

**PENGARUH *SELF-ESTEEM* TERHADAP *BODY IMAGE*
PADA REMAJA PUTRI**

SKRIPSI

Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana

(S-1) Psikologi



**JENI FLORENCIA
16090000035**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Jeni Florencia
NIM : 16090000035
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Self-Esteem* Terhadap *Body Image* Pada Remaja Putri

Malang, 31 Januari 2022

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**PENGARUH SELF-ESTEEM TERHADAP BODY IMAGE
PADA REMAJA PUTRI**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Jeni Floencia

16090000035

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 31 Januari 2022

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Nur Azizah, S.Psi., MA

Anggota Penguji



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Malang, 31 Januari 2022

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul "**Pengaruh *Self-Esteem* Terhadap *Body Image* Pada Remaja Putri**" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagian-bagiannya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 10 Januari 2022

A handwritten signature in black ink is written over a yellow rectangular stamp. The stamp contains the text 'SEKOLAH RIBU RUPIAH' on the left, the Garuda Pancasila emblem in the center, and 'MATERI TEMPEL' and '9CECFAJX607636323' at the bottom.

Jeni Florencia

HALAMAN PERSEMBAHAN

**Dengan rasa bangga ,
Skripsi ini dipersembahkan kepada kedua orang tua saya**

Bapak Jahidin Siringo, S.E.

&

Ibu Minda Mora Kaani

“Sebab di dalam dia kamu telah menjadi kaya dalam segala hal: dalam segala
perkataan dan segala macam pengetahuan.”

-

(1 korintus 1:5)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat dan anugerahnya, yang selalu menyertai penulis dalam penyelesaian skripsi, sehingga dengan penyertaannya pula, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Self-Esteem* Terhadap *Body Image* Pada Remaja Putri”. Skripsi ini disusun untuk melengkapi tugas akademis untuk memenuhi syarat mencapai gelar sarjana Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin berjalan lancar tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Terimakasih kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi. Dan juga bersyukur kepadamu karena banyak sekali nikmat yang diberikan..
2. Ibu Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing I yang senantiasa membimbing anak didiknya dengan penuh kesabaran. Terimakasih untuk setiap kritik dan saran yang membangun sehingga saya dapat memberikan yang terbaik dalam mengerjakan skripsi ini.
3. Ibu Nur Azizah, S.Psi., MA, selaku dosen pembimbing II, terimakasih ibu atas motivasi, semangat, dan perhatiannya dan terimakasih juga sudah membimbing saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Keluarga besar Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, bapak dan ibu dosen yang menjadi orang tua bagi peneliti, memberikan banyak ilmu dan senantiasa membantu peneliti dalam mengurus berbagai hal.

5. Terimakasih kepada kedua orang tua saya yang selama ini mendukung secara penuh baik dari segi moril dan materil, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.
6. Terimakasih Kepada abang saya Fredrik Ariel Ornata Siringoringo, yang selalu memberikan semangat serta doa, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.
7. Terima kasih kepada suami saya Fajar Kurniawan Folly Putra yang sudah memberikan dukungan serta pengertianya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Tugas akhir ini juga saya persembahkan untuk semua pihak yang telah bertanya “kapan sidang?”, “kapan wisuda?”, “kapan nyusul?” dan lain sejenisnya. Kalian adalah alasan saya segera menyelesaikan skripsi ini.
9. Terakhir saya berterimakasih kepada diri saya sendiri, saya bangga pada diri saya, karena telah menyelesaikan tugas akhir ini dengan kondisi mempunyai bayi kecil dan sedang hamil. Dan saya rasa anak-anak saya akan bangga jika ibunya memperoleh gelar sarjana S1 Psikologi, sekali lagi saya berterimakasih kepada diri saya sendiri.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan, untuk itu peneliti berharap adanya masukan demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga karya ini dapat bermanfaat positif bagi semua pihak.

Malang, 10 Januari 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Permasalahan.....	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
1. Tujuan penelitian.....	7
2. Manfaat Penelitian.....	7
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. <i>Body Image</i>	12
1. Pengertian <i>Body Image</i>	12
2. Aspek <i>Body Image</i>	13
3. Faktor yang Memberi Pengaruh Pada <i>Body Image</i>	15
4. Kategori <i>Body Image</i>	17
5. Bentuk <i>Body Image</i> Negatif Pada Remaja Putri.....	21
6. Dampak <i>Body Image</i> Negatif Di Remaja Putri.....	22
7. Upaya Yang Dilaksanakan Guna Mengatasi <i>Body Image</i> Negatif ...	23
8. Dampak Dari Upaya Yang Dilaksanakan Guna Mengatasi <i>Body Image</i> Negatif.....	25
B. <i>Self-Esteem</i>	26
1. Definisi <i>Self-Esteem</i>	26
2. Aspek-aspek <i>Self-Esteem</i>	27
3. Karakteristik <i>Self-Esteem</i>	29
4. Faktor yang Memberi Pengaruh Pada <i>Self-Esteem</i>	31
C. Hubungan <i>Self-Esteem</i> dengan <i>Body Image</i>	32
D. Kerangka Penelitian.....	34
E. Hipotesis Penelitian.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel.....	37
B. Subjek Penelitian.....	38
1. Populasi.....	38
2. Sampel.....	38

C.	Cara Pengumpulan Data	40
1.	Jenis Data	40
2.	Metode Pengumpulan Data.....	41
3.	Instrumen Penelitian	41
4.	Validitas	43
5.	Reliabilitas.....	44
D.	Desain Penelitian	45
E.	Cara Analisis Data.....	45
1.	Uji Normalitas	45
2.	Uji Linearitas	46
3.	Uji Regresi Linear Sederhana.....	46
4.	Uji Hipotesis	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		48
A.	Deskripsi Subjek	48
B.	Deskripsi Reliabilitas Data	49
1.	Deskripsi Data	49
2.	Validitas Isi.....	51
3.	Validitas Skala.....	54
4.	Reliabilitas Skala	56
C.	Hasil	57
1.	Uji Normalitas	57
2.	Uji Linieritas.....	57
3.	Uji Hipotesis	58
D.	Pembahasan.....	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		65
A.	Kesimpulan	65
B.	Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA		68

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pilihan Skor Jawaban Pada Instrumen Penelitian	41
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self-Esteem</i>	42
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Penelitian	48
Tabel 4.2 Rumus Skor Standar	49
Tabel 4.3 Kategorisasi <i>Self-Esteem</i>	50
Tabel 4.4 Kategorisasi <i>Body Image</i>	51
Tabel 4.5. Hasil Uji Validitas Isi Skala <i>Self-Esteem</i>	52
Tabel 4.6. Hasil Uji Validitas Isi Skala <i>Body Image</i>	53
Tabel 4.7 Sebaran Butir Aitem Yang Valid dan Gugur Hasil Uji Validitas Skala <i>Self-Esteem</i>	54
Tabel 4.8 Sebaran Butir Aitem Yang Valid dan Gugur Hasil Uji Validitas Skala <i>Body Image</i>	55
Tabel 4.9 Reliabilitas Skala <i>Self-Esteem</i> dan <i>Body Image</i>	56
Tabel 4.10 Uji Normalitas Skala <i>Self-Esteem</i> Dan <i>Body Image</i>	57
Tabel 4.11 Uji Linieritas Hubungan Skala <i>Self-Esteem</i> Terhadap <i>Body Image</i> ..	57
Tabel 4.12 Uji Hipotesis Parsial Pengaruh Skala <i>Self-Esteem</i> Terhadap <i>Body Image</i>	58
Tabel 4.13 Uji Hipotesis Simultan Pengaruh Skala <i>Self-Esteem</i> terhadap <i>Body Image</i>	59
Tabel 4.14 Uji Kebaikan Model dengan Koefisien Determinasi <i>Body Image</i> dipengaruhi oleh <i>Self-Esteem</i>	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran	36
Gambar 2.2 Model Hipotesis.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Skala <i>Try Out Self-Esteem</i> dan <i>Body Image</i>	70
LAMPIRAN 2 Skala Penelitian <i>Self-Esteem</i> dan <i>Body Image</i>	78
LAMPIRAN 3 Hasil Perhitungan.....	85
LAMPIRAN 4 Tabel Tabulasi Data <i>Try Out</i> & Penelitian Skala <i>Self-Esteem</i> dan <i>Body Image</i>	89
LAMPIRAN 5 Hasil Analisis Deskriptif Subjek.....	108
LAMPIRAN 6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self-Esteem</i>	110
LAMPIRAN 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Body Image</i>	113
LAMPIRAN 8 Kategorisasi Data.....	116
LAMPIRAN 9	
1. <i>Output</i> SPSS Uji Normalitas.....	119
2. <i>Output</i> SPSS Uji Linieritas	120
3. <i>Output</i> SPSS Uji Hipotesis.....	123

PENGARUH SELF-ESTEEM TERHADAP BODY IMAGE PADA REMAJA PUTRI

Jeni Florencia

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

ABSTRAK

Kebanyakan remaja berlomba-lomba mendapatkan penampilan sempurna seperti yang digambarkan dalam media sosial. Ketika penampilan fisik mereka tidak sempurna, sering muncul permasalahan terkait *body image* seperti kondisi dimana remaja tersebut merasa tidak puas dan kecewa. Manifestasi dari kondisi tersebut dapat berdampak pada munculnya persepsi negatif tentang tubuh mereka atau *self-esteem* negatif. Kondisi ini dapat memicu munculnya kecemasan, yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi kemampuan remaja dalam bersosialisasi dengan lingkungan juga dengan individu lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *body image* pada remaja putri. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa Universitas Merdeka Malang, dengan sampel berjumlah 100 remaja putri. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner, dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Data yang diperoleh kemudian diolah menggunakan bantuan *software* statistik SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi sebesar 0,595, dengan taraf signifikansi sebesar 0,000, artinya *self-esteem* memiliki pengaruh signifikan terhadap *body image* remaja putri. Besaran pengaruh *self-esteem* sebesar 32,9% terhadap *body image* dan sisanya 67,1% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci : *Self-esteem*, *Body Image*, Remaja Putri

THE EFFECT OF SELF-ESTEEM ON BODY IMAGE TEENAGE GIRL

Jeni Florencia

Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang

ABSTRACT

Most teenagers are vying to get the perfect appearance as depicted in social media. When their physical appearance is not perfect, problems often arise related to body image where the teenager feels dissatisfied and disappointed. Then, there is a negative perception of their body or negative self-esteem. This The manifestation of the conditions could have a negative impact to the perception of their body or negative self-esteem. This condition can trigger the emergence of anxiety, which can indirectly affect the ability of adolescents to socialize with the environment as well as with other individuals. This study aims to determine the effect of self-esteem on body image in adolescent girls. The research method used is quantitative. The population used is the students of the University of Merdeka Malang, with a sample of 100 teenage girl. The data collection method used is a questionnaire, using primary data and secondary data. The data obtained was then processed using the statistical software SPSS. The results showed that the regression coefficient value was 0.595, with a significance level of 0.000, that is self-esteem had a significant influence on the body image of young women. The cocleaning force of 32,9% influence the body image and the rest of 67,1% is affected by another factor.

Keyword : Self-esteem, Body Image, Teenage girl