

**KORELASI ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI WANITA  
DEWASA AWAL BERSTATUS LAJANG YANG MENGALAMI OBESITAS**

**SKRIPSI**

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



**RISCA AMALIA  
15090000006**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG  
2021**

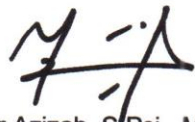
## LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Risca Amalia  
Nim : 15090000006  
Universitas : Universitas Merdeka Malang  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : KORELASI ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI WANITA DEWASA AWAL BERSTATUS  
LAJANG YANG MENGALAMI OBESITAS

Malang, 15 Februari 2021


### DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Nur Azizah, S.Psi., M.A

Dosen Pembimbing



Dra. Dewanti Ruparin Diah, M.Si

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang



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

**KORELASI ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI WANITA  
DEWASA AWAL BERSTATUS LAJANG  
YANG MENGALAMI OBESITAS**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Risca Amalia

15090000006

**Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji**

**Pada Tanggal 29 Januari 2021**

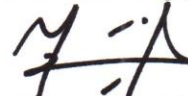
Susunan Dewan Penguji :

Ketua Penguji




Dra. Dewanti Ruparin Diah, M.Si

Sekretaris Penguji



Nur Azizah, S.Psi., M.A

Anggota Penguji



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

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana S1 Psikologi.

Malang, 15 Februari 2021  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang



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

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINILITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul “**Korelasi antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Wanita Dewasa Awal Berstatus Lajang yang Mengalami Obesitas**” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi 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 yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 29 Januari 2021



Risca Amalia

## **MOTTO**

Belajar dari kegagalan adalah hal yang bijak  
Genggam lah dunia sebelum dunia menggenggamu

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT kita memuji-Nya dan meminta pertolongan, pengampunan serta petunjuk kepada-Nya. Kita berlindung kepada Allah SWT dari kejahatan. Barang siapa yang mendapatkan petunjuk dari Allah SWT maka tidak akan ada yang menyesatkan dan barang siapa yang sesat maka tidak ada pemberi petunjuk baginya.

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Keluargaku tercinta, kedua orang tuaku serta adikku yang telah memberikan kasih sayang, do'a, dukungan serta memotivasi baik secara moril maupun materil untuk selalu semangat dalam mengerjakan skripsi.
2. Bapak dan Ibu Dosen pembimbing serta seluruh dosen yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi ini yang telah memberikan motivasi serta pengarahan dalam penyusunan skripsi.
3. Sahabatku tercinta Kumala Sandra Oktavianti selaku pemberi dukungan terdisiplin sehingga dapat segera menyelesaikan skripsi ini tanpa mengulur waktu lebih lama lagi.
4. Teman-temanku yang selalu memberikan dukungan secara konsisten untuk terus berjuang mengerjakan skripsi.
5. Serta beberapa pihak terkait lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

## UCAPAN TERIMA KASIH

1. Skripsi ini saya persembahkan untuk ayah dan ibu yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya. Terima kasih atas semua cinta yang telah ayah dan ibu berikan kepada saya.
2. Merampungkan skripsi jelas bukanlah momen mudah yang harus kujalani sebagai mahasiswa. Terima kasih, untuk Dosen Pembimbing karena telah rela meluangkan waktu dan sabar untuk membimbingku dalam mewujudkan semuanya.
3. Skripsi ini saya persembahkan untuk teman-temanku. Terima kasih telah menyediakan waktu dan memberi bantuan dan semangat. Terima kasih sudah menjadi temanku.
4. Setiap pagi saya berterima kasih kepada Allah SWT karena telah membantu saya. Setiap pagi saya berterima kasih pada kedua orang tua. Setiap pagi saya berterima kasih pada diri saya karena menjadi diri saya sendiri. Setiap pagi saya berterima kasih kepada teman-teman karena telah mendukung saya dan bersama saya, apa pun yang terjadi. Skripsi ini adalah persembahan saya untuk kalian semua

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas rahmat dan karunia-Nya yang besar dan tidak pernah putus, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "KORELASI ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI WANITA DEWASA AWAL BERSTATUS LAJANG YANG MENGALAMI OBESITAS." Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk meraih gelar keserjanaan Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Skripsi ini disajikan secara sistematis berdasarkan pokok-pokok yang telah ditetapkan dalam pembuatan skripsi. Permasalahan dan pemecahan yang disajikan dalam skripsi ini berorientasi pada lingkungan yang sebenarnya yaitu pada permasalahan meningkatnya angka pelanggaran lalu lintas. Dalam pembuatan skripsi ini penulis telah berusaha maksimal, maka diharapkan dapat memberikan manfaat bagi penulis sendiri maupun para pembaca.

Pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dra. Dewanti R. Diah M.Si Dosen Pembimbing 1 yang juga turut serta dalam memberikan dukungan kepada penulis dan telah memberikan bimbingan, kritik, masukan, serta pendampingan selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Nur Azizah, M.Psi., MA selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan pada waktunya.
3. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah banyak memberikan ilmu selama masa perkuliahan.
4. Orangtua yang selalu mendukung dalam doa dan motivasi agar bisa segera menyelesaikan program skripsi saya.

5. Teman-temanku yang mensupport dalam menyediakan alat tulis dan dukungan secara moril dalam proses mengerjakan skripsi saya.

Tidak lupa penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan. Akhirnya dengan kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun guna perbaikan skripsi ini.

Malang, 27 Januari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	I
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI .....	II
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....	III
LEMBAR PERNYATAAN ORISINILITAS SKRIPSI .....	IV
MOTTO .....	V
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	VI
UCAPAN TERIMA KASIH.....	VII
KATA PENGANTAR .....	VIII
DAFTAR ISI.....	X
DAFTAR TABEL.....	XII
DAFTAR GAMBAR.....	XIII
DAFTAR LAMPIRAN .....	XIV
ABSTRAK.....	XV
<i>ABSTRACT</i> .....	XVI
BAB I .....	1
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. RUMUSAN PERMASALAHAN .....	9
C. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN .....	9
D. PERBEDAAN DENGAN PENELITIAN SEBELUMNYA.....	10
BAB II .....	13
A. KEPERCAYAAN DIRI .....	13
1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	13
2. Faktor-Faktor Kepercayaan Diri .....	15
3. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	17
B. <i>BODY IMAGE</i> .....	19
1. Pengertian <i>Body Image</i> .....	19
2. Faktor-Faktor <i>Body Image</i> .....	21
3. Aspek-Aspek <i>Body Image</i> .....	23
4. Kategori <i>Body Image</i> .....	25
C. OBESITAS .....	26
1. Pengertian Obesitas.....	26
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Obesitas .....	27
D. WANITA LAJANG PADA MASA DEWASA AWAL .....	35
1. Pengertian Masa Dewasa Awal.....	35
2. Ciri-Ciri Umum Masa Dewasa Awal.....	36
3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal.....	38
4. Wanita Lajang .....	38
5. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Wanita Hidup Melajang .....	40

6. Dampak Positif dan Negatif Wanita Hidup Melajang .....	42
E. HUBUNGAN ANTARA <i>BODY IMAGE</i> DENGAN KEPERCAYAAN DIRI WANITA DEWASA AWAL BERSTATUS LAJANG YANG MENGALAMI OBESITAS .....	45
F. KERANGKA PEMIKIRAN PENELITIAN .....	48
G. HIPOTESIS PENELITIAN .....	48
BAB III .....	50
A. IDENTIFIKASI DAN OPERASIONALISASI VARIABEL.....	50
B. SUBJEK PENELITIAN.....	51
1. Populasi .....	51
2. Sampel.....	51
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	53
C. CARA PENGUMPULAN DATA .....	55
D. VALIDITAS DAN RELIABILITAS.....	59
E. METODE ANALISIS DATA .....	62
BAB IV.....	65
A. DESKRIPSI SUBJEK.....	65
B. DESKRIPSI DAN RELIABILITAS DATA.....	65
1. Deskripsi Data.....	65
2. Hasil Uji Validitas .....	68
3. Uji Reliabilitas .....	74
C. HASIL.....	74
1. Uji Asumsi.....	74
2. Hasil Analisis Data .....	76
3. Hasil Uji Hipotesis .....	77
D. PEMBAHASAN.....	77
BAB V.....	81
A. KESIMPULAN .....	81
B. SARAN.....	81
DAFTAR PUSTAKA.....	83

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kategori Ambang Batas IMT untuk Orang Indonesia.....	53
Tabel 3.2. Hasil Perhitungan IMT.....	54
Tabel 3.3. Blue Print Skala Kepercayaan diri .....	56
Tabel 3.4. Blue Print Skala <i>Body Image</i> .....	57
Tabel 3.5. Skoring Skala Kepercayaan diri dan <i>Body Image</i> .....	59
Tabel 3.6. Tabel Kriteria Indeks Koefisien Reliabilitas.....	61
Tabel 4.1. Tabel Deskripsi Subjek .....	65
Tabel 4.2. Hasil Analisis Deskriptif Statistik.....	66
Tabel 4.3. Rumus Skor Standar.....	66
Tabel 4.4. Kategori Data Kepercayaan diri.....	67
Tabel 4.5. Kategori Data <i>Body image</i> .....	67
Tabel 4.6. Sebaran Aitem Gugur <i>Try Out</i> Skala Kepercayaan Diri.....	68
Tabel 4.7. Sebaran Aitem Gugur <i>Try Out</i> Skala <i>Body Image</i> .....	69
Tabel 4.8. Sebaran Aitem Gugur Kepercayaan Diri Setelah <i>Try Out</i> .....	71
Tabel 4.9. Sebaran Aitem Gugur Skala <i>Body Image</i> Setelah <i>Try Out</i> .....	72
Tabel 4.10. Temuan Uji Reliabilitas.....	74
Tabel 4.11. Rangkuman Uji Normalitas.....	75
Tabel 4.12. Hasil uji linearitas .....	75
Tabel 4.13. Hasil Analisis Data .....	76

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Pemikiran Penelitian .....	48
---	----

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 SKALA PENELITIAN .....	86
LAMPIRAN 2 TABULASI DATA VARIABEL X DAN Y .....	96
LAMPIRAN 3 HASIL PENGHITUNGAN AIKEN V.....	136
LAMPIRAN 4 RELIABILITAS SKALA KEPERCAYAAN DIRI .....	228
LAMPIRAN 5 RELIABILITAS SKALA <i>BODY IMAGE</i> .....	230
LAMPIRAN 6 UJI NORMALITAS DAN UJI LINIERITAS .....	233
LAMPIRAN 7 UJI HIPOTESIS .....	234
LEMBAR TURNITIN .....	235
RIWAYAT HIDUP .....	236

# KORELASI ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI WANITA DEWASA AWAL BERSTATUS LAJANG YANG MENGALAMI OBESITAS

Risca Amalia

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

## Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara *body image* dengan kepercayaan diri wanita dewasa awal berstatus lajang yang mengalami obesitas. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat korelasi positif antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada wanita dewasa awal berstatus lajang yang mengalami obesitas. Subjek penelitian sebanyak 100 orang. Adapun skala yang digunakan untuk mengukur tingkat Kepercayaan Diri yaitu skala Kepercayaan Diri dari Angelis (dalam Andiyati, 2016). Skala *Body Image* menggunakan skala dari Cash dan Pruzinsky (dalam Khaira, 2018). Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasi *product-moment* Pearson SPSS version 20 for windows. Hasil perhitungan dan analisis data dengan menggunakan metode korelasi *product-moment* Pearson menunjukkan indeks korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0,757 dengan nilai signifikansi 0,000 pada taraf signifikansi 5%. Artinya ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri wanita dewasa awal berstatus lajang yang mengalami obesitas sehingga hipotesis yang diajukan diterima.

**Kata kunci** : Kepercayaan Diri, *Body Image*, Obesitas.

## **CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND SELF-TRUSTED IN EARLY ADULT WOMEN WITH OBESITY LEADING STATUS**

**Risca Amalia**

Faculty of Psychology, University Merdeka Malang

### ***Abstract***

*The purpose of this study was to determine whether there is a correlation between body image and self-confidence in early adult single women who are obese. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive correlation between body image and self-confidence in early adult single women who are obese. The research subjects were 100 people. The scale used to measure the level of self-confidence is the self-confidence scale of Angelis (in Andiyati, 2016). The Body Image scale uses a scale from Cash and Pruzinsky (in Khaira, 2018). The analytical method used in this study is the Pearson SPSS version 20 product-moment correlation method for windows. The results of calculations and data analysis using the Pearson product-moment correlation method show a correlation index ( $r_{xy}$ ) of 0.757 with a significance value of 0.000 at a significance level of 5%. This means that there is a positive relationship between body image and self-confidence in early adult single women who are obese so that the proposed hypothesis is accepted.*

**Keywords:** *Self-Confidence, Body Image, Obesity.*