



HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN *BODY IMAGE*

PADA DEWASA AWAL DI DEPOK

TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program

Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

Disusun Oleh :

Pricilla Anggianingrum

46117210054

UNIVERSITAS MERCU BUANA

FAKULTAS PSIKOLOGI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

2021

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN *BODY IMAGE*
PADA MASA DEWASA AWAL DI DEPOK**

Pricilla Anggianingrum

Susah Slamet Sulistiyono, Drs, M.Si.

Mercu Buana University

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between self-confidence and body image in early adult in Depok. This research is a quantitative study with a correlational method. Subjects in this study were 195 early adults aged 20-35 years in Depok with data collection using an accidental sampling technique. The results showed that there was a relationship between self-confidence and body image in early adulthood in Depok ($r = 530^{**}$; $p = 0.000$; $p < 0.05$). This shows that there is a relationship between the self confidence variable and body image variable.

Keywords: *Self Confidence, Body Image, Early Adult*



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN *BODY IMAGE*
PADA MASA DEWASA AWAL DI DEPOK**

Pricilla Anggianingrum

Susah Slamet Sulistiyono, Drs. M.Si.

Universitas Mercu Buana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan *body image* pada dewasa awal di Depok. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek pada penelitian ini sebanyak 195 dewasa awal yang berusia 20 – 35 tahun di Depok dengan pengambilan data menggunakan teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kepercayaan diri dengan *body image* pada dewasa awal di Depok ($r=530^{**}$; $p= 0,000$; $p<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel kepercayaan diri dengan variabel *body image*.

Kata kunci : Kepercayaan Diri, *Body Image*, Dewasa Awal



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : **Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan *Body Image* Pada Dewasa Awal di Depok**

Nama : Pricilla Anggianingrum

NIM : 46117210054

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 18 Februari 2021

Pembimbing



Susah Slamet Sulistiyono, Drs. M.Si.

UNIVERSITAS

MERCU BUANA

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Muhammad Iqbal, Ph.D

Ketua Program Studi



Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si

LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan *Body Image* Pada Dewasa Awal di Depok” telah diajukan sidang skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Pada 18 Februari 2021. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi.

Jakarta, 18 Februari 2021

Sidang Skripsi

Ketua Sidang



Fatma Nuraqmarina, M.Psi., Psikolog

Penguji



Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog

Pembimbing



Susah Slamet Sulistiyono, Drs. M.Si.

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa semua pernyataan dalam Karya Akhir ini:

Judul : **Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan *Body Image***

Pada Dewasa Awal di Depok

Nama : Pricilla Anggianoingrum

NIM : 46117210054

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 18 Februari 2021

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengelolaannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 18 Februari 2021



Pricilla Anggianoingrum
46117210054

KATA PENGANTAR

Segala puji Kepada Tuhan YME yang senantiasa telah memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya tugas akhir dengan judul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan *Body Image* Pada Dewasa Awal Di Depok”. Karya tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana.

Dalam menyusun tugas akhir ini penulis merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya tugas akhir penulis dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Tuhan YME, berkat rahmat, nikmat iman dan nikmat sehat saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan baik.
2. Kepada Kedua Orang Tua saya, Papa dan Mama yang senantiasa memberikan dukungan dalam bentuk moral, doa maupun materil.
3. Kepada Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psi. selaku Sekertaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Bekasi.
4. Kepada Bapak Susah Slamet Sulistiyono, Drs, M.Si. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir saya, yang telah membimbing Tugas Akhir saya dari awal sampai akhir sehingga saya dapat menyelesaikannya.
5. Kepada Ibu Mistety yang telah memberikan arahan selama proses review berlangsung.

6. Kepada Bude dan Pakde saya yang telah mendukung penuh mulai dari pendaftaran kuliah sampai terselesaikannya Tugas Akhir saya.
7. Kepada Kakak dan Adik saya yang selalu memberikan motivasi dan dukungan serta doa yang diberikan selama proses pengerjaan Tugas Akhir berlangsung.
8. Seluruh teman-teman Psikologi 2017 yang telah membantu dan belajar bersama selama perkuliahan berlangsung dan mendukung saya dalam mengerjakan Tugas Akhir ini, khususnya : Ovin Rizka Aulia, Kak Anna, Kak Fitri, Nino, Robby, Valen, Sita dan sahabat saya Vellensya.
9. Teman Baik saya, Alfin, yang telah mendukung penuh dan memberikan semangat saat proses pengerjaan Tugas Akhir berlangsung.
10. Kepada Ci Venny yang telah mendukung saya dari awal penyusunan tugas akhir sampai selesai, dengan dukungan doa maupun semangat yang diberikan

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Bekasi, 10 Febuari 2021



Pricilla Anggianingrum

DAFTAR ISI

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	iv
PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
BAB 2	11
KAJIAN PUSTAKA	11
2.1 <i>Body Image</i>	11
2.1.1 Pengertian <i>Body Image</i>	11

2.1.2	Aspek-aspek <i>Body Image</i>	11
2.1.3	Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	13
2.2	Kepercayaan Diri	14
2.2.1	Kepercayaan Diri.....	14
2.2.2	Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	15
2.2.3	Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	19
2.3	Kaitan Dewasa Awal dengan <i>Body Image</i> dan Kepercayaan Diri.....	22
2.4	Dinamika Hubungan Kepercayaan Diri dengan <i>Body Image</i>	22
2.5	Penelitian Terdahulu	23
2.6	Kerangka Pemikiran.....	26
2.7	Hipotesis Penelitian.....	27
BAB 3	28
METODE PENELITIAN	28
3.1	Desain Penelitian.....	28
3.2	Variabel Penelitian.....	28
3.3	Populasi dan Sampel	28
3.3.1	Populasi.....	28
3.3.2	Sampel.....	29
3.4	Definisi Operasional.....	29
3.4.1	<i>Body Image</i>	29

3.4.2	Kepercayaan Diri.....	30
3.5	Pengumpulan Data	30
3.5.1	Skala Kepercayaan Diri	31
3.5.2	Skala <i>Body Image</i>	33
3.6	Validitas dan Reliabilitas.....	35
3.6.1	Uji Validitas	35
3.6.2	Uji Reliabilitas.....	36
3.7	Analisis Data.....	37
3.7.1	Uji Normalitas	37
3.7.2	Uji Hipotesis.....	38
BAB 4	39
HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1	Gambaran Responden.....	39
4.1.1	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	39
4.1.2	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia	40
4.1.3	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Status Pekerjaan.....	41
4.1.4	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Status Pernikahan.....	42
4.2	Hasil Uji Normalitas.....	42
4.3	Hasil Uji Hipotesa	43
4.4	Uji Korelasi Dimensi.....	44

4.4.1	Korelasi Dimensi <i>Appearance Evaluation</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	44
4.4.2	Korelasi Dimensi <i>Appearance Orientation</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	46
4.4.3	Korelasi Dimensi <i>Body area satisfaction</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	47
4.4.4	Korelasi Dimensi <i>Overweight preoccupation</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	49
4.4.5	Korelasi Dimensi <i>Self Classified Weight</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	51
4.5	Uji T-Test Berdasarkan Demografi.....	52
4.6	Uji Anova Berdasarkan Demografi.....	54
4.7	Pembahasan	56
BAB 5	61
KESIMPULAN DAN SARAN	61
5.1	Kesimpulan.....	61
5.2	Keterbatasan Penelitian	61
5.3	Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skoring Alat Ukur Kepercayaan Diri.....	31
Tabel 3. 2 <i>Blue Print</i> Kepercayaan Diri.....	32
Tabel 3. 3 Skoring Alat Ukur <i>Body Image</i>	33
Tabel 3. 4 <i>Blue Print Body Image</i>	34
Tabel 4. 1 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
Tabel 4. 2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia	40
Tabel 4. 3 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Status Pekerjaan	41
Tabel 4. 4 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Status Pernikahan	42
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas.....	43
Tabel 4. 6 Uji Korelasi Antar Variabel.....	43
Tabel 4. 7 Korelasi Dimensi <i>Appearance Evaluation</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	44
Tabel 4. 8 Korelasi Dimensi <i>Appearance Orientation</i> dengan dimensi Kepercayaan Diri.....	46
Tabel 4. 9 Korelasi Dimensi <i>Body area satisfaction</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	47
Tabel 4. 10 Korelasi Dimensi <i>Overweight preoccupation</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	49
Tabel 4. 11 Korelasi Dimensi <i>Self Classified Weight</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	51
Tabel 4. 12 Hasil Uji T-test Berdasarkan Jenis Kelamin	52
Tabel 4. 13 Hasil Uji T-test Berdasarkan Status Pernikahan	53

Tabel 4. 14 Hasil Uji Anova Berdasarkan Pekerjaan	54
Tabel 4. 15 Tabel Post Hoc Test.....	54
Tabel 4. 16 Hasil Uji Anova Berdasarkan Usia	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur	69
Lampiran 2 Expert Judgment	78
Lampiran 3 Kuesioner Google Form	144
Lampiran 4 Uji Validitas <i>Try Out</i>	158
Lampiran 5 Reliabilitas <i>Try Out</i>	178
Lampiran 6 Validitas Uji Lapangan.....	182
Lampiran 7 Reliabilitas Turun Lapang	198
Lampiran 8 Gambaran Umum Partisipan	202
Lampiran 9 Uji Normalitas	204
Lampiran 10 Uji Korelasi.....	207
Lampiran 11 Uji Korelasi Dimensi.....	208
Lampiran 12 Uji Beda Independent Sample T-test	218
Lampiran 13 Uji Anova	220

UNIVERSITAS
MERCU BUANA