



**Hubungan Antara *Body Image* dengan Penerimaan Diri pada  
Remaja di SMA XYZ**

**SKRIPSI**



**VRINDAH YANTI**

**UNIVERSITAS**  
**46119210037**

**MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**JAKARTA**

**2023**



**Hubungan Antara *Body Image* dengan Penerimaan Diri pada  
Remaja di SMA XYZ**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
sarjana**

**UNI VRINDAH YANTI S**  
**46119210037**  
**MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MERCU BUANA**  
**JAKARTA**  
**2023**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Vrindah Yanti

NIM : 46119210037

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Image* dengan Penerimaan Diri pada Remaja di SMA XYZ.

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan didalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 20 Juli 2023

UNIVERSIT  
MERCU BUANA



Vrindah Yanti

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Vrindah Yanti

NIM : 46119210037

Program Studi : Psikologi

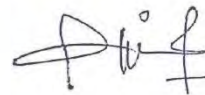
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Image* dengan Penerimaan Diri pada Remaja di SMA XYZ

Telah berhasil dipertahankan pada sidang dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

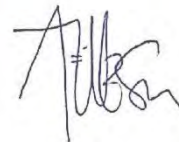
Pembimbing : Maria Ulfah, M.Psi., Psikolog

NIDN : 312038501



Ketua Penguji : Firman Alamsyah Ario Buntaran, M.A

NIDN : 301108105



Penguji 1 : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog

NIDN : 1021118602



Jakarta, 20 Juli 2023

Mengetahui,

Dekan



(Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D)

Ketua Program Studi



(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan, dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak, selama masa perkuliahan sampai dengan penyusunan skripsi ini sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana, serta selaku Dosen Pembimbing Akademik.
4. Ibu Maria Ulfah, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan serta meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan dukungannya untuk mengarahkan dan membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Bapak Firman Alamsyah Ario Buntaran, MA selaku dosen ketua sidang Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
7. Ayah dan Mama selaku kedua orang tua tercinta yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam segi moral maupun material serta doa yang selalu menyertai penulis tanpa henti.
8. Syaila Salsa Billa selaku adik penulis yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis selama proses pengerjaan skripsi ini.
9. Kepada pihak SMA XYZ yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

10. Responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner bagi kepentingan penelitian, sehingga penulis dapat menyusun skripsi ini sampai dengan selesai.
11. Farah, Almira, dan Jihan selaku rekan seperjuangan sejak awal masa perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi.
12. Para sahabat penulis yang selalu mendoakan dan memberi dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
13. Seluruh rekan-rekan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Kranggan angkatan 2019.

Akhir kata, saya berharap kebaikan seluruh pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan dibalas oleh Allah SWT dengan berlipat ganda. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu.



Jakarta, 20 Juli 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'V. M.', written over a horizontal line.

Penulis

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA



## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Vrindah Yanti  
NIM : 46119210037  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Image* dengan Penerimaan Diri pada Remaja di SMA XYZ

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan 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 diatas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 20 Juli 2023

UNIVERSITAS Yang menyatakan,

MERCU BUANA



(Vrindah Yanti)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT .....	viii
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.....	7
1.3 Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
2.1 Penerimaan Diri.....	9
2.1.1 Pengertian Penerimaan Diri .....	9
2.1.2 Aspek Penerimaan diri.....	9
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri .....	10
2.2 <i>Body Image</i> (Citra Tubuh).....	11
2.2.1 Pengertian <i>Body Image</i> .....	11
2.2.2 Dimensi <i>Body Image</i> .....	11
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i> .....	12
2.3 Remaja.....	14
2.3.1 Perkembangan Remaja .....	14
2.3.3 Tugas Perkembangan Remaja.....	15
2.4 Penelitian Terdahulu.....	16
2.5 Dinamika Hubungan Antara <i>Body Image</i> dan Penerimaan Diri Remaja .....	22
2.7 Hipotesis .....	23



<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
3.1 Metode dan Desain Penelitian .....	25
3.2 Identifikasi Penelitian.....	25
3.3 Populasi dan Sampel.....	25
3.3.1 Populasi.....	25
3.3.2 Sampel .....	25
3.4 Definisi Operasional.....	25
3.4.1 Definisi Operasional Penerimaan Diri .....	25
3.4.2 Definisi Operasional <i>Body Image</i> .....	26
3.5 Proses Pengumpulan Data .....	26
3.5.1 Instrumen Penelitian .....	26
3.6 Uji Alat Ukur.....	32
3.6.1 Uji Validitas .....	32
3.6.2 Uji Reliabilitas .....	35
3.7 Teknik Analisis Data .....	36
3.7.1 Uji Normalitas.....	36
3.7.2 Uji Homogenitas .....	36
3.7.3 Uji Hipotesis .....	36
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
4.1 Gambaran Umum Subjek .....	37
4.2 Deskripsi Demografi .....	37
4.3 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	38
4.4 Hasil Uji Asumsi .....	41
4.4.1 Uji Normalitas.....	41
4.4.2 Uji Homogenitas .....	42
4.5 Hasil Uji Hipotesis .....	45
4.7 Pembahasan .....	55
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>59</b>
5.1 Kesimpulan.....	59
5.2 Keterbatasan Penelitian .....	59
5.3 Saran .....	59
5.3.1 Saran Teoritis .....	59
5.3.2 Saran Praktis.....	60
1. Saran untuk responden .....	60
2. Saran untuk sekolah.....	60
3. Saran untuk orang tua.....	60

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>64</b>



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Matrix Tabel Jurnal Mengenai Body Image dengan Penerimaan Diri	16
Tabel 3. 1 Blueprint Body Image .....	26
Tabel 3. 2 Blueprint Penerimaan Diri sebelum Try Out .....	28
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Penerimaan Diri Setelah Try Out.....	30
Tabel 3. 4 Item Hasil Koreksi Expert Judgement Skala Penerimaan Diri .....	33
Tabel 3. 5 Hasil Analisis Item Variabel Penerimaan Diri.....	34
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Penerimaan Diri.....	35
Tabel 4. 1 Gambaran Umum Responden .....	37
Tabel 4. 2 Hasil Analisis Deskriptif .....	38
Tabel 4. 3 Hasil Kategorisasi Berdasarkan Score Body Image .....	39
Tabel 4. 4 Hasil Kategorisasi Berdasarkan Skor Penerimaan Diri .....	40
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas .....	41
Tabel 4. 6 Hasil Uji Homogenitas Body Image Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 4. 7 Hasil Uji Homogenitas Body Image Berdasarkan Usia.....	43
Tabel 4. 8 Hasil Uji Homogenitas Body Image Berdasarkan Kelas .....	43
Tabel 4. 9 Hasil Uji Homogenitas Penerimaan Diri Berdasarkan Kelas .....	43
Tabel 4. 10 Hasil Uji Homogenitas Body Image Berdasarkan Jenis Kelamin .....	44
Tabel 4. 11 Hasil Uji Homogenitas Penerimaan Diri Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
Tabel 4. 12 Hasil Uji Korelasi.....	45
Tabel 4. 13 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi .....	46
Tabel 4. 14 Uji Beda Body Image Berdasarkan Usia .....	53
Tabel 4. 15 Uji Beda Body Image Berdasarkan Kelas.....	53
Tabel 4. 16 Uji Beda Body Image Berdasarkan Jenis Kelamin.....	53
Tabel 4. 17 Uji Beda Penerimaan Diri Berdasarkan Usia.....	54
Tabel 4. 18 Uji Beda Penerimaan Diri Berdasarkan Kelas .....	54
Tabel 4. 19 Uji Beda Penerimaan Diri Berdasarkan Jenis Kelamin .....	54

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Histogram Data Variabel Body Image .....	41
Gambar 4. 2 Histogram Data Variabel Penerimaan Diri .....	42



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Item Kuesioner .....	64
Lampiran 2 Formulir Hasil Expert Judgement.....	67
Lampiran 3 Hasil SPSS Uji Reliabilitas.....	76
Lampiran 4 Hasil SPSS Gambaran Umum Demografi Responden.....	76
Lampiran 5 Hasil SPSS Kategorisasi Body Image dan Penerimaan Diri .....	77
Lampiran 6 Hasil SPSS Uji Normalitas .....	78
Lampiran 7 Hasil SPSS Uji Homogenitas Hasil SPSS Uji Homogenitas.....	80
Lampiran 8 Hasil SPSS Uji Korelasi .....	81
Lampiran 9 Hasil SPSS Uji Beda Body Image.....	82
Lampiran 10 Hasil SPSS Uji Beda Penerimaan Diri .....	83
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian.....	85



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA