



**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DAN *SELF-ESTEEM* DENGAN
SOCIAL APPEARANCE ANXIETY PADA WANITA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana
(S1) Pada Program Studi Psikologi**

Oleh:

ARSY SAFITRI

46118010177

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA**

2022

LEMBAR PERNYATAAN

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

Judul : Hubungan antara *Body Image* dan *Self-esteem* dengan *Social Appearance Anxiety* pada Wanita Dewasa Awal.

Nama : Arsy Safitri

NIM : 46118010177

Program Studi : Psikologi

Tanggal : 9 September 2022

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 pengolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 9 September 2022



Arsy Safitri

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Hubungan antara *Body Image* dan *Self-esteem* dengan *Social Appearance Anxiety* pada Wanita Dewasa Awal

Nama : Arsy Safitri

NIM : 46118010177

Program Studi : S1 Psikologi

Tanggal Sidang : 9 September 2022

Pembimbing



Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

PSI 07210344



Please Scan QR Code Verify

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Hubungan antara *Body Image* dan *Self-esteem* dengan *Social Appearance Anxiety* pada Wanita Dewasa Awal**” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 9 September 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 9 September 2022

Sidang Skripsi

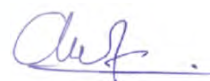
Penguji 1



Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog



Penguji 2



Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Pembimbing



Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

PSI 07210344



Please Scan QR Code Verify

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Arsy Safitri
NIM : 46118010177
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan antara *Body Image* dan *Self-esteem* dengan *Social Appearance Anxiety* pada Wanita Dewasa Awal.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberi izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan laporan magang/skripsi/tesis/disertasi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 9 September 2022

Yang menyatakan,



Arsy Safitri

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena dengan rahmat serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan antara *Body Image* dan *Self-esteem* dengan *Social Appearance Anxiety* pada Wanita Dewasa Awal”. Tugas Akhir ini disusun dan diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan dalam memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) Psikologi di Universitas Mercu Buana.

Dalam penulisan Tugas Akhir ini, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membimbing dan membantu penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Dengan demikian pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi. Psikolog, selaku Kepala Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi, M.Sc. selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, *support* serta memberikan banyak ilmu baru dalam penulisan Tugas Akhir ini sehingga dapat selesai dengan baik dan tepat pada waktunya.

6. Bapak Suparman dan Ibu Siti Subekti selaku kedua orang tua penulis yang selalu memberikan *support*, semangat serta tiada henti mendoakan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik dan tepat waktu. Serta untuk Salamun, Kariimun Asyirin, dan Minati Zahra Luthfiyyah selaku kakak dan adik penulis yang selalu memberikan *support* dan hiburan.
7. Rossi dan Kenya selaku teman seperbimbingan yang selalu memberikan *support* dan membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
8. Rossi Ramadhani Putri Syahrofi, Safira Khairunnisa, dan Mussyarofa selaku teman seperjuangan dari awal perkuliahan hingga saat ini yang selalu memberikan *support*, hiburan, dan cerita selama perkuliahan.
9. Cindy Syakilla selaku kakak tingkat yang selalu memberikan *support* dan membantu penulis dalam penyusunan Tugas Akhir.
10. Muhammad Daffa, Enrico Arief Pratama, Aizza Ibna, Kirana Putri dan Kayla Amanda selaku teman seperjuangan selama penyusunan Tugas Akhir yang selalu memberikan *support* dan membantu penulis dalam mengolah data.
11. Khairunnisa Agustin, Agnesti Maulani, dan Michelle Chris Sheren Izzul Islam selaku teman dekat penulis yang selalu memberikan *support*, hiburan dan selalu menampung keluh kesah penulis selama 8 tahun.
12. Arofa Kamila, Nadya Rahmia, Difa Faradilah, dan Septia Putri selaku teman sejak masa kecil penulis yang selalu memberikan hiburan dan cerita sejak 21 tahun yang lalu hingga saat ini.

13. Ghozy Ammar Al Faruq selaku teman terdekat penulis yang selalu memberikan *support*, hiburan, cerita, dan selalu mendengarkan keluh kesah penulis selama bersama.
14. Seluruh pihak yang terlibat untuk membantu penulis dalam penyebaran dan pengisian *google form* kuesioner penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu.
15. *Last but not least, I wanna thank me, for fighting, for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting.*

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat untuk kita semua. Aamiin allahumma aamiin.



Jakarta, 9 September 2022

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Arsy Safitri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN LEMBAR PERNYATAAN	ii
HALAMAN LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB II	9
KAJIAN TEORITIS	9
2.1 <i>Social Appearance Anxiety</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Social Appearance Anxiety</i>	9
2.2 <i>Body Image</i>	10
2.2.1 Definisi <i>Body Image</i>	10
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	11
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	12
2.3 <i>Self-esteem</i>	13
2.3.1 Definisi <i>Self-esteem</i>	13
2.3.2 Aspek-Aspek <i>Self-esteem</i>	15

2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self-esteem</i>	16
2.4 Wanita Dewasa Awal	18
2.5 Penelitian Terdahulu	19
2.6 Kerangka Penelitian	27
2.7 Hipotesis Penelitian	29
BAB III	31
METODE PENELITIAN	31
3.1 Desain Penelitian	31
3.2 Variabel Penelitian	31
3.3 Definisi Operasional	31
3.3.1 <i>Social Appearance Anxiety</i>	31
3.3.2 <i>Body Image</i>	32
3.3.3 <i>Self-esteem</i>	32
3.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	33
3.4.1 Populasi Penelitian	33
3.4.2 Sampel Penelitian	33
3.4.3 Teknik Sampling	33
3.5 Teknik Pengumpulan Data	34
3.6 Instrumen Penelitian	34
3.6.1 Alat Ukur <i>Social Appearance Anxiety</i>	34
3.6.2 Alat Ukur <i>Body Image</i>	35
3.6.3 Alat Ukur <i>Self-esteem</i>	36
3.7 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	37
3.7.1 Uji Validitas	37
3.7.2 Uji Reliabilitas	38
3.8 Uji Analisa Item	39
3.9 Teknik Analisis Data	39
3.9.1 Analisis Data Deskriptif	39
3.9.2 Uji Asumsi Klasik	40
3.9.3 Uji Hipotesis	40
BAB IV	41
HASIL DAN PEMBAHASAN	41
4.1 Gambaran Data Penelitian	41
4.1.1 Data Usia	41

4.2 Hasil Analisis Data Deskriptif	42
4.2.1 <i>Social Appearance Anxiety</i>	42
4.2.2 <i>Body Image</i>	43
4.2.3 <i>Self-esteem</i>	43
4.3 Uji Asumsi Klasik	44
4.3.1 Uji Normalitas	44
4.4 Uji Hipotesis	45
4.4.1 Uji Korelasi <i>Spearman's Rank Order Correlation</i>	45
4.4.1.1 <i>Body Image</i> dengan <i>Social Appearance Anxiety</i>	45
4.4.1.2 <i>Self-esteem</i> dengan <i>Social Appearance Anxiety</i>	45
4.5 Uji Tambahan	46
4.5.1 Uji Korelasi Antar Dimensi	46
4.5.1.1 Dimensi <i>Body Image</i> dengan <i>Social Appearance Anxiety</i>	46
4.5.1.2 Dimensi <i>Self-esteem</i> dengan <i>Social Appearance Anxiety</i>	48
4.6 Pembahasan Penelitian	49
BAB V	54
KESIMPULAN DAN SARAN	54
5.1 Kesimpulan	54
5.2 Limitasi.....	54
5.3 Saran.....	55
5.3.1 Saran Metodologi.....	55
5.3.2 Saran Praktis.....	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	27
Tabel 3.1 Blue Print skala <i>Social Appearance Anxiety</i>	34
Tabel 3.2 Blue Print skala <i>Body Image</i>	36
Tabel 3.3 Blue Print skala <i>Self-esteem</i>	37
Tabel 4.1 Usia	41
Tabel 4.2 Deskriptif Hipotetik Tiga Alat Ukur	42
Tabel 4.3 Kategori <i>Social Appearance Anxiety</i>	42
Tabel 4.4 Kategori <i>Body Image</i>	43
Tabel 4.5 Kategori <i>Self-esteem</i>	43
Tabel 4.6 Uji Normalitas	44
Tabel 4.7 Uji Korelasi <i>Body Image</i> dan <i>Social Appearance Anxiety</i>	45
Tabel 4.8 Uji Korelasi <i>Self-esteem</i> dan <i>Social Appearance Anxiety</i>	45
Tabel 4.9 Dimensi <i>Body Image</i> dengan <i>Social Appearance Anxiety</i>	46
Tabel 4.10 Dimensi <i>Self-esteem</i> dengan <i>Social Appearance Anxiety</i>	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	29
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 <i>EXPERT JUDGEMENT</i>	61
LAMPIRAN 2 KUESIONER PENELITIAN	83
LAMPIRAN 3 <i>G*POWER</i>	95
LAMPIRAN 4 UJI RELIABILITAS DAN UJI VALIDITAS	96
LAMPIRAN 5 ANALISA DESKRIPTIF	106
LAMPIRAN 6 UJI NORMALITAS.....	115
LAMPIRAN 7 UJI HIPOTESIS.....	123
LAMPIRAN 8 UJI TAMBAHAN.....	124

