

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF ACCEPTANCE* WANITA
DEWASA AWAL MELALUI MEDIA SOSIAL INSTAGRAM**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana S-1
Psikologi**



Bertha Yuni Arista Sari Ginting

17090000034

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Bertha Yuni Arista Sari Ginting

Nim : 17090000034

Universitas : Universitas Merdeka

Fakultas : Fakultas Psikologi

Program studi : Psikologi

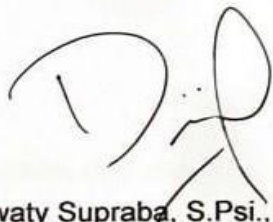
Judul skripsi : Pengaruh *Body Image* terhadap *Self Acceptance* Wanita Dewasa
Awal Melalui Media Sosial Instagram

Malang, 13 Maret 2024

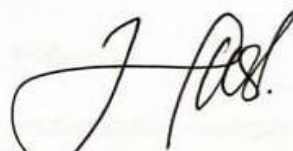
DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikolog

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si



Husnul Khotimah, S.Psi., MA

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF ACCEPTANCE* WANITA
DEWASA AWAL MELALUI MEDIA SOSIAL INSTAGRAM**

Dipersiapkan dan disusun oleh

Bertha Yuni Arista Sari Ginting

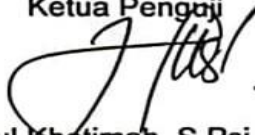
17090000034

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 19 Februari 2024

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Husnul Khotimah, S.Psi., MA.

Sekrestaris Penguji



Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si.

Anggota Penguji



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

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

Malang, 13 Maret 2024

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

SURAT PERNYATAAN ORISIONALITAS

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Bertha Yuni Arista Sari Ginting
Nomor Pokok : 17090000034
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Body Image* terhadap *Self Acceptance* Wanita Dewasa Awal Melalui Media Sosial Instagram
Lokasi Tempat Penelitian : Malang
Alamat Rumah Asal : BTN.Sereh Sentani Jayapura No.4
No.Telp/Email : 081247600486
Berthagintings@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut di atas adalah benar-benar karya saya dan tidak melakukan praktik plagiasi. Jika didapati saya melakukan plagiasi maka saya bersedia untuk dicabut gelar dan akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 13 Maret 2024

Bertha Yuni Arista S Ginting

MOTTO

“Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahannya sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari”

(Matius 6 ayat 24)

“Semua orang bisa tahan dengan kesengsaraan, tapi bila kau ingin mengetahui karakter seseorang, berilah dia kekuasaan”

(Abraham Lincoln)

“Jangan pernah takut menghadapi masa depan, hadapi lalu perjuangkanlah masa depan itu”

(Bertha Ginting)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa Syukur, skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua yaitu mama dan papa saya, adek, serta keluarga besar yang telah mendukung saya serta telah menanti-nanti selesainya masa studi saya. Semoga ilmu yang saya dapatkan selama masa studi saya dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

UCAPAN TERIMAKASIH

Segala syukur dan puji hanya bagi Tuhan Yesus Kristus, oleh karena anugerah-Nya yang melimpah, kemurahan dan kasih setia yang besar karena penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh *Body Image* terhadap *Self Acceptance* Wanita Dewasa Awal Melalui Media Sosial Instagram” sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Kelancaran proses skripsi ini. Kelancaran proses skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dari berbagai macam pihak. Oleh karenanya, penulis ingin menyampaikan ungkapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan kesehatan dan kesempatan umur sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, SE., M.Si., selaku Rektor Universitas Merdeka Malang. Terimakasih banyak karena selalu mendukung serta mempercayai penulis dalam menggali ilmu di lingkungan kampus sehingga membuat penulis menambah wawasan ilmu pengetahuan dan dapat membawa nama baik kampus dilingkungan masyarakat.
3. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terimakasih banyak atas bimbingannya selama ini, semoga senantiasa sehat selalu dan diberi keberkahan umur.
4. Ibu Husnul Khotimah, S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing utama penulis, terimakasih banyak atas kebaikan dan kemurahan hati dan kesabaran ibu dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini, semoga semua kebaikan yang Ibu berikan dilipat gandakan pahalanya oleh Tuhan dan semoga selalu dalam keadaan sehat serta dalam lindungan-Nya

5. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si. dosen pembimbing II, penulis ucapkan terimakasih banyak atas arahan dan bimbingannya selama proses pengerjaan skripsi ini berjalan dengan baik. Kiranya ibu sehat selalu dan diberkahkan dalam umurnya, Tuhan Yesus berkati.
6. Bapak R. Wahyu Widodo, S.Psi., M.Th.,M.Si selaku dosen penilai ahli expert judgment yang ketiga, terimakasih banyak atas bimbingannya selama terhadap penulis. Semoga Bapak diberi kesehatan selalu dan berkah ilmunya.
7. Ibu Al Thuba Septa P., S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku wali dosen penulis selama menjadi mahasiswi, semoga sehat selalu Ibu dan terimakasih banyak atas bimbingannya selama penulis menjadi mahasiswi. Semoga sehat selalu dan dalam lindungan-Nya.
8. Seluruh dosen dan staf Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang atas ilmu-ilmu, bantuan, serta bimbingan yang di berikan selama penulis menempuh kuliah di fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
9. Terima kasih kepada seluruh keluarga saya. Kedua orang tua, papa dan mama saya yang memberikan motivasi kepada saya untuk terus belajar. Terutama mama saya (Magda Simanjuntak) yang selalu memperjuangkan pendidikan saya, mendukung saya, mendoakan saya dan selalu berusaha sabar mendidik saya. Dan tidak lupa juga pahlawan saya dan panutan saya Papa Ganda Ginting yang telah berjuang demi saya dan mengajarkan saya apa artinya kehidupan untuk seelau berusaha. adek saya (Erwin dan Aril) kalian adalah semangat saya kebahagiaan saya, membantu saya dalam hal apapun, dan mendoakan saya.
10. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya di Malang Ummah, Palen,

Yemima, Ratna, Linda, dan Agsela. Kalian adalah orang yang selalu membantu saya dalam hal apapun, menyemangati saya, memberi dukungan-dukungan dan doa-doa yang sangat penulis hargai dan butuhkan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Sampai jumpa diversi terbaik masing-masing kita

11. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya yang berada di Jayapura, Bella, Dhea, Ramatya, dan Maria yang memberi dukungan-dukungan dan doa-doa yang sangat penulis hargai dan butuhkan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
12. Seluruh teman-teman seperjuangan skripsi yang sangat membantu dan saling mendukung satu sama lain dalam proses pengerjaan skripsi ini. Penulis ucapkan banyak terimakasih untuk segala kebersamaan dan kegigihan teman-teman. Semangat terus untuk kalian semua dan semoga kita semua sukses dimasa mendatang.

KATA PENGANTAR

Segala syukur dan puji hanya bagi Tuhan Yesus Kristus, oleh karena anugerah-Nya yang melimpah, kemurahan dan kasih setia yang besar, yang selalu menyertai penulis dalam proses penyelesaian skripsi Syukur Puji Tuhan, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Body Image* terhadap *Self Acceptance* Wanita Dewasa Awal Melalui Media Sosial Instagram”

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui pengaruh antara *Body Image* terhadap *Self Acceptance* Wanita Dewasa Awal guna memenuhi syarat memperoleh gelar S1 Program Studi Psikologi.

Atas segala kekurangan dan ketidak sempurnaan skripsi ini, penulis sangat mengharapkan masukan, kritik, dan saran yang bersifat membangun ke arah perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Cukup banyak kesulitan yang penulis lalui dalam penyelesaian skripsi ini, syukur Puji Tuhan dapat dilalui dan diselesaikan dengan baik.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Semoga amal dan kebaikan yang telah diberikan kepada saya, kiranya mendapat imbalan yang pantas dari Tuhan Yang Maha Esa. Amin.

Malang, 14 Maret 2024

Bertha Yuni A S Ginting

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISIONALITAS	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	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	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. <i>Self Acceptance</i>	9
1. Pengertian <i>Self Acceptance</i>	9
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Self Acceptance</i>	10
3. Aspek-aspek <i>Self Acceptance</i>	15
4. Terbentuknya <i>Self Acceptance</i>	16
5. Dampak yang ditimbulkan dalam <i>Self Acceptance</i>	17
B. <i>Body Image</i>	18
1. Pengertian <i>Body Image</i>	18
2. Komponen <i>Body Image</i>	19
3. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	21
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Body Image</i>	22
5. Dampak yang ditimbulkan <i>Body Image</i>	24
C. Dewasa Awal	25
D. Keterkaitan antara <i>Body Image</i> dengan <i>Self Acceptance</i> pada Wanita Dewasa Awal	26
E. Kerangka Konseptual.....	30
F. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Identifikasi dan Operasional Variabel	31
1. Identifikasi Variabel	31
2. Definisi Operasional.....	31
3. Subjek Penelitian.....	32
4. Teknik Pengumpulan Data.....	35
1. Uji Validitas.....	40
2. Uji Reliabilitas	40

B. Desain Penelitian	41
C. Cara Analisis Data	41
1. Uji Normalitas	41
2. Uji Linearitas.....	42
3. Uji Hipotesis	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Deskripsi Subjek	43
B. Kategorisasi Data.....	43
1. Deskriptif Data	43
2. Validitas Skala	46
3. Reliabilitas Skala	55
C. Hasil.....	56
1. Hasil Uji Normalitas	56
2. Hasil Uji Linearitas	56
3. Hasil Uji Hipotesis.....	57
D. Pembahasan.....	58
BAB V PENUTUP	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA.....	68
LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kategori Skor Favorable dan Unfavorable.....	37
Tabel 2. Blueprint dan Penyebaran Aitem Self Acceptance	38
Tabel 3. Blueprint dan Penyebaran Aitem Skala Body image	39
Tabel 4. Kategori Subjek berdasarkan usia.....	43
Tabel 5. Skor Hipotetik dan Empirik.....	44
Tabel 6. Rumus Skor Kategorisasi.....	44
Tabel 7. Kategorisasi Data Self Acceptance	45
Tabel 8. Kategorisasi Data Body Image.....	46
Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Self Acceptance Try out.....	48
Tabel 10. Sebaran Aitem Skala Self Acceptance Penelitian	50
Tabel 11. Sebaran Aitem Body Image Try out	52
Tabel 12. Sebaran Aitem Skala Body Image Penelitian	54
Tabel 13. Koefisien Reliabilitas Alpha Cronbach.....	55
Tabel 14. Reliabilitas Skala X dan	55
Tabel 15. Hasil Uji Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Variabel X dan Y	56
Tabel 16. Hasil Uji Linieritas Skala X dan Y	56
Tabel 17. Hasil analisa Regresi antara X dan Y.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran Penelitian	30
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Perhitungan Aiken V.....	72
Lampiran 2 Skala Try Out.....	75
Lampiran 3 Skala Aitem-Aitem.....	82
Lampiran 4 Tabulasi Data Try Out.....	88
Lampiran 5 Tabulasi Data Penelitian.....	91
Lampiran 6 Reliabilitas Skala Try Out.....	96
Lampiran 7 Validitas Skala Try Out.....	98
Lampiran 8 Uji Normalitas.....	104
Lampiran 9 Uji Linearitas.....	106
Lampiran 10 Uji Hipotesis.....	108
Lampiran 11 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi.....	110
Lampiran 12 Surat Keterangan Kemiripan Hasil Turnitin.....	112
Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup.....	115

Pengaruh *Body Image* terhadap *Self Acceptance* Wanita Dewasa Awal Melalui Media Sosial Instagram

Bertha Yuni Arista Sari Ginting

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

berthagintings@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap *self acceptance* pada wanita dewasa awal yang menggunakan Instagram. Penelitian yang telah dilakukan pada 100 wanita dewasa awal pengguna Instagram dengan metode pengumpulan melalui *google form*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Data penelitian dikumpulkan menggunakan skala *body image* dan skala *self acceptance* yang disusun berdasarkan aspek *body image* Cash (dalam Nur Lailatul Husna 2013) dan aspek *self acceptance* Hall dan Lindzey (2010). Penelitian ini menggunakan uji Regresi Linear Sederhana guna mengetahui pengaruh pada variabel bebas terhadap variabel terikat. Hasil analisis hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *body image* terhadap *self acceptance* pada wanita dewasa awal yang menggunakan Instagram, dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Artinya semakin tinggi ketidakpuasan wanita dewasa awal terhadap gambaran tubuhnya maka semakin rendah penerimaan diri. Kontribusi *body image* terhadap *self-acceptance* sebesar 81,7%. Dengan demikian, hipotesis pada penelitian ini diterima.

Kata kunci: *Body Image, Self Acceptance, Wanita Dewasa Awal*

***The Influence of Body Image on Early Adult Women's Self-Acceptance
Through Instagram Social Media***

Bertha Yuni Arista Sari Ginting

Faculty of Psychology Merdeka University Malang

berthagintings@gmail.com

ABSTRACT

This research aims to determine the influence of body image on self-acceptance in early adult women who use Instagram. Research was conducted on 100 early adult female Instagram users using the collection method via Google Form. The method used in this research is a quantitative descriptive method. Research data was collected using a body image scale and a self-acceptance scale which were compiled based on Cash's body image aspects (in Nur Lailatul Husna 2013) and Hall and Lindzey's (2010) self-acceptance aspects. This research uses a Simple Linear Regression test to determine the effect of the independent variable on the dependent variable. The results of the hypothesis analysis show that there is an influence of body image on self-acceptance in early adult women who use Instagram, with a significance value of $0.000 < 0.05$. This means that the higher an early adult woman's dissatisfaction with her body image, the lower her self-acceptance. The contribution of body image to self-acceptance is 81.7%. Thus, the hypothesis in this study is accepted.

Keywords: *Body Image, Self Acceptance, Early Adult Women*