

**PENGARUH ANTARA *BODY IMAGE* TERHADAP  
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA PEREMPUAN**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**Risa Syarifatul Aulia**

**201910515229**



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

## LEMBAR PERSETUJUAN

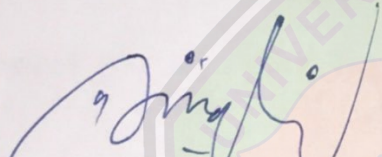
Judul Skripsi : Pengaruh Antara Body Image Terhadap  
Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan  
Nama Mahasiswa : Risa Syarifatul Aulia  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515229  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 20 Desember 2023

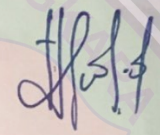
Jakarta, 29 Desember 2023

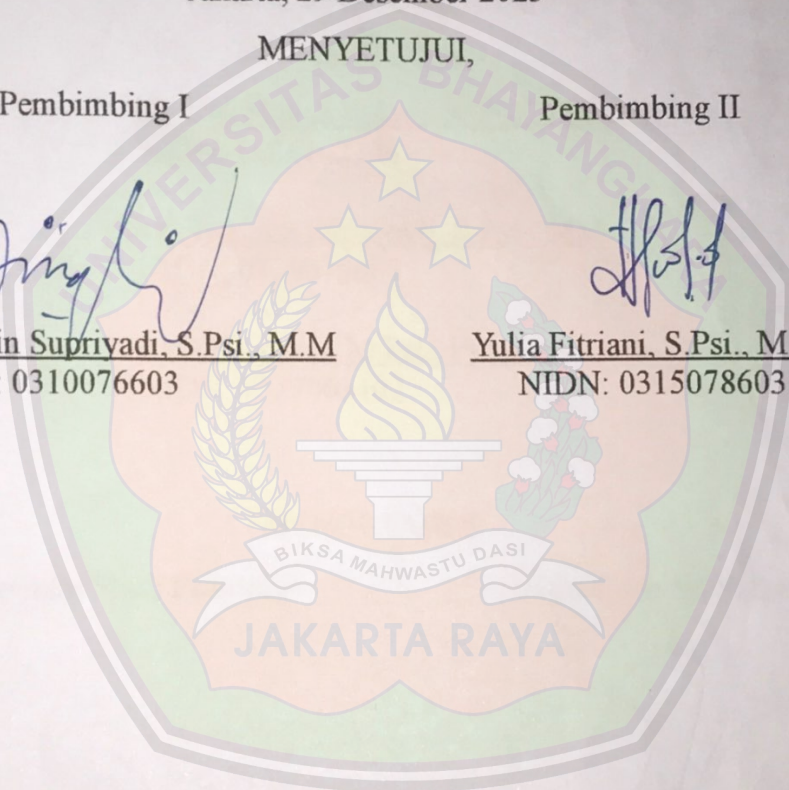
MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Dr. Tugimin Supriyadi, S.Psi., M.M  
NIDN: 0310076603

  
Yulia Fitriani, S.Psi., M.A  
NIDN: 0315078603



## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengaruh Antara Body Image Terhadap  
Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan  
Nama Mahasiswa : Risa Syarifatul Aulia  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515229  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 20 Desember 2023

Jakarta, 29 Desember 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0326107706

Penguji I : Dr. Tugimin Supriyadi, S.Psi., MM  
NIDN. 0310076603

Penguji II : Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0327068402

MENGETAHUI,  
Ketua Program Studi Psikologi Dekan Fakultas Psikologi

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A  
NIDN. 0315078603

Prof. Adi Fahrudin, Ph.D  
NIDN. 0012016608

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul Pengaruh Antara *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan, 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 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 di *fotocopy* 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, 29 Desember 2023

Yang membuat pernyataan,



Risa Syarifatul Aulia

201910515229

## ABSTRAK

**Risa Syarifatul Aulia, 201910515229.** Pengaruh Antara *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan. Penting bagi siswi untuk memiliki rasa percaya diri dalam mengambil peran sebagai penerus bangsa. Sementara itu, banyak remaja yang dinilai memiliki rasa percaya diri yang buruk. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang termasuk pola asuh, tingkat pendidikan, dan salah satu faktor tersebut adalah penampilan fisik yang erat kaitannya dengan *body image*. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan responden siswi Sekolah Menengah Atas X yang dijadikan subjek penelitian berjumlah 188 orang. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala *body image* dan skala kepercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja perempuan di Sekolah Menengah Atas X. Analisis data yang digunakan adalah regresi linear sederhana dan uji korelasi. Uji korelasi *body image* berhungan positif dan signifikan secara statistik terhadap kepercayaan diri pada taraf 0,000 ( $p < 0,01$ ). *Body image* berpengaruh terhadap kepercayaan diri. *Body image* memberikan kontribusi sebesar 14,8% terhadap kepercayaan diri. Dari hasil tersebut sebesar 85,2% kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata kunci :** Kepercayaan Diri, *Body Image*, Siswi



## ABSTRACT

**Risa Syarifatul Aulia, 201910515229.** The Influence of *Body Image* on Self-Confidence in Adolescent Girls. It is important for female students to have self-confidence in taking on the role of the nation's successors. Meanwhile, many teenagers are considered to have poor self-confidence. Many factors can influence a person's self-confidence including upbringing, level of education, and one of these factors is physical appearance which is closely related to *body image*. Researchers used quantitative research methods, with 188 female High School X students as research subjects. The measuring instrument in this research uses a scale *body image* and self-confidence scale. This research aims to find out whether there is an influence *body image* on the self-confidence of adolescent girls at Senior High School X. The data analysis used was simple linear regression and correlation tests. Correlation test *body image* has a positive and statistically significant relationship with self-confidence at the 0.000 level ( $p < 0,01$ ). *Body image* influence on self-confidence. *Body image* contributed 14.8% to self-confidence. From these results, 85.2% of self-confidence is influenced by other factors.

**Keywords :** self-confidence, *body image*, female students



## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang sudah memberikan ridho-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul "*Pengaruh Antara Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan*". Skripsi ini ditujukan sebagai salah satu syarat kelulusan program studi Psikologi jenjang Strata Satu di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Peneliti menyadari tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan doa yang diberikan oleh orang-orang terdekat peneliti dan menyayangi peneliti maka akan sulit untuk dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Maka dari itu pada kesempatan ini peneliti akan menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

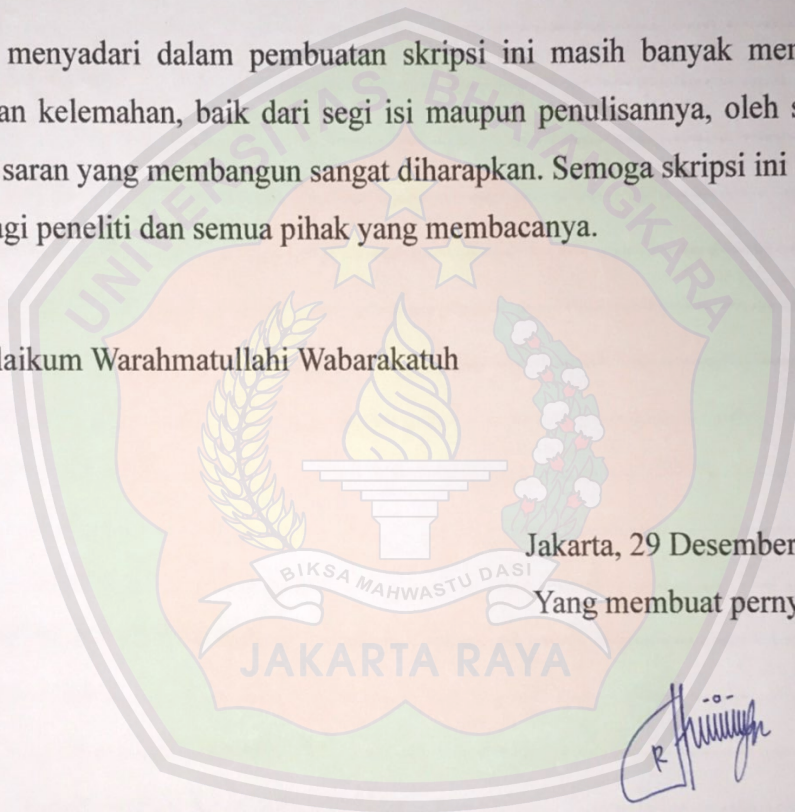
1. Allah SWT, yang telah memberikan ridho-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof, Drs., Adi Fahrudin, S.Psi., M.Soc., Sc., Ph.D. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Bapak Dr. Tugimin Supriyadi, S.Psi., MM. Selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan berbagai masukan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Ibu Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembahas yang telah memberikan masukan dan kritik terhadap peneliti, sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
5. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing akademik, yang telah memberikan bimbingan akademik sampai semester akhir dengan sangat baik, sehingga proses perkuliahan yang saya jalani berjalan dengan lancar.
6. Untuk kedua orang tua saya, yang selalu mendoakan saya di setiap sujudnya, yang selalu meridhoi dan mendukung langkah saya dalam menuntut ilmu, memberikan perhatian dan kasih sayangnya untuk saya yang

tak henti-hentinya, itu semua demi kemudahan dan kelancaran dalam penulisan skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

7. Untuk Cessna Nada Salsabila, S.Psi, yang sudah membantu saya dalam penyusunan skripsi ini, memberikan saya motivasi dan semangat. Sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Dan untuk semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini, yang tidak dapat saya sebutkan namanya satu persatu.

Peneliti menyadari dalam pembuatan skripsi ini masih banyak memiliki kekurangan dan kelemahan, baik dari segi isi maupun penulisannya, oleh sebab itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan semua pihak yang membacanya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh



Jakarta, 29 Desember 2023

Yang membuat pernyataan

Risa Syarifatul Aulia  
201910515229

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
2.1 Uraian Variabel.....	10
2.1.1 Definisi Kepercayaan Diri.....	10
2.1.2 Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	12
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	13
2.1.4 Ciri-Ciri Kepercayaan Diri.....	15
2.1.5 Alat Ukur yang Digunakan.....	16
2.2 <i>Body Image</i> .....	16
2.2.1 Definisi <i>Body Image</i> .....	16
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Body Image</i> .....	18
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i> .....	18
2.2.4 Komponen <i>Body Image</i> .....	19
2.2.5 Alat Ukur yang Digunakan.....	21

2.3	Pengaruh <i>Body Image</i> Terhadap Kepercayaan Diri .....	21
2.4	Hipotesis Penelitian .....	22
2.5	Kerangka Berpikir.....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>23</b>
3.1	Tipe Penelitian .....	23
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	23
3.2.1	Variabel Bebas .....	23
3.2.2	Variabel Terikat .....	24
3.3	Definisi Operasional Variabel .....	24
3.3.1	Kepercayaan Diri .....	24
3.3.2	Body Image .....	24
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian .....	24
3.4.1	Populasi Penelitian.....	24
3.4.2	Sampel dan Sampling .....	25
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.5.1	Instrumen Penelitian .....	26
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	31
3.6	Analisis Data.....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>33</b>
4.1	Profil Responden Penelitian.....	33
4.2	Pelaksanaan Penelitian.....	33
4.2.1	Persiapan Penelitian .....	33
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian .....	34
4.2.3	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian .....	34
4.3	Hasil Penelitian .....	38
4.3.1	Deskripsi Variabel .....	38
4.3.2	Uji Asumsi Penelitian .....	38
4.3.3	Uji Kategorisasi Penelitian .....	41
4.3.4	Uji Hipotesis .....	42
4.4	Diskusi dan Pembahasan .....	44
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>47</b>
5.1	Kesimpulan .....	47

5.2	Saran.....	47
5.2.1	Saran Teoritis.....	47
5.2.2	Saran Praktis.....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>49</b>
<b>LAMPIRAN</b>		



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penilaian Pernyataan <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> .....	27
Tabel 3.2 Skala <i>Blue Print</i> Kepercayaan Diri.....	28
Tabel 3.3 Skala <i>Blue Print Body Image</i> .....	30
Tabel 3.4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem.....	31
Tabel 3.5 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	32
Tabel 4.1 Deskripsi Responden.....	33
Tabel 4.2 Validitas Skala Kepercayaan Diri.....	35
Tabel 4.3 Validitas Skala <i>Body Image</i> .....	36
Tabel 4.4 Klasifikasi Skor Reliabilitas.....	37
Tabel 4.5 Reliabilitas Skala Penelitian.....	37
Tabel 4.6 Deskripsi Variabel.....	38
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas.....	39
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas.....	40
Tabel 4.9 Hasil Uji Homogenitas.....	40
Tabel 4.10 Hasil Uji Kepercayaan Diri.....	41
Tabel 4.11 Hasil Uji <i>Body Image</i> .....	41
Tabel 4.12 Uji Korelasi <i>Product Moment Pearson</i> .....	42
Tabel 4.13 Klasifikasi Kekuatan Korelasi.....	42
Tabel 4.14 Hasil Uji F.....	43
Tabel 4.15 Model Summary.....	43
Tabel 4.16 Hasil Analisis Regresi Sederhana.....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian ..... 22



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Riset Mahasiswa .....	53
Lampiran 2. Surat Balasan Sekolah .....	54
Lampiran 3. Surat Bimbingan Skripsi .....	55
Lampiran 4. Butir Aitem Skala <i>Body Image</i> .....	56
Lampiran 5. Butir Aitem Skala Kepercayaan Diri .....	57
Lampiran 6. Tabulasi Data Kepercayaan Diri .....	59
Lampiran 7. Bukti Skala Penelitian .....	62
Lampiran 8. Bukti Penyebaran Data Penelitian .....	63
Lampiran 9. Tabulasi Data Skala <i>Body Image</i> .....	64
Lampiran 10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	65
Lampiran 11. Hasil Deskripsi Variabel .....	68
Lampiran 12. Hasil Uji Asumsi .....	69
Lampiran 13. Hasil Uji Hipotesis .....	70
Lampiran 14. Hasil Uji F .....	71
Lampiran 15. Hasil Uji Kategorisasi .....	72

