

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN  
DIRI SISWA KELAS XII JURUSAN PARIWISADA  
SMK NEGERI 3 BEKASI**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**Naela Putri Nur Hafizah**

**202010515130**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh *Body Image* Terhadap  
Kepercayaan Diri Siswa Kelas XII Jurusan  
Pariwisata SMK Negeri 3 Bekasi

Nama Mahasiswa : Naela Putri Nur Hafizah

Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515130

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Januari 2024



Andreas Corsini Widya Nugraha, S.Fil. MA  
NIDN : 0316028901

Fathana Gina, M., Psi., Psikolog  
NIDN : 0315078603

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh *Body Image* Terhadap  
Kepercayaan Diri Siswa Kelas XII Jurusan  
Pariwisata SMK Negeri 3 Bekasi

Nama Mahasiswa : Naela Putri Nur Hafizah

Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515130

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Januari 2024

Jakarta, 2 Februari 2024

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0317018701

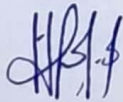
Penguji I : Fathana Gina, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0315078603

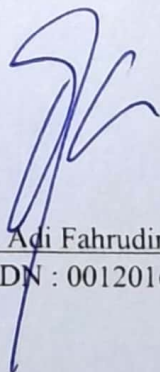
Penguji II : Andreas Corsini Widya, S.Fil., MA  
NIDN. 0316028901

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi

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

  
Prof. Adi Fahrudin, Ph.D.  
NIDN : 0012016608

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XII Jurusan Pariwisata SMK Negeri 3 Bekasi” 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, Januari 2024

Yang Membuat Pernyataan



Naela Putri Nur Hafizah

202010515130

iii

## ABSTRAK

Naela Putri Nur Hafizah. 202010515130. Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas 12 Jurusan Pariwisata SMK Negeri 3 Bekasi.

Terjadi peningkatan tekanan sosial dikalangan masyarakat, pergeseran prasangka, dan pergeseran standar masyarakat mengenai kecantikan dan kepuasan diri, permasalahan citra tubuh telah menjadi perhatian global. Dunia kerja merupakan tujuan utama bagi semua orang khususnya bagi seseorang yang telah menempuh jenjang pendidikan. Untuk dapat memasuki pekerjaan terdapat beberapa tahapan yang dilalui oleh pelamar kerja. Setiap perusahaan memiliki peraturan dan kriteria yang berbeda-beda tergantung dari kebutuhan perusahaan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri siswa kelas VII jurusan pariwisata yang nantinya akan melamar sebuah pekerjaan. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif. Pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner melalui google form dengan jumlah sampel sebanyak 143 partisipan, yang menggunakan teknik *probability sampling* dengan model *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu skala kepercayaan diri yang disusun berdasarkan aspek Lauser (2002), dan *body image* menurut Cash (2012). Teknik analisis data untuk menguji hipotesis menggunakan uji korelasi dan uji linier sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada siswa. Saran pada penelitian ini agar memperluas ruang lingkup penelitian untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik.

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

## **ABSTRACT**

*Naela Putri Nur Hafizah. 202010515130. The Influence of Body Image on the Self-Confidence of 12th Grade Students in the Tourism Department of SMK Negeri 3 Bekasi.*

*There is an increasing social pressure within society, a shift in prejudices, and a change in societal standards regarding beauty and self-satisfaction. Issues related to body image have become a global concern. The professional world is the primary goal for everyone, especially for those who have completed their education. To enter the workforce, job applicants go through several stages. Each company has different rules and criteria depending on its needs. This research aims to determine the influence of body image on the self-Confidence of 12th-grade students majoring in tourism who will later apply for a job. The research method used is quantitative. Data collection is done through a questionnaire via Google Form with a sample size of 143 participants, using probability sampling with a cluster random sampling model. The measuring instruments used are the self-esteem scale based on Lauser's aspects (2002) and body image according to Cash (2012). Data analysis techniques to test hypotheses involve correlation tests and simple linear tests. The results of this study indicate a positive influence between body image and self- Self-Confidence in students. Suggestions for future research include expanding the scope to obtain better research results.*

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

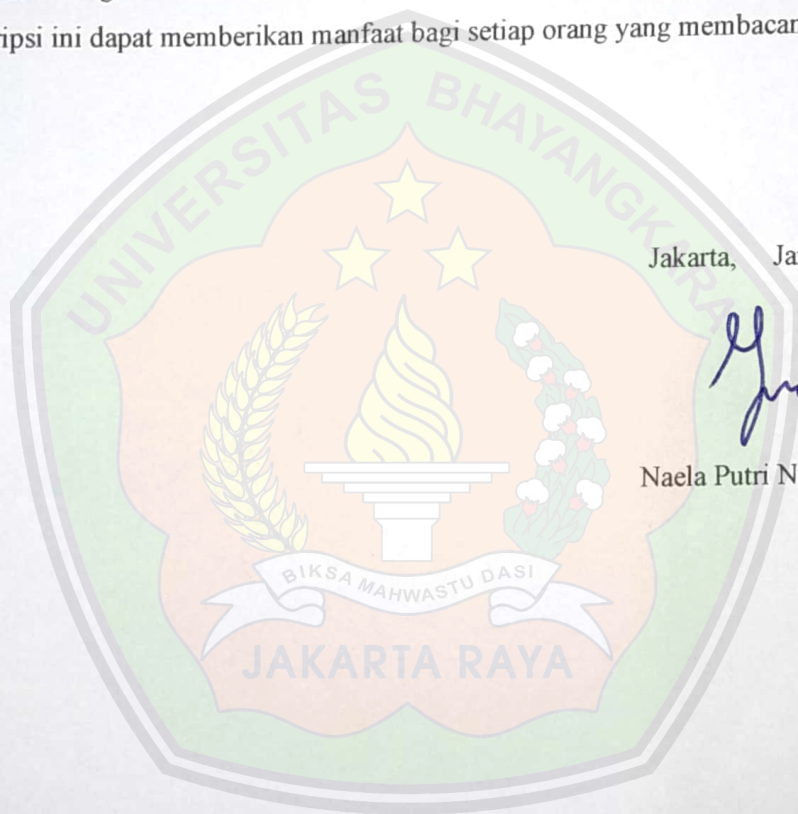
## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XII SMK Negeri 3 Bekasi”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Selama penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Adi Fahrudin, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Bapak Andreas Corsini Widya Nugraha, S. Fil, MA dan ibu Fathana Gina, M. Psi., Psikolog., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing, memberikan bantuan, dan ilmu yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Andreas Corsini Widya Nugraha, S. Fil, MA selaku Dosen Pembimbing Akademik, seluruh dosen, dan staff Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta ilmu yang bermanfaat.
4. Dua orang yang paling berjasa dalam hidup saya, Ibu Akhsinu Ismara Shakri dan Bapak Noly Ronald Rusdi yang selalu menjadi penyemangat penulis untuk menyelesaikan penelitian ini dan tiada hentinya selalu memberikan kasih sayang, doa dan motivasi dengan penuh keikhlasan yang tak terhingga kepada penulis.
5. Dzaki Rafi Fauzan yang selalu menemani, memberikan dukungan dan semangat dalam mengerjakan penelitian ini untuk terus maju tanpa kenal menyerah.
6. Sahabat saya Fridya, Sania, Sandya, Gabe, Sheilin, Abil, Zahra yang selalu memberikan bantuan dalam proses mengerjakan penelitian ini serta semangat kepada peneliti.

7. Selen selaku kucing saya yang selalu menemani saya ketika sedang mengerjakan skripsi ini dan membuat mood menjadi lebih baik.
8. Untuk diri saya sendiri Naela Putri Nur Hafizah, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai macam tekanan luar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti sangat menerima kritik dan saran yang membangun. Peneliti juga berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi setiap orang yang membacanya.



Jakarta, Januari 2024

Naela Putri Nur Hafizah

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian .....	11
1.3 Tujuan Penelitian.....	13
1.4 Manfaat Penelitian.....	13
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	13
1.4.2 Manfaat Praktis .....	13
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>14</b>
2.1 Kepercayaan diri .....	14
2.1.1 Definisi kepercayaan diri .....	14
2.1.2 Aspek kepercayaan diri .....	16
2.1.3 Faktor – faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri .....	17

2.1.4	Alat ukur yang digunakan .....	19
2.2	<i>Body image</i> .....	19
2.2.1	Definisi <i>body image</i> .....	19
2.2.2	Aspek <i>body image</i> .....	21
2.2.3	Faktor – faktor yang mempengaruhi <i>body image</i> .....	22
2.2.4	Alat ukur yang digunakan .....	23
2.3	Hubungan antar variabel .....	24
2.4	Hipotesis penelitian .....	25
2.5	Kerangka berfikir penelitian .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>27</b>
3.1	Tipe penelitian .....	27
3.2	Identifikasi variabel penelitian .....	26
3.3	Definisi operasional .....	28
1.3.1	Definisi operasional kepercayaan diri .....	28
1.3.2	Definisi operasional <i>body image</i> .....	28
3.4	Populasi dan sampel penelitian .....	29
3.4.1	Populasi .....	29
3.4.2	Sampel dan <i>sampling</i> .....	29
3.4.2.1	Sampel penelitian .....	29
3.4.2.2	Teknik pengambilan sampel .....	30
3.5	Teknik pengumpulan data .....	30
3.5.1	Instrumen penelitian .....	30
3.5.2	Validitas dan reliabilitas instrumen penelitian .....	34

3.6 Analisis data .....	36
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
4.1 Profil Responden Penelitian .....	37
4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	39
4.2.1 Persiapan Penelitian .....	39
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian .....	41
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian .....	41
4.2.3.1 Validitas Alat Ukur Penelitian .....	41
4.2.3.2 Reliabilitas Alat Ukur Penelitian .....	44
4.3 Hasil Penelitian .....	44
4.3.1 Profil Demografis .....	44
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian .....	45
4.3.3 Uji Hipotesis .....	46
4.3.3.1 Uji Korelasi .....	46
4.3.3.2 Uji Regresi Linear Sederhana .....	47
4.3.3.2.1 Hasil Analisis Hipotesis Regresi .....	47
4.3.3.2.2 Persamaan Regresi .....	48
4.3.4 Kategorisasi Penelitian .....	49
4.3.4.1 Kategorisasi Kepercayaan Diri .....	49
4.3.4.2 Kategorisasi Body Image .....	51
4.4 Diskusi dan Pembahasan .....	53
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>56</b>
5.1 Kesimpulan .....	56

5.2 Saran.....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>57</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>63</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Skor skala <i>likert</i> alternatif jawaban.....	31
Tabel 3. 2	<i>Blueprint</i> skala kepercayaan diri.....	32
Tabel 3. 3	<i>Blueprint</i> skala <i>body image</i> .....	33
Tabel 3. 4	Tingkat reliabilitas.....	35
Tabel 4. 1	Profil Responden Penelitian.....	38
Tabel 4. 2	Validitas Skala Kepercayaan Diri.....	41
Tabel 4. 3	Validitas <i>Skala Body Image</i> .....	43
Tabel 4. 4	Skor Reliabilitas Skala Penelitian.....	44
Tabel 4. 5	Profil Demografis.....	45
Tabel 4. 6	Hasil Uji Normalitas.....	45
Tabel 4. 7	Hasil Uji Linearitas.....	45
Tabel 4. 8	Klasifikasi Kekuatan Korelasi.....	46
Tabel 4. 9	Hasil Uji Korelasi ( <i>Product Moment Pearson</i> ).....	46
Tabel 4. 10	Hasil Analisis Hipotesis Regresi.....	47
Tabel 4. 11	Hasil Sumbangan Efektif ( <i>Model Summary</i> ).....	48
Tabel 4. 12	Hasil Persamaan Regresi ( <i>Coefficients</i> ).....	48
Tabel 4. 13	Kategorisasi Data Kepercayaan Diri.....	51
Tabel 4. 14	Kategorisasi Data <i>Body Image</i> .....	53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka berfikir penelitian.....	25
Gambar 4. 1 Jenis Kelamin .....	37
Gambar 4. 2 Usia.....	38



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Diagram Mini Survey Kepercayaan Diri.....	64
Lampiran 2 Diagram Mini Survey <i>Body Image</i> .....	64
Lampiran 3 Surat Izin Riset .....	65
Lampiran 4 Bukti Penyebaran Kuisisioner.....	66
Lampiran 5 Skala Aitem <i>Body Image</i> .....	67
Lampiran 6 Skala Aitem Kepercayaan Diri.....	68
Lampiran 7 Profil Responden Penelitian .....	69
Lampiran 8 Validitas dan Reliabilitas Kepercayaan Diri .....	70
Lampiran 9 Validitas dan Reliabilitas <i>Body Image</i> .....	71
Lampiran 10 Uji Normalitas .....	72
Lampiran 11 Uji Linearitas .....	72
Lampiran 12 Uji Korelasi .....	73
Lampiran 13 Kategorisasi Kepercayaan Diri.....	73
Lampiran 14 Kategorisasi <i>Body Image</i> .....	73
Lampiran 15 Uji Regresi.....	74
Lampiran 16 Tabel Coding Sebelum Uji Coba Skala Kepercayaan Diri .....	75
Lampiran 17 Tabel Coding Sebelum Uji Coba Skala <i>Body Image</i> .....	80
Lampiran 18 Tabel Coding Setelah Uji Coba Skala Kepercayaan Diri.....	84
Lampiran 19 Tabel Coding Setelah Uji Coba Skala <i>Body Image</i> .....	89
Lampiran 20 Hasil Cek Plagiarism .....	93
Lampiran 21 Kartu Bimbingan Skripsi.....	94
Lampiran 22 Surat Pernyataan Revisi Skripsi .....	96