

**HUBUNGAN ANTARA *BODY DISSATISFACTION*
DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA
PENGGUNA *INSTAGRAM* DI UNIVERSITAS
BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**

SKRIPSI

**Oleh:
Alvina Damayanti
201910515302**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Dissatisfaction*
Dengan Kepercayaan Diri Pada
Mahasiswa Pengguna *Instagram* Di
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Nama Mahasiswa : Alvina Damayanti

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515302

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 31 Januari 2023



Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Netty Merdiaty, MM, M.Si

NIDN 0321126303

Mic Finanto Ario Bangun, S.Psi, M.Si

NIDN 0308057406

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Dissatisfaction* Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Pengguna *Instagram* Di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Nama Mahasiswa : Alvina Damayanti
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515302
Program Studi/Fakultas : Psikologi / Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 31 Januari 2023

Jakarta, 07 Februari 2023


MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi, M.Si.
NIDN. 0324087902
Penguji I : Mic Finanto Ario Bangun, S.Psi, M.Si
NIDN. 0308057406
Penguji II : Dr. Netty Merdiaty, MM, M.Si
NIDN. 0321126303

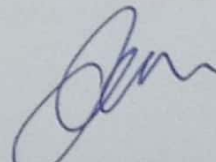
MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., MA
NIDN. 0314078503



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD
NIDN. 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa pengguna *instagram* di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

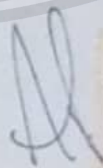
Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

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.

Jakarta, 07 Februari 2023

Yang membuat pernyataan,



Alvina Damayanti
201910515302

ABSTRAK

Alvina Damayanti. 201910515302. Hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa pengguna *instagram* di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Penelitian ini menjelaskan tentang hubungan antara *body dissatisfaction* dengan kepercayaan diri yang memusatkan pada mahasiswa psikologi di Universitas Bhayangkara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *body dissatisfaction* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa psikologi, dengan total 129 responden yang berasal dari Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara. Metode yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dengan tujuan untuk melihat hubungan dari dua variabel yang diteliti, menggunakan JASP versi 0.16.4. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* berhubungan secara negatif dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara. Saran bagi mahasiswa, agar mampu mengatur penggunaan *instagram* sebagai upaya mencegah *body dissatisfaction* yang membuat menurunnya kepercayaan diri mahasiswa, sehingga mahasiswa akan lebih mudah dalam berinteraksi dan menerima dirinya.

Kata Kunci: *Body Dissatisfaction*, Kepercayaan Diri

ABSTRACT

Alvina Damayanti. 201910515302. *The Relationship between Body Dissatisfaction with Self Confidence towards Psychology Students at Bhayangkara Jakarta Raya University.*

This study explains the relationship between Body Dissatisfaction with Self Confidence which focuses on psychology students at Bhayangkara University. This study aims to determine whether there is a relationship between Body Dissatisfaction with Self Confidence in psychology students. And Using a total of 129 respondents from the psychology faculty of Bhayangkara University. The method used in this study is correlational with the aim of seeing the relationship of the two variables studied, using JASP version 0.16.4. The results obtained show that Body Dissatisfaction is negatively related to Self Confidence in psychology students at Bhayangkara University. Suggestions for students, to be able to regulate the use of Instagram as an effort to prevent body dissatisfaction which reduces student self-confidence, so that students will more easily interact and accept themselves.

Sentence case : Body Dissatisfaction, Self Confidence

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kepada Allah SWT atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayangnya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsinya yang berjudul Hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa pengguna *instagram* di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Peneliti menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya peneliti dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara.
3. Ibu Dr. Netty Merdiaty, MM, M.Si selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk membantu dan membimbing saya dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini saya ucapkan banyak terima kasih.
4. Bapak Dr. Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi, M.Si dan Bapak Mic Finanto Ario Bangun, S.Psi, M.Si selaku Dosen Penguji Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
5. Ibu Budi Sarasati, S.KM., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Akademik ang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya, untuk mama dan papa serta keluarga besar saya ucapkan banyak terimakasih tak terhingga yang telah memberikan semangat, do'a dan dukungan finansial sehingga saya bisa ada pada titik ini dan mampu menyelesaikan pengerjaan skripsi tepat waktu.
7. Mahasiswa psikologi angkatan 2019-2022 sebagai responden yang telah membantu dalam memperoleh data dan pengisian kuesioner penelitian.

8. Seluruh teman teman yang berada dalam satu bimbingan skripsi maupun satu angkatan yang telah mendukung kelancaran skripsi ini dengan berdiskusi dan bertukar pikiran.
9. Eka Putri Christiani Hutagalung, Wisnu Wicaksono, Febiyani serta teman-teman seperjuangan skripsi yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu namun tidak mengurangi rasa terima kasih saya karena telah membantu, memberikan dukungan dan semangatnya selama proses penyelesaian skripsi ini.
10. *Last but not least, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for just being me at all times.*

Akhir kata peneliti menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, peneliti masih melakukan kesalahan dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu, peneliti meminta maaf atas kesalahan yang dilakukan peneliti. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik.

Jakarta, 07 Februari 2023

Alvina Damayanti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	13
1.4 Manfaat Penelitian.....	13
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	13
1.4.2 Manfaat Praktis	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1 Uraian Variabel	14
2.1.1 Kepercayaan Diri	14
2.1.1.1 Definisi Kepercayaan Diri.....	14
2.1.1.2 Aspek Kepercayaan Diri	16
2.1.1.3 Faktor Kepercayaan Diri	17
2.1.1.4 Alat Ukur Kepercayaan Diri	19
2.1.2 <i>Body Dissatisfaction</i>	20
2.1.2.1 Definisi <i>Body Dissatisfaction</i>	20
2.1.2.2 Aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	21
2.1.2.3 Alat Ukur <i>Body Dissatisfaction</i>	23

2.2 Hubungan <i>Body Dissatisfaction</i> dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya	24
2.3 Hipotesis Penelitian	26
2.4 Kerangka Berfikir Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Tipe Penelitian.....	28
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	28
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
3.3.1 Definisi Operasional <i>Body Dissatisfaction</i>	29
3.3.2 Definisi Operasional Kepercayaan Diri	29
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	30
3.4.1 Populasi.....	30
3.4.2 Sampel dan <i>Sampling</i>	31
3.4.2.1 Sampel.....	31
3.4.2.2 Teknik Pengambilan Sampel.....	31
3.5 Teknik Pengumpulan Data	32
3.5.1 Instrumen Penelitian	32
3.5.1.1 Skala Kepercayaan Diri.....	33
3.5.1.2 Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	35
3.5.2 Validitas dan Reabilitas	38
3.5.2.1 Validitas	38
3.5.2.2 Reliabilitas	40
3.6 Analisis Data	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	42
4.1 Profil Responden Penelitian	42
4.2 Pelaksanaan Penelitian	43
4.2.1 Persiapan Penelitian	43
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	44
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	45
4.2.3.1 Validitas	45
4.2.3.2 Reliabilitas	48
4.3 Hasil Penelitian.....	48

4.3.1 Profil Demografis.....	48
4.3.2 Uji Asumsi	50
4.3.3 Kategorisasi Penelitian.....	51
4.3.3.1 Kategorisasi Kepercayaan Diri	51
4.3.3.2 Kategorisasi <i>Body Dissatisfaction</i>	53
4.3.4 Uji Hipotesis	55
4.4 Diskusi dan Pembahasan	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	59
5.1 Kesimpulan.....	59
5.2 Saran	59
5.2.1 Saran Teoritis	59
5.2.2 Saran Praktis	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	69



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir27



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Kepercayaan Diri	34
Tabel 3. 2 Alternatif Jawaban Aitem	35
Tabel 3. 3 Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	37
Tabel 3. 4 Alternatif Jawaban Aitem	38
Tabel 3. 5 Nilai Indeks Diskriminasi Item	39
Tabel 3. 6 Klasifikasi Skor Reabilitas.....	41
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian.....	43
Tabel 4. 2 Hasil Validitas.....	45
Tabel 4. 3 Validitas Skala Kepercayaan Diri.....	46
Tabel 4. 4 Validitas Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	47
Tabel 4. 5 Reliabilitas Skala Penelitian.....	48
Tabel 4. 6 Skala Kepercayaan Diri dan skala <i>Body Dissatisfaction</i>	48
Tabel 4. 7 Skala demografis.....	49
Tabel 4. 8 Uji Asumsi	50
Tabel 4. 9 Deskripsi statistik Kepercayaan Diri.....	51
Tabel 4. 10 Kategorisasi Data Penelitian	52
Tabel 4. 11 Kategorisasi Statistik <i>Body Dissatisfaction</i>	53
Tabel 4. 12 Kategorisasi Data Penelitian	54
Tabel 4. 13 Uji Korelasi.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1- <i>Gpower</i>	69
Lampiran 2 Surat Izin ambil data	70
Lampiran 3 Butir Item Skala kepercayaan diri	71
Lampiran 4 Butir Item Skala <i>body dissatisfaction</i>	74
Lampiran 5 Data wawancara <i>survey</i> pendahuluan	77
Lampiran 6 <i>Screenshot Google Form TryOut</i>	80
Lampiran 7 <i>Screenshot</i> Kuisisioner Tugas Akhir	82
Lampiran 8 Tabel <i>Coding</i> Kepercayaan Diri	83
Lampiran 9 Tabel <i>Coding Body Dissatisfaction</i>	88
Lampiran 10 Bukti Penyebaran Kuisisioner	93
Lampiran 11 Validitas Kepercayaan diri	94
Lampiran 12 Validitas <i>Body dissatisfaction</i>	99
Lampiran 13 <i>Reliability</i> Kepercayaan Diri	103
Lampiran 14 <i>Reliability Body Dissatisfaction</i>	105
Lampiran 15 Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	107
Lampiran 16 Uji Beda <i>Independent Sample T-test</i>	108
Lampiran 17 <i>Linear regression</i>	109
Lampiran 18 Tabel Kategorisasi	110
Lampiran 19 <i>Binomial Test</i>	113
Lampiran 20 Turnitin Cek <i>Plagiarisme</i>	114
Lampiran 21 Kartu Bimbingan	115