya saat keluar rumah					
7	Merawat penampilan saya					

	sungguh merepotkan sehingga saya tidak pernah peduli pada hal tersebut					
8	Saya meluangkan waktu untuk memperbaiki kekurangan penampilan saya					
9	Saya merasa puas dengan bentuk wajah saya					
10	Saya merasa bentuk wajah saya kurang simetris					
11	Saya merasa tidak yakin dengan penampilan saya dalam berbagai kondisi					
12	Saya percaya diri dengan penampilan tubuh saya dalam semua situasi apa pun					
13	Saya puas dengan proporsi tubuh bagian atas saya (dada, bahu, dan lengan)					
14	Saya merasa bentuk tubuh bagian atas saya (dada, bahu, dan lengan) kurang seimbang dengan bagian tubuh saya lainnya					
15	Postur tubuh saya sering membuat					

	saya merasa tidak mampu tampil di depan orang lain					
16	Postur tubuh saya membuat saya merasa percaya diri di hadapan orang lain					
17	Saya selalu khawatir berat badan saya bertambah seiring bertambahnya usia					
18	Saya merasa yakin berat badan saya akan tetap ideal meskipun usia saya bertambah					
19	Saya bingung mencari cara untuk dapat menjaga berat badan tetap ideal					
20	Saya tidak khawatir tentang cara menjaga berat badan agar tetap ideal					
21	Saya memantau asupan makanan untuk memastikan batas kalori yang dibutuhkan agar berat badan saya stabil					
22	Saya mengonsumsi makanan tanpa memikirkan dampaknya pada berat badan					
23	Saya memantau perubahan berat badan agar bentuk					

	tubuh saya tetap ideal					
24	Saya tidak merasa perlu mengontrol berat badan meskipun berdampak pada bentuk tubuh saya keseluruhan					
25	Saya tidak melakukan diet tatapi olah raga untuk menjaga berat badan yang ideal					
26	Saya melakukan diet ketat sebagai satu-satunya cara untuk mengontrol berat badan					
27	Saya menyeimbangkan asupan makanan dengan aktivitas yang saya lakukan agar tubuh proporsional					
28	Saya melewatkan waktu makan untuk mengurangi kegemukan					
29	Menurut saya, berat badan saya masih tergolong ideal jika dibandingkan dengan tinggi badan saya					
30	Menurut saya berat badan saya sudah diluar batas ideal					

31	Saya menganggap proporsi berat badan saya masih termasuk ideal					
32	Saya yakin tubuh saya tidak proposional dibandingkan tinggi badan saya.					
33	Saya menilai berat badan saya sering membuat iri teman-teman lainnya					
34	Berat badan saya tidak menghalangi aktivitas fisik yang rutin saya lakukan saat ini					
35	Saya menilai badan saya masih perlu dikontrol agar tidak diolok-olok teman					
36	Saya sulit melakukan aktivitas fisik karena berat badan saya					

SKALA 3

Petunjuk Pengisian :

Saudara/i diminta untuk membaca dengan seksama dari setiap pernyataan-pernyataan dibawah

ini, lalu berikan tanda cendang (√) pada kolom yang telah disediakan.

No.	Pertanyaan	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Netral	Setuju	Sangat Setuju
1	Saya pantas dihormati oleh orang lain					
2	Saya merasa punya banyak kekurangan yang ingin sayaingkari					
3	Saya terganggu ketika orang lain menghormati saya					
4	Saya sulit mengakui menerima kekurangan yang ada pada diri saya					
5	Saya merasa layak mendapatkan perlakuan baik dari orang lain					
6	Saya menerima diri saya apa adanya sehingga tidak merasa perlu berubah untuk menyenangkan orang lain					

7	Saya merasa bahwa saya tidak pantas mendapatkan perlakuan baik dari orang lain					
8	Saya menerima diri saya sepenuhnya, meskipun ada ketidaksempurnaan dalam diri saya					
9	Saya merasa tidak ada yang perlu dihargai dari diri saya					
10	Saya menghargai diri saya seperti saya menghargai orang lain					
11	Saya merasa tidak berharga dengan segala kelemahan yang saya miliki					
12	Saya menghargai kelemahan yang saya miliki sebagai bagian dari diri saya seutuhnya					
13	Saya bertanggung jawab terhadap kebahagiaan diri sendiri					
14	Kebahagiaan saya bukan tanggung jawab diri saya sepenuhnya					
15	Saya bertanggung jawab atas setiap tindakan yang pernah saya lakukan					

16	Saya merasa tidak perlu bertanggung jawab terhadap Keputusan-keputusan yang pernah saya ambil					
17	Saya bangga dengan semua pencapaian saya selama ini					
18	Saya merasa pencapaian saya selama ini tidak memenuhi standar yang diharapkan					
19	Kompetensi yang saya miliki adalah bagian terbaik dalam diri saya					
20	Saya merasa tidak layak meraih kesuksesan dalam karir					
21	Saya tetap yakin dengan keputusan yang saya ambil meskipun masalah yang saya hadapi cukup rumit					
22	Ketika kondisi makin sulit, saya menjadi makin tidak yakin pada kemampuan diri untuk melewatinya					
23	Meskipun menghadapi situasi yang penuh tekanan, saya tetap tetap yakin					

24	Saya menjadi lebih panik saat situasi yang saya hadapi penuh tekanan					
25	Saya merasa orang-orang di sekitar saya menerima saya apa adanya					
26	Saya merasa teman-teman saya tidak menerima kekurangan yang saya miliki					
27	Saya merasa orang-orang di sekitar saya terlalu menuntut saya					
28	Saya merasa teman-teman saya menerima pemikiran-pemikiran saya meskipun berbeda dengan nya					
29	Saya merasa orang-orang di sekitar saya memperlakukan saya dengan baik tanpa banyak tuntutan					
30	Teman-teman saya tidak peduli dengan keberadaan saya selama ini					
31	Teman-teman saya menghargai diri saya tanpa banyak menuntut					

32	Lingkungan tempat saya tinggal, menerima saya apa adanya					
33	Saya merasa orang-orang disekitar saya tidak memahami diri saya sepenuhnya					
34	Saya merasa lingkungan tempat tinggal saya tidak ingin melibatkan saya dalam kegiatan-kegiatan warga					
35	Orang- orang di lingkungan tempat tinggal menolak saya ikut ambil bagian dalam kegiatan bersama warga					
36	Orang- orang di kehidupan saya menerima keberadaan saya sepenuhnya					