

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA
MAHASISWA TINGKAT AWAL DI KOTA MALANG**

SKRIPSI

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



Aprilia Dhiaz Kurnianti

20090000205

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

MALANG

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Aprilia Dhiaz Kurnianti

NIM : 20090000205

Universitas : Merdeka Malang

Fakultas : Psikologi

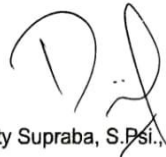
Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Tingkat Awal di Kota Malang

Malang, 25 Februari 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Ratih Agustin R., S.Psi., M.Si

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

Hubungan Citra Tubuh terhadap Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Tingkat Awal di Kota Malang

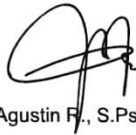
Dipersiapkan dan disusun oleh

Aprilia Dhiaz Kurnianti
20090000195

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 23 Januari 2025

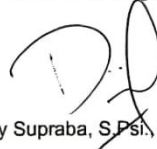
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Ratih Agustin F., S.Psi., M.Si.

Sekretaris Penguji



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



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

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

Malang, 25 Februari 2025

Dekan Fakultas Psikologi



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

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aprilia Dhiaz Kurnianti
Nomor Pokok : 20090000205
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Sosial
Judul Skripsi : Hubungan Citra Tubuh terhadap Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Tingkat Awal di Kota Malang
Lokasi Penelitian : Universitas Merdeka Malang
Alamat Rumah Asal : Jl. Segaran Gang Mangir no 21 RT 06 RW 09, Pakisaji
No. Telp/Email : 089665451080/ apriadihiaz@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 semestinya.

Malang, 25 Februari 2025



Aprilia Dhiaz Kurnianti

MOTTO

“ Jika Tuhan membantu mulai awal maka Tuhan akan membantu sampai akhir “

“ Keberhasilan bukanlah tujuan, melainkan perjalanan “

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada orang tua saya yang telah mengusahakan
terbaik untuk kehidupan saya

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji Syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan kerendahan hati dan kesabaran yang luar biasa.

Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai bantuan pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Terimakasih kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kekuatan 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. Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si. Selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Ratih Agustin Rachmaningrum, S.Psi., M.Si. Selaku dosen pembimbing penulis yang selalu memberikan arahan, dukungan dan bimbingan kepada penulis. Terimakasih atas segala masukan, pengertian, kesabaran, tutur kata yang lembut, hal positif dan semua kebaikan yang telah ibu berikan.
5. Bapak, Ibu Dosen, dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih atas segala ilmu yang telah diberikan serta pengalaman yang tidak terlupakan kepada penulis selama kuliah.
6. Seluruh responden yang berpartisipasi, karena berkat kalian peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan lancar.
7. Kepada kedua orang tua penulis Bapak Suryanto dan ibu Kristin Kurniawati yang tidak pernah berhenti untuk mendukung dan memberikan kasih

sayangnya tiap langkah yang telah saya lalui. Doa yang tidak pernah putus diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi hingga selesai. Terimakasih juga kepada kakak saya Aqil Kurnianto yang membantu saya ketika kesusahan meskipun kita sering bertengkar.

8. Untuk teman-teman seperjuangan yang menemani penulis mulai dari kita yang masing-masing tidak kenal satu sama lain dan berakhir mensupport satu sama lain ketika skripsi (Via, Amel, Gabby, Nana, Andin, Citra, Marni) terimakasih banyak atas dedikasinya selama ini membersamai penulis hingga detik ini.
9. Untuk Devta dan Aisa, terimakasih banyak telah menjadi tempat saya bercerita keluh kesah, mendukung saya tanpa henti.
10. Untuk teman saya (Lita, Nada, Satrio) yang juga telah membantu, mendukung dalam bentuk apapun. Terimakasih banyak telah menghibur dengan mengajak ngopi ketika kepala ini sudah pening.
11. Dan yang terakhir untuk Aprilia Dhiaz Kurnianti yang telah berjuang hingga akhir, meskipun sering mengeluh tetapi mampu menyelesaikannya. Terimakasih telah memilih hidup dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walaupun seringkali merasa putus asa atas apa yang diusahakan tidak tercapai namun mau berusaha hingga hal itu dapat tercapai.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Citra Tubuh dengan Kepercayaan diri pada Mahasiswa Tingkat Awal di Kota Malang” dengan baik. Skripsi ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat awal di Kota Malang sebagai persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana S1 Program Studi Psikologi.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kesalahan dalam penulisan skripsi ini baik dari kalimat maupun susunannya. Penulis menerima kritik dan saran pembaca untuk menyempurnakan penulisan skripsi ini. Penulis menyampaikan terimakasih bagi semua pihak yang mendukung penulisan skripsi ini. Apabila terdapat kesalahan dari penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan mohon maaf sebesar-besarnya.

Malang, 25 Februari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kepercayaan Diri	8
1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	8
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	9
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan diri.....	11
B. Citra Tubuh.....	13
1. Pengertian Citra Tubuh	13
2. Aspek-Aspek Citra Tubuh	15
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh.....	16
C. Mahasiswa Tingkat Awal.....	18
D. Keterkaitan Antara Kepercayaan Diri dengan Citra Tubuh	20
C. Hipotesis	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Desain Penelitian.....	23
B. Identifikasi dan Operasional Variabel	23

C.	Partisipan Penelitian.....	25
1.	Populasi.....	25
2.	Sampel.....	25
D.	Cara Pengumpulan Data	28
1.	Skala citra tubuh.....	28
2.	Skala Kepercayaan Diri.....	29
E.	Cara Analisis Data.....	30
F.	Prosedur Penelitian	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		33
A.	Deskripsi Subjek Penelitian	33
B.	Kategorisasi Data	34
C.	Statistik Dekriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	36
D.	Hasil Uji Hipotesis.....	36
E.	Pembahasan	38
BAB V PENUTUP		41
A.	Kesimpulan.....	41
B.	Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA.....		43
LAMPIRAN		46

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data jenis kelamin responden	33
Tabel 2 Data usia responden.....	33
Tabel 3 Nilai rata-rata variabel citra tubuh dan kepercayaan diri	34
Tabel 4 Rumus skor standar.....	34
Tabel 5 Hasil kategorisasi data kepercayaan diri.....	35
Tabel 6 Hasil kategorisasi data citra tubuh	35
Tabel 7 Hasil statistik dan reliabilitas alat ukur.....	36
Tabel 8 Reliabilitas variabel kepercayaan diri dan citra tubuh.....	36
Tabel 9 Hasil uji normalitas.....	37
Tabel 10 Hasil uji linieritas	37
Tabel 11 Hasil uji hipotesis	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	22
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala penelitian	47
Lampiran 2 Tabulasi data penelitian.....	53
Lampiran 3 Statistik deskriptif dan reliabilitas skala.....	76
Lampiran 4 Uji reliabilitas, uji normalitas, uji regresi linier sederhana	78
Lampiran 5 Pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah.....	81
Lampiran 6 Hasil turnitin	83
Lampiran 7 Daftar riwayat hidup.....	86

Hubungan Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Tingkat Awal di Kota Malang

Aprilia Dhiaz Kurnianti

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

Apriliadhiaz@gmail.com

INTISARI

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan citra tubuh dengan kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat awal. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional, dengan jumlah responden sebesar 385 responden. Penentuan sampling menggunakan teknik purposive sampling. Skala yang digunakan adalah skala citra tubuh dan skala kepercayaan diri. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan *software statistic SPSS 24 for windows*. Hasil analisis data menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $0.000 < 0.05$. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel citra diri dengan variabel kepercayaan diri. Citra tubuh memiliki sumbangan relatif sebesar 77,1% terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat awal di Kota Malang. Arah hubungan dalam penelitian ini adalah positif, artinya semakin tinggi citra tubuh maka semakin tinggi juga kepercayaan diri. Sebaliknya jika semakin rendah citra tubuh maka semakin rendah kepercayaan diri. Penelitian ini dapat memberikan informasi bahwa citra tubuh dapat memprediksi tinggi rendahnya kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat awal di Kota Malang, dengan adanya kepercayaan diri individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi tidak mudah dilanda kecemasan saat bertindak. Dorongan untuk berprestasi menjadi motivasi yang kuat untuk mencapai puncak potensi.

Kata kunci : Citra tubuh, Kepercayaan diri, Mahasiswa tingkat awal.

The Relationship of Body Image and Self-Confidence in Sophomore in Malang City

Aprilia Dhiaz Kurnianti

Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang

Apriliadhiaz@gmail.com

ABSTRACT

The aim of this research is to determine the relationship body image and self-confidence in entry-level students. This research method uses quantitative correlational, with a total of 385 respondents. Determination of sampling using purposive sampling technique. The scales used are the body image scale and the self-confidence scale. The data analysis technique uses simple linear regression analysis with the help of SPSS 24 for Windows statistical software. The results of data analysis show a correlation coefficient value of $0.000 < 0.05$. Based on these results, it can be concluded that there is a relationship between the self-image variable and the self-confidence variable. body image has a relative contribution of 77.1% to self-confidence in initial level students in Malang City. The direction of the relationship in this study is positive, meaning that the higher body image, the higher self-confidence. On the other hand, the lower your body image, the lower your self-confidence. This research can provide information that body image can predict high and low self-confidence in entry-level students in Malang City, with self-confidence, individuals who have high self-confidence are not easily affected by anxiety when acting. The drive to achieve becomes a strong motivation to reach the peak of potential.

Keywords : Body image, Self-confidence, Sophomore