



**HUBUNGAN ANTARA *BODY SHAME* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana

(S1) pada Program Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Oleh:

Putri Amelia

46116010106

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2021**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY SHAME AND
SELF-CONFIDENCE FOR STUDENTS AT
MERCU BUANA UNIVERSITY**

Putri Amelia

Faculty of Psychology, Mercu Buana University

ABSTRACT

Every individual will be confident for himself and for the people around him, every individual needs someone who is able to keep him feeling safe and for support. This study aims to determine and provide an analysis of the relationship between body shame and self-confidence in Mercu Buana University students. The sample used in this study were 203 male and female respondents with criteria owned by Mercu Buana University students with an age range of 18-35 years. Sampling using accidental sampling technique. In collecting the data, the researcher used two measurement tools, namely the internalized shame scale (58 items) and the self-confidence scale (49 items). The analysis technique to test the hypothesis uses the Pearson Correlation technique. The results showed that there is a significant relationship between body shame and self-confidence with a value of $r = -0.641$; $p = 0.000$.

Keywords : *Body Shame, Self Confidence, Mercu Buana University Student*

**HUBUNGAN ANTARA *BODY SHAME* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MERCU BUANA**

Putri Amelia

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana

ABSTRAK

Setiap individu pasti menginginkan keberhasilan untuk dirinya dan untuk orang-orang disekitarnya, setiap individu membutuhkan seseorang yang mampu menjaganya untuk tetap merasa aman dan untuk mendapat *support*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui serta memberikan analisis terkait hubungan *body shame* dengan *kepercayaan diri* pada mahasiswa universitas mercu buana yang menjadi subjek penelitian ini. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 203 responden baik laki-laki maupun perempuan dengan kriteria yang dimiliki ialah mahasiswa universitas mercu buana dan yang berusia 18-35 tahun. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Dalam pengambilan data, peneliti menggunakan dua alat ukur, yaitu skala *internalized shame scale* (58 item) dan skala *kepercayaan diri* (49 item). Teknik analisa untuk menguji hipotesa menggunakan teknik Korelasi Pearson. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body shame* dengan *kepercayaan diri* dengan nilai $r = -0,641$; $p = 0,000$.

Kata Kunci : *Body Shame, Kepercayaan Diri, Mahasiswa Universitas Mercu Buana*

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Hubungan Antara Body Shame Dengan Kepercayaan Diri
Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana

Nama : Putri Amelia

NIM : 46116010106

Program Studi : S1 Psikologi

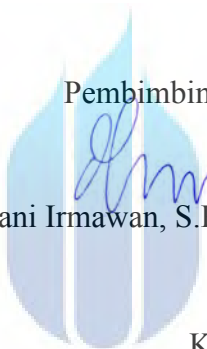


Tanggal Sidang : 25 Juni 2021

Pembimbing


Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi


UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Irma Himmatul Aliyyah, M.Psi., Psikolog

PSI 07210077



Please Scan QR Code Verify

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara Body Shame Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana**” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 25 Juni 2021. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 25 Juni 2021

Sidang Skripsi

Penguji 1



Irma Himmatul Aliyyah, M.Psi., Psikolog

Penguji 2



Dr. Indra Kusumah, M.Si

Pembimbing



Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc

PSI 07210077



Please Scan QR Code Verify

PERNYATAAN

Penulis yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sebenar -
benarnya bahwa semua pernyataan dalam tugas akhir ini :

Judul : **Hubungan Antara Body Shame dengan Kepercayaan Diri
pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana**

Nama : Putri Amelia

NIM : 46116010106

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 25 Juni 2021

Merupakan hasil studi pustaka penelitian lapangan dan karya penulis sendiri dengan bimbingan dosen pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah disajikan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis diperguruan tinggi lain. Semua informasi, data dan hasil pengolahan yang digunakan dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 25 Juni 2021



Putri Amelia

KATA PENGANTAR

Segala Puji bagi Allah SWT, atas berkat, karunia dan rahmatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir (Skripsi) ini yang berjudul **“Hubungan Antara Body Shame dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana”**. Tugas akhir ini adalah sebagai salah satu syarat kelulusan dalam menyelesaikan program studi strata satu (S1) pada Fakultas Psikologi di Universitas Mercu Buana.

Pada saat penulisan skripsi ini penulis tidak dapat melakukannya tanpa kerjasama dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang sebanyak banyaknya kepada :

1. Kepada Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc selaku dosen pembimbing tugas akhir ini yang telah membimbing, meluangkan waktunya dan mendukung penulis selama pembuatan tugas akhir ini.
2. Kepada Ibu Prahastia Kurnia Putri, S.Psi., M.Psi selaku Reviewer yang telah memberikan Arahan dan Saran pada penulis sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
3. Kepada Orang Tua, Kakak-Abang, Adik serta keluarga besar saya yang selalu memberikan semangat dan doa hingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.
4. Kepada Fardilla, Fitria, Bitu, Tia, yang telah memberikan semangat dan telah meluangkan waktunya untuk memberi saran kepada penulis.
5. Kepada Rahmat Rizky R (ikiw) yang selalu memberikan semangat dan memotivasi penulis hingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Kepada Tata, Piqoh, Karen, Imanita, Alwya, Citra, yang telah memberikan semangat dan dukungan hingga skripsi ini selesai.
7. Kepada diri sendiri yang sudah berjuang dan tidak menyerah.
8. Serta semua pihak yang sudah memberikan semangat dan doanya yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan baru bagi penulis maupun pembaca.

DAFTAR ISI

<i>ABSTRACT</i>	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR.....	iv
PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	7
2.1 Kepercayaan Diri	7
2.2 <i>Body Shame</i>	11
2.3 Penelitian Terdahulu.....	13
2.4 Kerangka Berpikir	17
2.5 Hipotesis Penelitian.....	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
3.1 Desain Penelitian.....	19
3.2 Definisi Operasional Variabel.....	19
3.3 Populasi dan Sampel.....	21
3.4 Teknik Pengumpulan Data	22
3.5 Skala Pengukuran Variabel	23
3.6 Uji Instrumen Penelitian	25
3.7 Metode Analisa Data	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
4.1 Karakteristik Responden.....	31
4.2 Analisa Data.....	32
4.3 Uji Hipotesis	36

4.4 Uji Beda	41
4.5 Pembahasan.....	43
BAB V_PENUTUP	51
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	51
5.3 Saran Penelitian	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	57



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Penelitian Terdahulu	16
Tabel 3.2 Tabel Skala Penelitian	23
Tabel 3.3 Tabel Blueprint <i>Body Shame</i>	24
Tabel 3.4 Tabel Blueprint Kepercayaan Diri	25
Tabel 3.5 Tabel Uji Normalitas	28
Tabel 3.6 Tabel Uji Hipotesis <i>Body Shame</i>	29
Tabel 3.7 Tabel Interval Koefisien dan Tingkat Hubungan.....	30
Tabel 4.8 Tabel Frekuensi Jenis Kelamin Responden	31
Tabel 4.9 Tabel Frekuensi Usia Responden.....	31
Tabel 4.10 Tabel Frekuensi Fakultas Responden	32
Tabel 4.11 Tabel Analisa Deskriptif Variabel <i>Body Shame</i> dan Kepercayaan Diri	33
Tabel 4.12 Tabel Analisa Deskriptif Dimensi Variabel <i>Body Shame</i>	33
Tabel 4.13 Tabel Analisa Deskriptif Dimensi Variabel Kepercayaan Diri	34
Tabel 4.14 Tabel Kategorisasi <i>Body Shame</i>	35
Tabel 4.15 Tabel Kategorisasi Kepercayaan Diri.....	35
Tabel 4.16 Tabel Korelasi Variabel <i>Body Shame</i>	36
Tabel 4.17 Tabel Korelasi Variabel Kepercayaan Diri.....	37
Tabel 4.18 Tabel Korelasi Dimensi Kognitif Sosial atau Eksternal dari Variabel <i>Body Shame</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	38
Tabel 4.19 Tabel Korelasi Dimensi Evaluasi Yang Berasal dari dalam Variabel <i>Body Shame</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	39
Tabel 4.20 Tabel Korelasi Dimensi Emosi Negatif dari Variabel <i>Body Shame</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	40
Tabel 4.21 Tabel Korelasi Dimensi Perilaku Menghindar Dari Variabel <i>Body</i> <i>Shame</i> dengan Dimensi Kepercayaan Diri.....	40