

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA
REMAJA KORBAN *BODY SHAMING***

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Alistia Cahyantari Rahmah

20090000171

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Alistia Cahyantari Rahmah
NIM : 20090000171
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri pada Remaja Korban *Body Shaming*

Malang, 30 Juli 2024

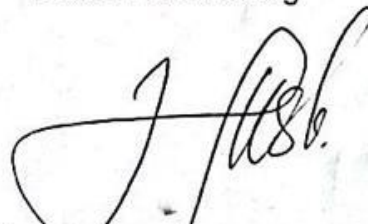
DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Husnul Khotimah, S.Psi., MA

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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


**Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri pada Remaja
Korban *Body Shaming***

Dipersiapkan dan disusun oleh
Alistia Cahyantari Rahmah
20090000171

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 02 Juli 2024

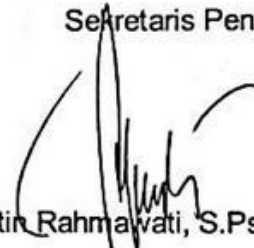
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Husnul Khotimah, S.Psi., MA

Sekretaris Penguji



Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog

Anggota Penguji



Al Thuba Septa P., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah terima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana

Malang, 30 Juli 2024

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



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

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Nama : Alistia Cahyantari Rahmah
Nomor Pokok : 20090000171
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Perkembangan
Judul Skripsi : Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri
pada Remaja Korban *Body Shaming*
Lokasi Penelitian : Jawa Timur
Alat Rumah Asal : Babulu, Kab. Penajam Paser Utara
No. Telp/ Email : 082156004360 / ayacahyantari@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi.

Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 30 Juli 2024



Alistia Cahyantari Rahmah

MOTTO

"It will pass"

LEMBAR PERSEMBAHAN

Saya persembahkan skripsi ini kepada kedua orang tua saya tercinta, kakak dan adik yang saya sayangi, serta keluarga besar saya. Saya persembahkan hasil kerja keras saya selama menempuh pendidikan S1 Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Segala bentuk doa dan dukungan dari kalian semua yang membuat saya berada di tahap ini dan saya dapat melaluinya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena dengan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berperan dalam proses penyelesaian skripsi ini kepada:

1. Pertama, terima kasih kepada Allah SWT atas rahmat-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan tepat waktu. Sholawat serta salam tak lupa kepada Nabi Muhammad SAW.
2. Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, S.E., M.Si selaku Rektor Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Ibu Husnul Khotimah, S.Psi., MA. selaku dosen pembimbing, terima kasih atas dedikasinya kepada saya, untuk ilmu baru yang telah diberikan, terima kasih telah membimbing dan selalu mendorong saya untuk segera menyelesaikan skripsi sehingga dapat selesai dengan baik.
5. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog atas dedikasinya dalam membimbing dan memberikan ilmu baru kepada saya dalam pengerjaan skripsi.
6. Ibu Al Thuba Septa Priyanggasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog atas dedikasinya dalam membimbing dan memberikan ilmu baru kepada saya dalam penyelesaian skripsi.
7. Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., MA., Ph.D selaku dosen wali terimakasih atas ilmu yang sudah diberikan.

8. Bapak Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si atas dedikasinya dalam mengajar dan memberikan ilmu.
9. Kepada semua dosen dan staf akademik Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, yang sudah memberikan banyak ilmu dan pembelajaran lainnya.
10. Kedua orang tua tercinta saya, Bapak Ali Nurdin Hadi Mustofa dan Ibu Ismiati yang telah membesarkan, merawat, mendidik, mendo'akan dan dukungan baik moral, material, serta motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Terima kasih sudah menjadi rumah, tempat adek berkeluh kesah, penasehat dan pendengar yang baik. Semoga gelar ini dapat bermanfaat seperti yang kalian harapkan.
11. Kepada kakak saya Ratih Mustika Dewi, A.Md.Keb dan adek saya Nafis Al-Mustofa yang telah mendo'akan, mendukung dan menjadi motivasi saya dalam penulisan skripsi ini.
12. Kepada partner hidup saya Nur Amin Asri, S.Kes., Ftr. Terima kasih sudah kebersamai dan berproses untuk sama-sama bertumbuh.
13. Kepada keluarga besar dari Ayah dan Mama saya yang tidak bisa saya sebutkan satu – persatu terimakasih telah membantu saya untuk memberikan motivasi dan dukungan selama berkuliah.
14. Kepada teman-teman saya, Syahira, Reny, Khofila yang sudah menemani dari awal hingga saat ini. Terimakasih sudah memberikan semangat kepada penulis.
15. Kepada teman-teman saya, Valentina, Niko, Febby, Dinda, Mila dan seluruh teman-teman di kelas D 2020 yang sudah memberikan semangat

dan banyak membantu selama masa kuliah khususnya dalam proses pengerjaan skripsi.

16. Terakhir, terima kasih kepada diri saya karena telah berjuang hingga saat ini. Terima kasih karena tidak mudah menyerah, selalu berusaha untuk bertahan, berani melawan rasa takut dan sudah berusaha berpikir positif dalam mempercayai diri sendiri, hingga akhirnya diri saya mampu membuktikan bahwa saya bisa melaluinya.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kehadirat Allah SWT, karena atas berkat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri pada Remaja Korban *Body Shaming*”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 dalam Program Studi Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Penulis menyadari dengan sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan ilmu yang saya miliki. Untuk itu, saya dengan kerendahan hati mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dari pembaca skripsi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan semua kebaikan yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Malang, 30 Juli 2024

Alistia Cahyantari Rahmah

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI.....	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
INTISARI	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Kepercayaan Diri.....	5
1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	5
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	6
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	7
B. <i>Body Image</i>	9
1. Pengertian <i>Body Image</i>	9
2. Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	10
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	11
C. Remaja	12
D. Keterkaitan Antara Kepercayaan Diri Dengan <i>Body Image</i>	14
E. Hipotesis.....	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
A. Desain Penelitian	18
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	18
C. Partisipan Penelitian.....	19
D. Cara Pengumpulan Data	20

E. Cara Analisis Data.....	23
F. Prosedur Penelitian	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	26
A. Deskripsi Subjek Penelitian.....	26
B. Kategorisasi Data	27
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	28
D. Hasil Uji Hipotesis	29
E. Pembahasan.....	31
BAB V PENUTUP	34
A. Kesimpulan	34
B. Saran.....	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN.....	38

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sebaran Butir Aitem Skala <i>Body Image</i>	21
Tabel 2. Sebaran Butir Aitem Skala Kepercayaan Diri	22
Tabel 3. Data Jenis Kelamin dan Usia Responden Penelitian	26
Tabel 4. Rumus Skor Standar Kategorisasi Data	27
Tabel 5. Kategorisasi Skor Variabel Kepercayaan Diri	27
Tabel 6. Kategorisasi Skor Variabel <i>Body Image</i>	28
Tabel 7. Nilai Maksimal dan Nilai Minimal, Nilai Rata-Rata (M), Standar Deviasi (SD), dan <i>Alpha-Cronbach</i> (α)	28
Tabel 8. Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> Variabel Kepercayaan Diri dan <i>Body Image</i>	29
Tabel 9. Hasil Uji Linearitas Kepercayaan Diri dan <i>Body Image</i>	30
Tabel 10. Hasil Analisa Regresi Antara Kepercayaan Diri dan <i>Body Image</i>	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	21
Gambar 2. <i>Infinite Population Cochran</i>	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Kepercayaan Diri dan Skala <i>Body Image</i>	39
Lampiran 2. Tabulasi Data Penelitian	46
Lampiran 3. Kategorisasi Data	53
Lampiran 4. Hasil Uji Normalitas, Uji Linearitas, dan Uji Hipotesis	55
Lampiran 5. Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi	58
Lampiran 6. Hasil Cek Turnitin	60
Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup	63

Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri pada Remaja Korban *Body Shaming*

Alistia Cahyantari Rahmah
Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang
ayacahyantari@gmail.com

INTISARI

Kepercayaan diri ialah suatu sikap individu terhadap kemampuan, nilai, dan potensi diri sendiri. Hal ini mencakup pemahaman yang kuat akan kemampuan diri untuk menghadapi berbagai situasi dalam penilaian yang positif terhadap diri sendiri, serta keyakinan untuk mencapai tujuan dan mengatasi tantangan dalam hidupnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada remaja korban *body shaming*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah remaja yang menjadi korban *body shaming* dengan jumlah sampel 100 responden. Adapun alat ukur dalam penelitian ini menggunakan kuisioner yang terdiri dari skala *body image* dan skala kepercayaan diri. Teknik pengambilan data menggunakan quota sampling. Hasil pengujian hipotesis menggunakan regresi linear sederhana dengan taraf signifikan 0,00 diperoleh ($p < 0,05$). Dengan demikian, dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada remaja korban *body shaming*.

Kata Kunci: *Body Image*, Kepercayaan Diri, Remaja

The Influence of Body Image on Self-Confidence in Adolescent Victims of Body Shaming

Alistia Cahyantari Rahmah
Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang
ayacahyantari@gmail.com

ABSTRACT

Self-confidence is an individual's attitude towards their own abilities, values, and potential. This includes a strong understanding of one's ability to face various situations in a positive assessment of oneself, as well as the belief in achieving goals and overcoming challenges in life. The purpose of this study was to determine the effect of body image on self-confidence in adolescent victims of body shaming. This study uses a quantitative approach. The subjects of this study were adolescents who were victims of body shaming with a sample size of 100 respondents. The measuring instrument in this study used a questionnaire consisting of a body image scale and a self-confidence scale. The data collection technique used quota sampling. The results of hypothesis testing using simple linear regression with a significance level of 0.00 were obtained ($p < 0.05$). Thus, from the results of the research that has been conducted, it can be concluded that there is an effect of body image on self-confidence in adolescent victims of body shaming.

Keywords: Body Image, Self-confidence, Teenagers