

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP
KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI
SMA ISLAM AL-AZHAR 8 SUMMARECON
KOTA BEKASI**

SKRIPSI

**Oleh:
Shabrina Yumna Banda
201510515204**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri
Remaja Putri SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota
Bekasi

Nama Mahasiswa : Shabrina Yumna Banda

Nomor Pokok Mahasiswa : 201510515204

Program Studi/Fakultas : Ilmu Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Juli 2019

Bekasi, 09 Agustus 2019

MENYETUJUI,

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Dr. Neil Aldrin, M.Psi., Psikolog

Dr. Netty Merdiaty, MM

NIP: 1705284

NIP: 1906423

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri
Remaja Putri SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota
Bekasi
Nama Mahasiswa : Shabrina Yumna Banda
Nomor Pokok Mahasiswa : 201510515204
Program Studi/Fakultas : Ilmu Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Juli 2019

Bekasi, 09 Agustus 2019

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Sulistiasih, M.Si

NIP. 1905419

Penguji 1 : Kus Hanna Rahmi., M.Psi., Psikolog

NIP. 051510033

Penguji 2 : Dr. Netty Merdiaty., MM

NIP. 1906423

MENGETAHUI,

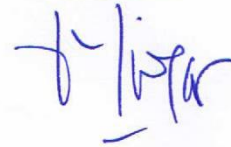
Ketua Program Studi Psikologi



Yunique Balsa Rhapsodia, M.Psi., Psikologi

NIP. 1801316

A/n Dekan Fakultas Psikologi,
Wakil Dekan 1



Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIP. 1801312

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ilmiah ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy melalui perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 30 Juli 2019

Yang membuat pernyataan



Shabrina Yumna Banda

201510515204

ABSTRAK

Shabrina Yumna Banda. 201510515204. Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi.

Remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan social-emosional. Perubahan tersebut dinamakan pubertas. Pubertas adalah tanda yang dimulai di masa remaja dan merupakan perubahan yang cepat. Salah satu perubahan yang cepat terjadi pada kematangan fisik (perubahan tubuh dan hormonal) yang berdampak pada sikap dan perilaku remaja. Pada pertumbuhan fisik, tinggi dan berat badan terjadi dua tahun lebih awal pada anak perempuan daripada anak laki-laki. Dampak psikologis pada remaja putri saat mengalami perubahan fisik di masa pubertas adalah mereka sangat memerhatikan tubuh dan penampilannya serta membuat citra sendiri mengenai bentuk tubuhnya. Bahkan, mampu menurunkan kepercayaan dirinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah *body image*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah kuantitatif dengan menggunakan analisis uji regresi sederhana. Adapun teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling* yaitu *stratified sampling* dengan sampel penelitian sebanyak 149 subjek. Hasil penelitian didapatkan nilai (R^2) sebesar 0,827, hal ini berarti bahwa pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri sebesar 82,7%. Maka, nilai variabel yang dimasukkan dalam model $e = 1 - 0,827 = 0,173$ atau 17,3%, dengan demikian 17,3% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

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

ABSTRACT

Shabrina Yumna Banda. 201510515204. The Effect of Body Image on Self-Confidence of Young Woman in the SMAI Al-Azhar 8 Summarecon City of Bekasi.

Youth is a period of transition from children to adults equipped with biological, cognitive and social-emotional changes. It called puberty. Puberty is a sign that begins in adolescence and is a rapid change. One of the rapid changes occurs in physical maturity (body and hormonal changes) that have an impact on adolescent attitudes and behavior. In physical growth, height and weight occur two years earlier in girls than boys. The psychological impact on young women when experiencing physical changes during puberty is that they are very attentive to their body and appearance and make their own image about their body shape. In fact, it can reduced their confidence. One of the factors that influenced self confidence is the body image. The purpose of this study was to determined the effect of body image on the confidence of adolescent girls at SMAI Al-Azhar 8 Summarecon, Bekasi. The method used in the study is quantitative by using a simple regression test analysis. The sampling technique used is probability sampling, namely stratified sampling with a sample of 149 subjects. The results of the study obtained a value (R^2) of 0.827, this means that the effect of body image on self-confidence is 82.7%. So, the value of the variable entered in the model $e = 1 - 0.827 = 0.173$ or 17.3%, thus the remaining 17.3% is influenced by other variables.

Key word : *Body Image, Self-Confidence, Adolescence*

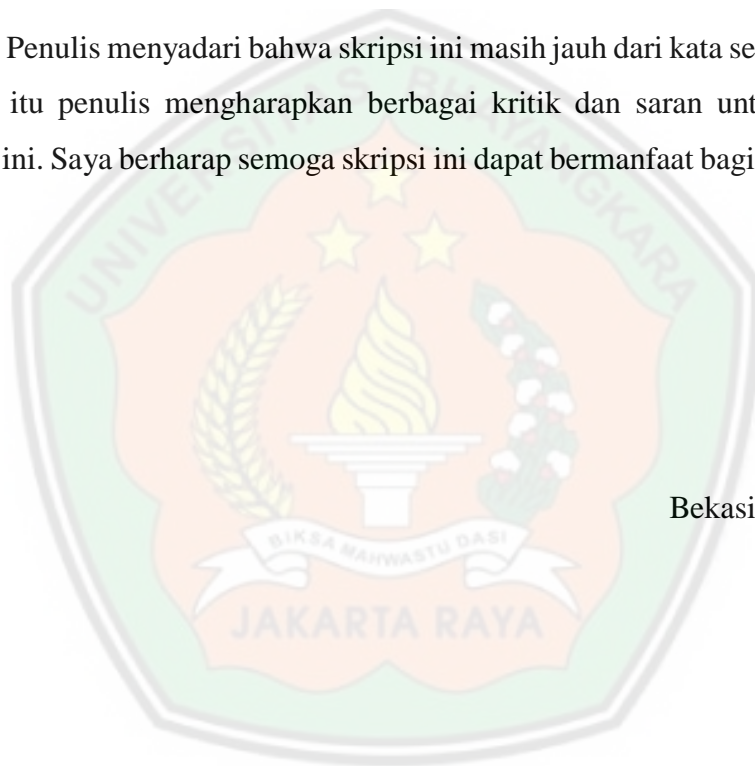
KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah *subhanahuwatala* karena atas berkah, karunia-Nya dan limpahan rahmat ridho serta kemudahan dan kelancaran-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam proses penulisan skripsi ini terdapat banyak kesulitan dan kendala yang dihadapi, namun dengan bantuan berbagai pihak skripsi ini dapat diselesaikan penulis. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Neil Aldrin, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Bapak Neil Aldrin, M.Psi, Psikolog yang juga menjadi dosen pembimbing skripsi saya. Terima kasih sudah membimbing saya dan teman-teman dengan penuh perhatian, pengertian dan motivasi secara langsung dan tidak langsung sehingga kami menjadi lebih semangat untuk menyelesaikan skripsi.
3. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan banyak ilmu dan pengetahuan kepada saya.
4. Orang tua yang tiada henti memberikan doa, dukungan dan kasih sayang serta adik dari penulis yang juga selalu membantu, menghibur dan memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Faizin, M.Pd selaku kepala sekolah SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi yang telah memberikan bantuan dan izin kepada penulis untuk pengambilan data skripsi serta kepada seluruh guru dan siswi SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi yang sudah bersedia membantu penulis.
6. Para “Wanita Calon Idaman Mertua” Uthiana, Tiara, Faula, Citra, kak Laila, Laras, Filda, Esti dan Hani yang telah memberikan keceriaan dan warna selama empat tahun perkuliahan.

7. Teman seperjuangan Pena Muda, Ziah, Uthiana, Regy dan Rifki yang secara langsung dan tidak langsung mendukung penulis serta menjadi teman yang menyenangkan dan menguatkan dengan caranya masing-masing. Kalian keren!
8. Tiga Dara Solaria (Uthiana dan Ziah) yang saling menyemangati satu sama lain untuk menjadi *girl power!*
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan berbagai kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini. Saya berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembacanya.



Bekasi, 30 Juli 2019

Shabrina Yumna Banda

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
1.5 Uraian Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1. Uraian Variabel.....	10
2.1.1. Kepercayaan Diri.....	10
2.1.1.2 Definisi Kepercayaan Diri.....	10
2.1.2 <i>Body Image</i>	14
2.1.2.1 Definisi <i>Body Image</i>	14
2.2. Hubungan Antar Variabel.....	17
2.3. Hipotesis Penelitian	18

BAB III METODE PENELITIAN.....	19
3.1. Tipe Penelitian.....	19
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian.....	19
3.3. Definisi Operasional Variabel.....	19
3.4. Populasi dan Sampel Penelitian.....	20
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	21
3.5.1. Instrumen Penelitian.....	21
3.5.1.1. Skala Kepercayaan Diri.....	22
3.5.1.2. Skala <i>Body Image</i>	23
3.5.2. Validitas dan Reliabilitas.....	24
3.5.2.1. Validitas.....	24
3.5.2.2. Reliabilitas.....	25
3.6. Analisis Data.....	26
3.6 Hasil Uji Data.....	26
3.7.1 Uji Validitas Instrumen.....	26
3.7.1.1 Uji Skala Kepercayaan Diri.....	26
3.7.1.2 Uji Skala <i>Body Image</i>	27
3.7.2 Uji Reliabilitas.....	28
3.7.2.1 Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri.....	28
3.7.2.2 Uji Reliabilitas Skala <i>Body Image</i>	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
4.1 Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian.....	29
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	29
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	29
4.2.1.1 Izin Penelitian.....	29
4.2.1.2 Persiapan Alat Ukur.....	30
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	30

4.3 Hasil Penelitian	31
4.3.1 Kategorisasi Subjek Penelitian	31
4.3.1.1 Kategorisasi Kepercayaan Diri	32
4.3.1.2 Kategorisasi <i>Body Image</i>	35
4.3.2 Uji Asumsi	37
4.3.2.1 Uji Normalitas	37
4.3.2.2 Uji Linieritas	38
4.3.3 Uji Hipotesis	39
4.3.3.1 Uji Korelasi	39
4.3.3.2 Uji Regresi	40
4.3.3.2.1 Analisis <i>Variables Entered/Removed</i>	40
4.3.3.2.2 Analisis <i>Model Summary</i>	40
4.3.3.2.3 Analisis <i>Coefficients</i>	41
4.4 Pembahasan	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	45
5.1 Kesimpulan	45
5.2 Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir Peneliti	20
Gambat 4.1. Diagram Kategorisasi Persentase Kategorisasi	41
Gambar 4.2 Diagram Kategorisasi Persentase <i>Body Image</i>	44



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Pilihan Jawaban Item	25
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> Skala Kepercayaan Diri	25
Tabel 3.3. <i>Blueprint</i> Skala <i>Body Image</i>	26
Tabel 3.4. Klasifikasi Indeks Daya Beda Item.....	28
Tabel 3.5 Klasifikasi Skor Reliabilitas	29
Tabel 3.6. <i>Blue Print</i> Kepercayaan Diri Setelah Uji Coba	30
Tabel 3.7. <i>Blue Print Body Image</i> Setelah Uji Coba	31
Tabel 3.8 Reliabilitas Kepercayaan Diri	33
Tabel 3.9 Reliabilitas <i>Body Image</i>	33
Tabel 4.1 Rumus Norma Kategorisasi Subjek.....	37
Tabel 4.2 Hasil Uji Deskriptif.....	38
Tabel 4.3 Kategorisasi Kepercayaan Diri	39
Tabel 4.4 Perhitungan Kepercayaan Diri	39
Tabel 4.5 Kategorisasi Penelitian Kepercayaan Diri	40
Tabel 4.6 Kategorisasi Persentase Kepercayaan Diri	40
Tabel 4.7 Kategorisasi <i>Body Image</i>	42
Tabel 4.8 Perhitungan <i>Body Image</i>	42
Tabel 4.9 Kategorisasi Penilaian <i>Body Image</i>	43
Tabel 4.10 Kategorisasi Persentase <i>Body Image</i>	43
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas	44
Tabel 4.12 Hasil Uji Linieritas.....	45
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi	46
Tabel 4.14 <i>Variables Entered/Removed</i>	46
Tabel 4.15 <i>Model Summary</i>	47
Tabel 4.16 <i>Coefficients</i>	47



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Perizinan Pengambilan Data Skripsi SMAI Al-Azhar Summarecon Kota Bekasi
- Lampiran 2. Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 3. Skala Setelah *Tryout* Skala Kepercayaan Diri
- Lampiran 4. Skala Setelah *Tryout* Skala *Body Image*
- Lampiran 5. Tabulasi *Tryout* Skala Kepercayaan Diri
- Lampiran 6. Tabulasi *Tryout* Skala *Body Image*
- Lampiran 7. Tabulasi Penelitian Skala Kepercayaan Diri
- Lampiran 8. Tabulasi Penelitian Skala *Body Image*
- Lampiran 9. Validitas SPSS Skala Kepercayaan Diri
- Lampiran 10. Validitas SPSS Skala *Body Image*
- Lampiran 11. Output Uji Normalitas
- Lampiran 12. Output Uji Linieritas
- Lampiran 13. Output Uji Korelasi dan Uji Regresi
- Lampiran 14. Output Kategorisasi Kepercayaan Diri
- Lampiran 15. Output Kategorisasi *Body Image*