

**HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KETIDAKPUASAN TUBUH PADA
REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL**

SKRIPSI

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



Elvida Sofiyanita

19090000016

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Elvida Sofiyanita
Nim : 19090000016
Universitas : Merdeka Malang
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul SKripsi : Hubungan Harga Diri dengan Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Pengguna Media Sosial

Malang, 14 Agustus 2023

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



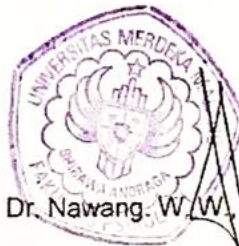
Dellawaty Supraba., S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Dr. Rozi Sastra Purna, S.Psi., M.Psi, Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



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

**HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KETIDAKPUASAN TUBUH PADA
REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Elvida Sofiyanita

19090000016

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 14 Agustus 2023

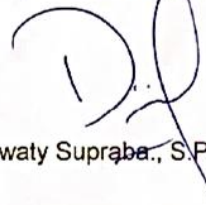
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



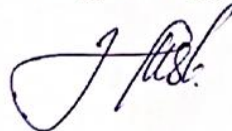
Dr. Rozi Sastra P., S.Psi., M.Psi, Psikolog

Sekretaris Penguji



Dellawaty Supraba., S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Husnul Khotimah., S.Psi., M.A

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

Malang, 14 Agustus 2023
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



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

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Elvida Sofiyanita
Nomor Pokok : 19090000016
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Sosial
Judul Skripsi : Hubungan Harga Diri dengan Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Pengguna Media Sosial
Lokasi Tempat Penelitian : Malang
Alamat Rumah Asal : Jl. Nusa Indah, Tajinan Malang
No. Telp/Email : 085748609962 / elvidasofiyanita01@gmail.com

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

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 14 Agustus 2023



Elvida Sofiyanita

MOTTO

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan”

(Boy Chandra)

“Kesuksesan dan kebahagiaan terletak pada diri sendiri. Tetaplah bahagia karena kebahagiaanmu dan kamu yang akan membentuk karakter kuat untuk melawan kesulitan”

(Helen Keller)

“Saat aku melibatkan Allah SWT dalam semua rencanaku, aku percaya bahwa tidak ada yang tidak mungkin”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Kedua orang tua dan adik saya tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan serta semangat yang tiada hentinya untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai.

Kalianlah penyemangat penulis dalam menggapai cita-cita.

Teman-teman yang senantiasa menemani, membantu dan menyemangati selama proses perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.

Tak lupa juga untuk diri sendiri yang sudah mau berjuang dan bertanggung jawab hingga pada akhirnya berhasil menyelesaikan skripsi dengan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, kerana dengan berkat rahmat dan berkah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar semata-mata tidak hanya usaha penulis sendiri, melainkan bantuan tulus dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Terima kasih kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, kekuatan dan kuasanya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Al Thuba Septa Priyngasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Ibu Husnul Khotimah, S.Psi., MA. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang sekaligus Dosen Wali.
5. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si. Selaku Sekertaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
6. Dr. Rozi Sastra Purna, S.Psi., M.Psi, Psikolog Selaku Dosen Pembimbing Utama. Terima kasih telah senantiasa membimbing dan membantu penulis dalam proses pengerjaan skripsi, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
7. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si. Selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang sekaligus Dosen Pembimbing Kedua yang senantiasa membimbing, membantu, serta memberikan semangat kepada penulis dalam proses pengerjaan skripsi,

sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.

8. Bapak, ibu dosen, dan staff Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih atas segala ilmu yang telah diajarkan serta memberikan pengalaman yang tidak terlupakan kepada peneliti selama kuliah.
9. Terima kasih kepada kedua orang tua dan adik penulis yang selalu mendukung dalam berbagai hal yang dilakukan penulis serta senantiasa mendoakan yang tanpa henti, sehingga penulis dapat menyelesaikan dan mempersembahkan skripsi ini untuk kalian.
10. Terima kasih kepada Ivone, Ratih, Roro, Chelsea, Lalita, dan Asti yang terbentuk dalam "*gvrl gang reborn*". Dunia kampus lebih menyenangkan dengan hadirnya kalian semua. Terima kasih sudah menjadi sahabat sekaligus keluarga terbaik yang selalu siaga membantu jika penulis mengalami kesusahan. Terima kasih sudah bersedia menjadi tempat keluh kesah penulis dalam hal perkuliahan maupun percintaan. Bersyukur bisa mengenal kalian sampai detik ini. Canda, tawa, suka dan duka kita bersama selama perkuliahan akan menjadi kenangan yang sangat indah bagi penulis. *Let's be friends until we are old <3*. Sukses selalu dimana pun kalian berada. *Love you!*
11. Terima kasih kepada Tim Magang Padang yang beranggotakan Teteh Syanti, Roro, dan Yosua. Terima kasih Teteh Syanti yang telah memberikan kesempatan yang sangat luar biasa kepada kami. Semoga ilmu yang kami peroleh dapat bermanfaat bagi orang lain. Terima kasih

Roro dan Yosua atas kerjasama yang baik sehingga menjadi pengalaman yang tak terlupakan bagi penulis.

12. Terima kasih kepada anak-anak ketemu gedeku; Renda, Rafidah dan Delta yang telah mewarnai dunia perkuliahan menjadi lebih seru. Bersyukur bisa mengenal kalian semua. Terima kasih telah menemani penulis sampai detik ini. Bersama kalian adalah salah satu hal yang luar biasa bagi penulis. Sukses selalu untuk kalian. Terima kasih juga kepada Mas Ade yang selalu bersedia membantu dalam skripsi ini.
13. Terima kasih kepada 18090000143 yang sudah menemani dan membantu pada awal skripsi ini dibuat. Sehat selalu dimana pun kamu berada. *I don't regret knowing you. You are a good person.*
14. Terima kasih kepada diri sendiri yang sudah berjuang sejauh ini hingga selesainya skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Kamu hebat!. Tetap kuat dan semangat.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Harga Diri dengan Ketidakpuasan Tubuh Pada Remaja Pengguna Media Sosial”** dengan baik. Skripsi ini dibuat untuk mengetahui Hubungan Harga Diri dengan Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Pengguna Media Sosial guna memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 Program Studi Psikologi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih ada kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasanya. Oleh karena itu, penulis menerima saran juga kritik dari pembaca agar dapat memperbaiki skripsi ini. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang memberikan doa, semangat, dukungannya dalam menyelesaikan skripsi ini. Apabila masih banyak kesalahan dalam penulisan skripsi ini, penulis meminta maaf yang sebesar-besarnya.

Malang, 14 Agustus 2023



Elvida Sofiyanita

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
INTISARI	xvii
<i>ABSTRACT</i>	xviii
BAB I PENGANTAR.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Permasalahan	9
C. Tujuan dan Manfaat	9
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Ketidakpuasan Tubuh	12
1. Pengertian Ketidakpuasan Tubuh	12
2. Aspek Ketidakpuasan Tubuh	13
3. Faktor Penyebab Ketidakpuasan Tubuh	14
4. Dampak Ketidakpuasan Tubuh	16
B. Harga Diri	18
1. Pengertian Harga Diri	18
2. Aspek Harga Diri	19
3. Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri	21
4. Karakteristik Harga Diri	23

C. Remaja	24
1. Pengertian Remaja	24
2. Ciri-ciri Remaja	25
3. Tugas Perkembangan Remaja	27
D. Hubungan Harga Diri dengan Ketidakpuasan Tubuh Remaja Pengguna Media Sosial	28
E. Kerangka Pemikiran Penelitian	31
F. Hipotesis Penelitian	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Identifikasi dan Operasional Variabel	33
1. Identifikasi Variabel	33
2. Definisi Operasional Variabel	33
B. Subjek Penelitian	34
1. Populasi	34
2. Sampel	35
3. Teknik Pengambilan Sampel	35
C. Cara Pengumpulan Data	37
1. Skala Harga Diri	37
2. Skala Ketidakpuasan Tubuh	38
3. Validitas dan Reliabilitas	39
D. Desain Penelitian	40
E. Cara Analisis Data	41
1. Uji Normalitas	41
2. Uji Linearitas	41
3. Uji Hipotesis	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
A. Deskripsi Subjek Penelitian	42
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data	43
1. Deskripsi Data	43
2. Validitas Skala	45
3. Reliabilitas Skala	47

C. Hasil	48
1. Hasil Uji Normalitas	48
2. Hasil Uji Linearitas	49
3. Hasil Uji Hipotesis	49
D. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pemberian Skor Skala Likert	37
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Harga Diri	38
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Ketidakpuasan Tubuh	39
Tabel 4. Data Usia Responden	42
Tabel 5. Data Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 6. Hasil Analisis Deskriptif Statistik	43
Tabel 7. Rumus Skor Standar	44
Tabel 8. Kategorisasi Skor Skala Harga Diri	44
Tabel 9. Kategorisasi Skor Skala Ketidakpuasan Tubuh	44
Tabel 10. Sebaran Butir Skala Valid dan Gugur Harga Diri	46
Tabel 11. Sebaran Butir Skala Valid dan Gugur Ketidakpuasan Tubuh	47
Tabel 12. Reliabilitas Skala Harga Diri dan Ketidakpuasan Tubuh	48
Tabel 13. Uji Normalitas Skala Harga Diri dan Ketidakpuasan Tubuh	48
Tabel 14. Uji Linearitas Skala Harga Diri dan Ketidakpuasan Tubuh	49
Tabel 15. Uji Hipotesis Skala Harga Diri dan Ketidakpuasan Tubuh	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Kerangka Pemikiran Penelitian Hubungan Harga Diri dengan Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Pengguna Media Sosial	31
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Expert Judgement</i>	67
Lampiran 2 Hasil Penilaian <i>Expert Judgement</i>	84
Lampiran 3 Skala <i>Try Out</i> Harga Diri dan Ketidakpuasan Tubuh	89
Lampiran 4 Tabulasi Data Skala <i>Try Out</i>	96
Lampiran 5 Validitas Skala	99
Lampiran 6 Skala Harga Diri dan Ketidakpuasan Tubuh	102
Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian	109
Lampiran 8 Reliabilitas Skala Penelitian	120
Lampiran 9 Deskriptif Data, Hasil Uji Normalitas, Uji Linearitas, Uji Korelasi..	122
Lampiran 10 Berita Acara Turnitin & Daftar Riwayat Hidup	125

HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KETIDAKPUASAN TUBUH PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL

Elvida Sofiyanita

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

elvidasofiyanita01@gmail.com

INTISARI

Banyak remaja saat ini tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki akibat mengakses media sosial. Ketidakpuasan tubuh dapat menjadi penderitaan di kalangan remaja sehingga diperlukan faktor yang dapat meringankan penderitaan tersebut salah satunya adalah harga diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pengguna media sosial. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala harga diri dan skala ketidakpuasan tubuh yang disusun oleh peneliti dengan menggunakan model skala Likert. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 350 remaja pengguna media sosial di Kota Malang yang dipilih dengan metode *purposive sampling*. Hasil uji hipotesis menggunakan korelasi *pearson product moment* yang memperoleh hasil indeks korelasi sebesar -0,799 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pengguna media sosial. Artinya semakin tinggi harga diri maka semakin rendah ketidakpuasan tubuh. Sebaliknya semakin rendah harga diri maka semakin tinggi ketidakpuasan tubuh pada remaja.

Kata Kunci: Harga Diri, Ketidakpuasan Tubuh, Remaja

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND BODY DISSATISFACTION IN ADOLESCENT USERS OF SOCIAL MEDIA

Elvida Sofiyanita

Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang

elvidasofiyanita01@gmail.com

ABSTRACT

Many teenagers today are dissatisfied with their body shapes as a result of accessing social media. Body dissatisfaction can be a source of suffering among adolescents, so factors that can alleviate this suffering are needed, one of which is self-esteem. The purpose of this study was to determine the relationship between self-esteem and body dissatisfaction among adolescents who use social media. This research uses quantitative research methods. The instruments used in this study were a self-esteem scale and a body dissatisfaction scale, which were compiled by researchers using a Likert scale model. The number of subjects in this study was 350 young social media users in Malang City who were selected using a purposive sampling method. The results of the hypothesis test using the Pearson product moment correlation obtained a correlation index of -0.799 with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). So it can be concluded that there is a very significant negative relationship between self-esteem and body dissatisfaction in adolescents using social media. This means that the higher the self-esteem, the lower the body dissatisfaction. Conversely, the lower the self-esteem, the higher the body dissatisfaction in adolescents.

Keywords: Adolescent, Body Dissatisfaction, Self-Esteem