

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA YANG
MENGALAMI *BODY SHAMING***

SKRIPSI

Tio Marijayanti Manalu

17.E1.0251



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG
2021**

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA YANG
MENGALAMI *BODY SHAMING***

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas
Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna
memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Oleh :

**Tio Marijayanti Manalu
17.E1.0251**



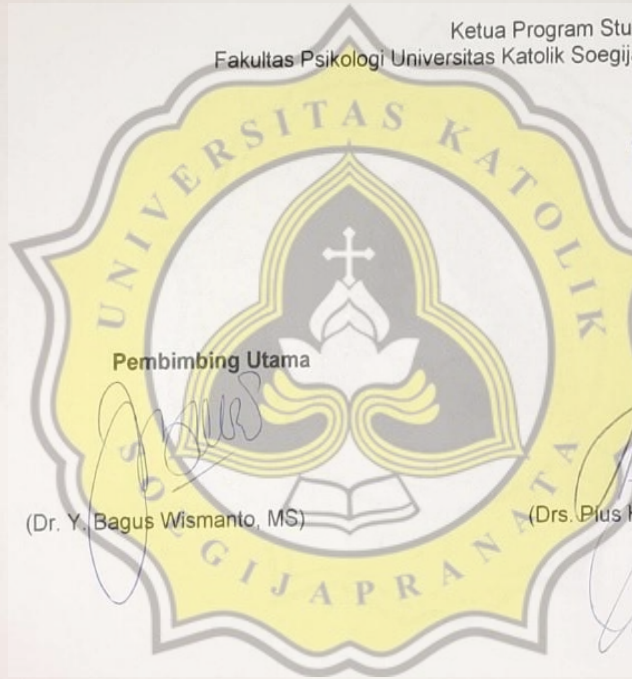
**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Meperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal
19 April 2021

Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Suparmi, M.Si)

Pembimbing Utama

Dewan Penguji

(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)

(Drs. Plus Heru Phiyanto, M.Si)

(Drs. Haryo Goeritno, M.Si)

(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)

PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu institusi perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.



Semarang, 2021
Yang menyatakan

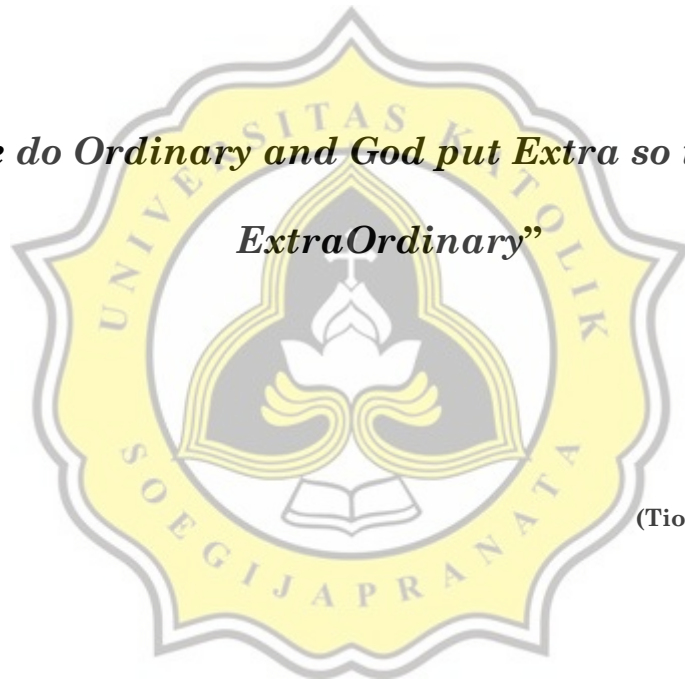


Tio Marijayanti Manalu
17.E1.0251

HALAMAN MOTTO

**Berusaha dan berdoa adalah pasangan yang tidak
pernah boleh dipisahkan**

*“We do Ordinary and God put Extra so it can be
ExtraOrdinary”*



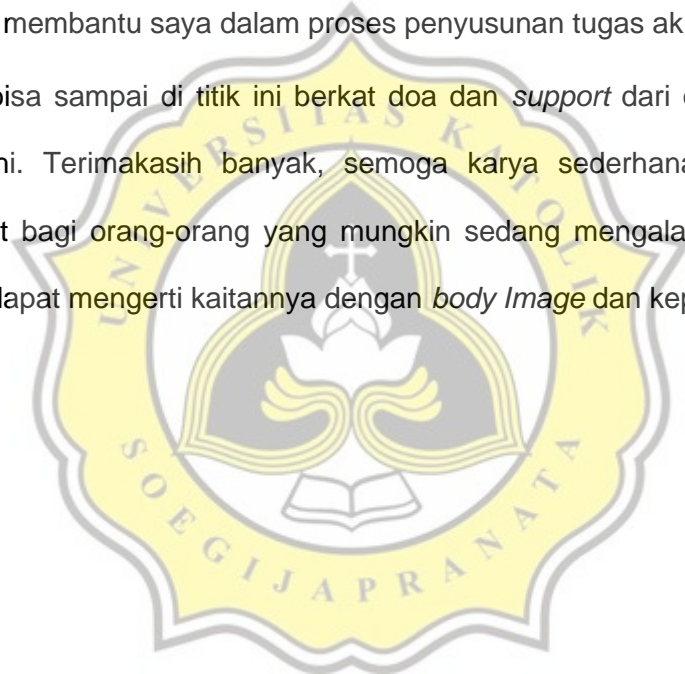
(Tio Marijayanti, 2021)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa, Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan hikmat dan penyertaan-Nya dalam penulis menyusun tugas akhir skripsi ini dengan baik.

Karya kecil penulis ini persembahkan untuk orang-orang terkasih : Papa, Mama, Kakak, Adek, seluruh keluarga besar saya dan seluruh teman-teman yang telah membantu saya dalam proses penyusunan tugas akhir ini.

Saya bisa sampai di titik ini berkat doa dan *support* dari orang-orang yang saya kasihi. Terimakasih banyak, semoga karya sederhana saya ini dapat bermanfaat bagi orang-orang yang mungkin sedang mengalami *body shaming* sehingga dapat mengerti kaitannya dengan *body Image* dan kepercayaan diri.



Semarang, 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Tio Marijayanti Manalu'.

Penulis,
Tio Marijayanti Manalu

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tio Marijayanti Manalu

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Mengalami *Body Shaming*” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 19 April 2021

Yang menyatakan



[Tio Marijayanti Manalu]

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa yang telah memberikan hikmat dan penyertaan dalam menyusun tugas akhir skripsi ini dari awal hingga akhir.

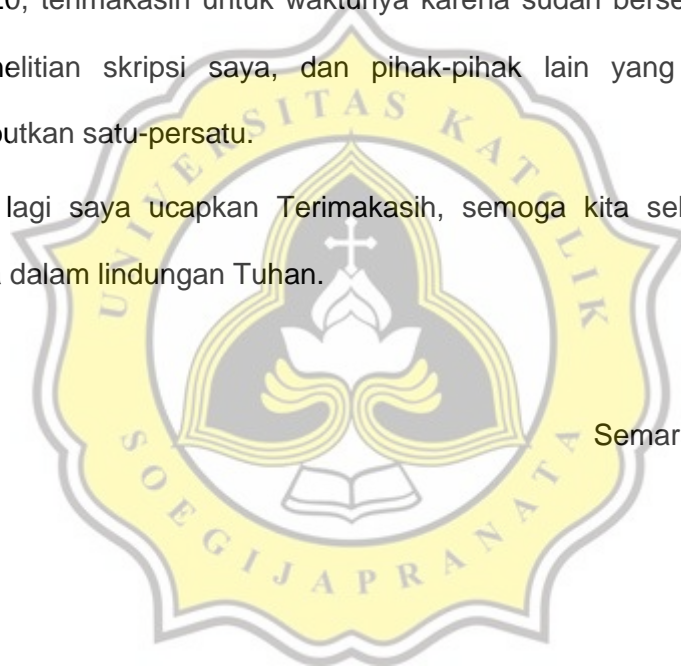
Penulis tidak akan dapat sampai pada titik ini apabila tidak ada dukungan dari berbagai pihak yang sudah sangat berjasa. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan ketulusan, penulis mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya dan penghargaan kepada :

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah mengajar dan membimbing saya selama melaksanakan masa studi saya.
2. Dra. Suparmi, M.Si selaku Ketua Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata sekaligus selaku dosen wali saya, kelas 04 angkatan 2017 yang telah memberi saya motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi saya dan memberi tips-tips dalam mengerjakannya.
3. Dr. Y. bagus Wismanto, MS selaku dosen pembimbing saya yang telah sabar dalam menuntun saya untuk menyusun skripsi sehingga dapat sampai pada bagian akhir, Terimakasih banyak atas segala waktu yang disediakan dalam membimbing saya, Semoga Pak Bagus sehat selalu dan senantiasa diberkati oleh Tuhan.
4. Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si selaku Ketua dosen penguji skripsi saya yang telah memberi masukan bermanfaat bagi perbaikan skripsi saya.

5. Drs. Haryo Goeritno, M.Si selaku dosen penguji skripsi saya yang juga telah memberi masukan sebagai perbaikan yang bermanfaat untuk skripsi saya.
6. Kuriake Karismawan, S.Psi., M.Si selaku dosen penguji proposal saya yang telah memberikan masukan yang bermanfaat bagi skripsi saya.
7. Seluruh Dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah mengajar saya dari semester 1 sampai dengan semester 7 dan akhir masa studi saya, Terimakasih banyak atas segala bimbingan, ilmu dan motivasinya.
8. Kedua Orang Tua, Papa dan Mama. Terimakasih banyak, atas segala pengorbanan Papa dan Mama dalam mendidik dan membesarkan anak-anaknya. Dek Tio adalah anak yang sangat beruntung bisa memiliki orang tua seperti Papa dan Mama yang selalu rela melakukan segala hal dan mendahulukan kepentingan anak-anaknya. Gelar sarjana ini sebagai salah satu tanda terimakasih dan hadiah kecil bagi Papa dan Mama, tunggu hadiah-hadiah selanjutnya dari uang adek sendiri ya!
9. Seluruh keluarga saya, kakak saya, Mas Todo dan adek saya Cepa yang sudah mendukung saya dalam doa, dan keluarga besar saya. Terimakasih!
10. Teman-teman saya, Ucup Fanizha, Meme, Lintang, GC, Lova dan Bianti yang sudah mendukung saya dalam proses pengerjaan skripsi dan menemani saya disaat masa-masa sulit. Teman-teman Terimakasih, mari berjuang bersama!

11. Teman-teman seangkatan saya khususnya kelas 04 angkatan 2017 yang sudah berdinamika bersama saya selama masa studi saya, Terimakasih teman-teman, sampai bertemu di jenjang selanjutnya!
12. Kakak-kakak tingkat yang sudah membantu saya saat kesusahan dan mau mengajari saya dalam proses pengerjaan skripsi ini, Mas Ruli, Ka Fefe, Ka Astrid, Koko KP, Mas Fian, Terimakasih banyak!
13. Para partisipan dalam penelitian ini mulai dari angkatan 2016 hingga 2020, terimakasih untuk waktunya karena sudah bersedia mengisi skala penelitian skripsi saya, dan pihak-pihak lain yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu.

Sekali lagi saya ucapkan Terimakasih, semoga kita selalu diberkati dan senantiasa dalam lindungan Tuhan.



Semarang, 20 April 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Tio Marijayanti Manalu'.

Penulis,
Tio Marijayanti Manalu

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan.....	i
Halaman Judul.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Pernyataan Bebas Plagiasi.....	iv
Halaman Motto.....	v
Halaman Persembahan.....	vi
Halaman Pernyataan Publikasi.....	vii
Ucapan Terimakasih.....	viii
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Lampiran.....	xiii
Abstrak.....	xiv
Abstrack.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Tujuan Penelitian.....	9
1.3. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1. Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Mengalami <i>Body Shaming</i>	10
2.1.1. Pengertian Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Mengalami <i>Body Shaming</i>	10
2.1.2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	13
2.1.3. Faktor-faktor yang memengaruhi Kepercayaan Diri.....	16
2.2. <i>Body Image</i>	20
2.2.1. Pengertian <i>Body Image</i>	20
2.2.2. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	21
2.3. Dinamika Psikologis antara <i>Body Image</i> dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Mengalami <i>Body Shaming</i>	24
2.4. Hipotesis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
3.1. Pendekatan atau Jenis Penelitian.....	30
3.2. Identifikasi Variabel.....	30
3.3. Definisi Operasional Variabel.....	30
3.3.1. Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Mengalami <i>Body Shaming</i>	30
3.3.2. <i>Body Image</i>	31
3.4. Partisipan Penelitian.....	31
3.4.1. Populasi.....	31
3.4.2. Teknik Pengambilan Sampel.....	32

3.5. Metode Pengumpulan Data.....	33
3.5.1. Alat Ukur.....	33
3.5.2. <i>Blue Print</i> dan Cara Penilaian.....	34
3.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	36
3.6.1. Validitas Alat Ukur.....	36
3.6.2. Reliabilitas Alat Ukur.....	36
3.7. Analisis Data.....	36
BAB IV PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN.....	38
4.1. Orientasi Kancah Penelitian.....	38
4.2. Persiapan Pengumpulan Data.....	40
4.2.1. Penyusunan Alat Ukur.....	40
4.3. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	41
4.4. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	43
4.4.1. Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri.....	43
4.4.2. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Body Image</i>	43
BAB V HASIL PENELITIAN.....	45
5.1. Hasil Uji Asumsi.....	45
5.1.1. Uji Normalitas.....	45
5.1.2. Uji Linearitas.....	45
5.2. Uji Hipotesis.....	46
5.3. Pembahasan.....	46
BAB VI PENUTUP.....	51
6.1. Kesimpulan.....	51
6.2. Saran.....	51
6.2.1. Bagi Mahasiswa yang Mengalami <i>Body Shaming</i>	51
6.2.2. Bagi Peneliti Lain.....	52
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.	<i>Blueprint</i> Skala Kepercayaan Diri.....	35
Tabel 3.2.	<i>Blueprint</i> Skala <i>Body Image</i>	35
Tabel 4.1.	Sebaran Item Skala Kepercayaan Diri.....	40
Tabel 4.2.	Sebaran Item Skala <i>Body Image</i>	41
Tabel 4.3.	Sebaran Item Gugur Skala <i>Body Image</i>	44



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN

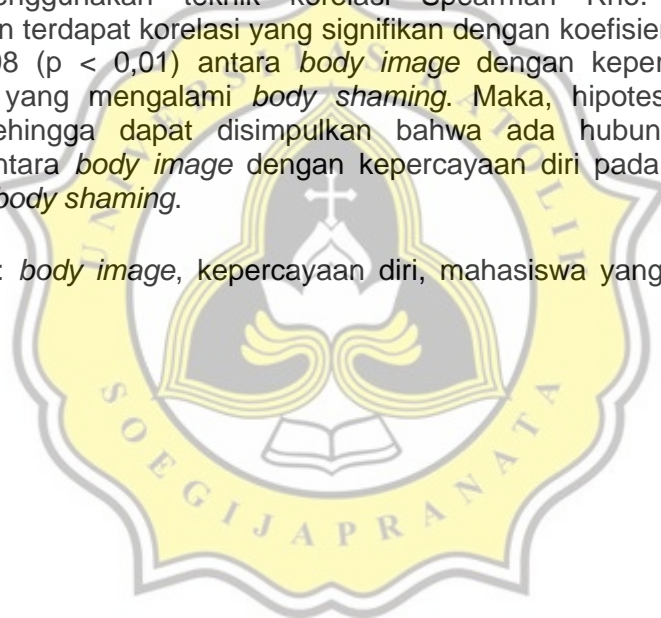
A. Skala Penelitian.....	58
B. Data Try Out.....	64
C. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	69
D. Uji Asumsi.....	75
E. Uji Hipotesis.....	76
F. Sumbangan Efektif.....	76
G. Kategorisasi.....	77
H. Surat Bukti Penelitian.....	78
I. Bukti Alat Ukur yang Disebar.....	80
J. Report Anti Plagiasi.....	81



ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Hipotesis yang diajukan adalah “ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*”. Partisipan dalam penelitian ini adalah 75 mahasiswi aktif Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata berjenis kelamin perempuan, angkatan 2016-2020 yang pernah mengalami *body shaming*. Penelitian dilakukan secara *online* dengan menyebarkan skala dalam *google form* yang sudah disusun oleh peneliti. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kepercayaan diri dan skala *body image* yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya dan terbukti valid dan reliabel sebagai alat ukur. Data dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi Spearman Rho. Hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan dengan koefisien korelasi sebesar $Rho = 0,498$ ($p < 0,01$) antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Maka, hipotesis yang diajukan diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming*.

Kata kunci : *body image*, kepercayaan diri, mahasiswa yang mengalami *body shaming*



ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between body image and self-confidence in students who experience body shaming. The proposed hypothesis is "there is a positive relationship between body image and self-confidence in students who experience body shaming". Participants in this study were 75 active female psychology students of the Catholic University of Soegijapranata, class 2016-2020 who had experienced body shaming. The research was conducted online by distributing the scale in the google form that had been compiled by the researcher. The measuring instrument used in this research are the self-confidence scale and body image scale which have been tested for validity and reliability and are proven to be valid and reliable as measuring tools. Data were analyzed using Spearman Rho correlation technique. The results showed that there was a positive significant correlation with a correlation coefficient of $Rho = 0.498$ ($p < 0.01$) between body image and self-confidence in students who experienced body shaming. So, the hypothesis proposed is accepted, and it can be concluded that there is a positive significant relationship between body image and self-confidence in students who experience body shaming.

Keywords: body image, self-confidence, students who experience body shaming

