

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI**

SKRIPSI

Mida Natalia Nababan

15.E1.0015



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANTA  
SEMARANG  
2022**

# HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelara Sarjana Psikologi

Oleh:

Mida Natalia Nababan

15.E1.0015



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2022**


**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 Guna  
Memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

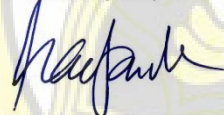
18 November 2021

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

  
Dr. Suparmi, M.Si.)

Dewan Penguji

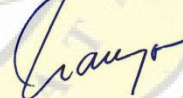
Pembimbing Skripsi



(Drs. George Hardjanto, MSi)



(Dr. Lucia Hernawati, MS)



(Drs. Haryo Goeritno, MSi)



(Drs. George Hardjanto, MSi)

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mida Natalia Nababan

NIM : 15.E1.0015

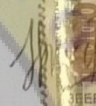
Progdil/ Konsentrasi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

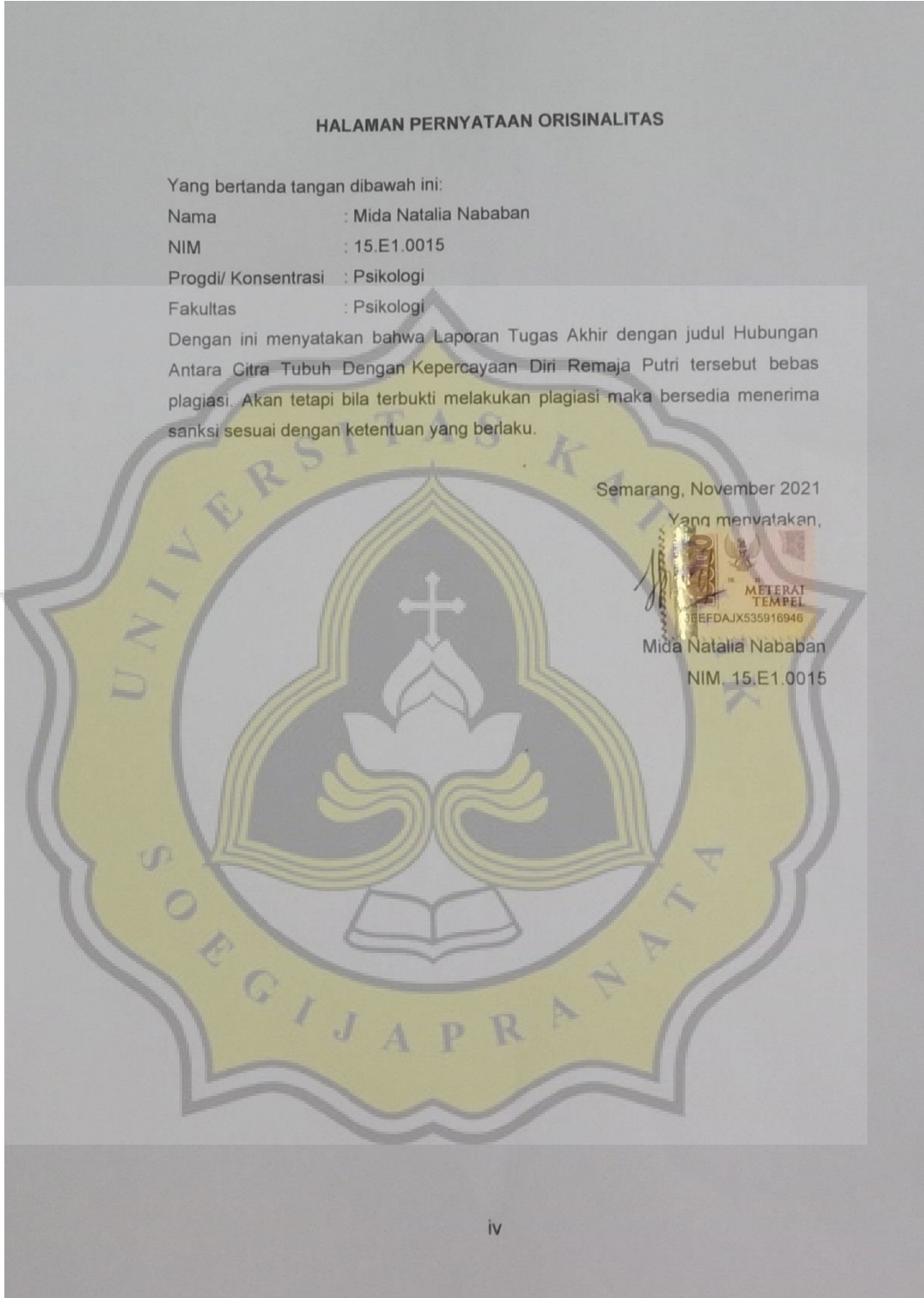
Semarang, November 2021

Yang menyatakan,



Mida Natalia Nababan

NIM. 15.E1.0015



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

Yang bertanda tangan dibawah ini:

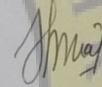
Nama : Mida Natalia Nababan  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul "Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri" 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 menduplikasikan tugas akhir selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, November 2021

Yang menyatakan,



Mida Natalia Nababan

NIM. 15.E1.0015

## HALAMAN MOTTO

“Maka Allah menciptakan manusia itu menurut gambar-Nya, menurut gambar Allah diciptakan-Nya dia; laki-laki dan perempuan diciptakan-Nya mereka” (Kejadian 1:27)



Kupersembahkan skripsi ini untuk:  
Almarhum Papa dan Mama  
Saudara-saudaraku  
Almamater



## UCAPAN TERIMA KASIH

Mengucap syukur untuk kasih anugerah dan kemurahan Tuhan Yesus Kristus sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”. Skripsi ini merupakan syarat untuk menyelesaikan program S1 Psikologi di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.

Penyelesaian skripsi ini berkat bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, MKes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
2. Dr. Suparmi, MSi, selaku Ketua Program S1 Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
3. Drs. George Hardjanta, MSi, selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan pengarahan, serta motivasi untuk cepat menyelesaikan skripsi.
4. Dr. Kristiana Harjanti, MSi, selaku Dosen Wali yang telah bersedia memberikan bimbingan dan pengarahan selama proses pembelajaran.
5. Almarhum Papa dan Mama yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan motivasi.
6. Anastasia Puji P, SPd, selaku Kepala Sekolah SMA Katolik Wijayakusuma Blora yang telah memberikan izin melakukan penelitian pada siswa-siswa di sekolah tersebut.
7. Para guru wali kelas X, XI, dan XII SMA Katolik Wijayakusuma Blora yang telah memfasilitasi untuk menyebarkan *link google forms* penelitian kepada siswa melalui WAG kelas.

8. Siswa kelas X, XI, dan XII SMA Katolik Wijayakusuma Blora yang telah meluangkan waktu untuk mengisi *link google forms* penelitian.
9. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
10. Seluruh staf TU untuk bantuan dan kerjasamanya yang berkaitan dengan administrasi selama proses penyusunan skripsi secara virtual.
11. Adik-adikku Selvi, Michael, dan Putra yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi, serta sumber penghiburan.
12. Abang Lafrin Sijabat yang merupakan orang spesial dan senantiasa memberikan dukungan.
13. Sahabat-sahabatku Feri, Sherlina dan Tyas untuk pertemanannya selama ini.
14. Seluruh pihak yang turut membantu, namun tidak bisa disebutkan satu persatu.

Penulis berharap kiranya skripsi mendapatkan masukan yang membangun supaya lebih baik dan juga skripsi ini dapat memberikan manfaat, khususnya bagi civitas Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Semarang, November 2021



Mida Natalia Nababan  
NIM. 15.E1.0015



## DAFTAR ISI

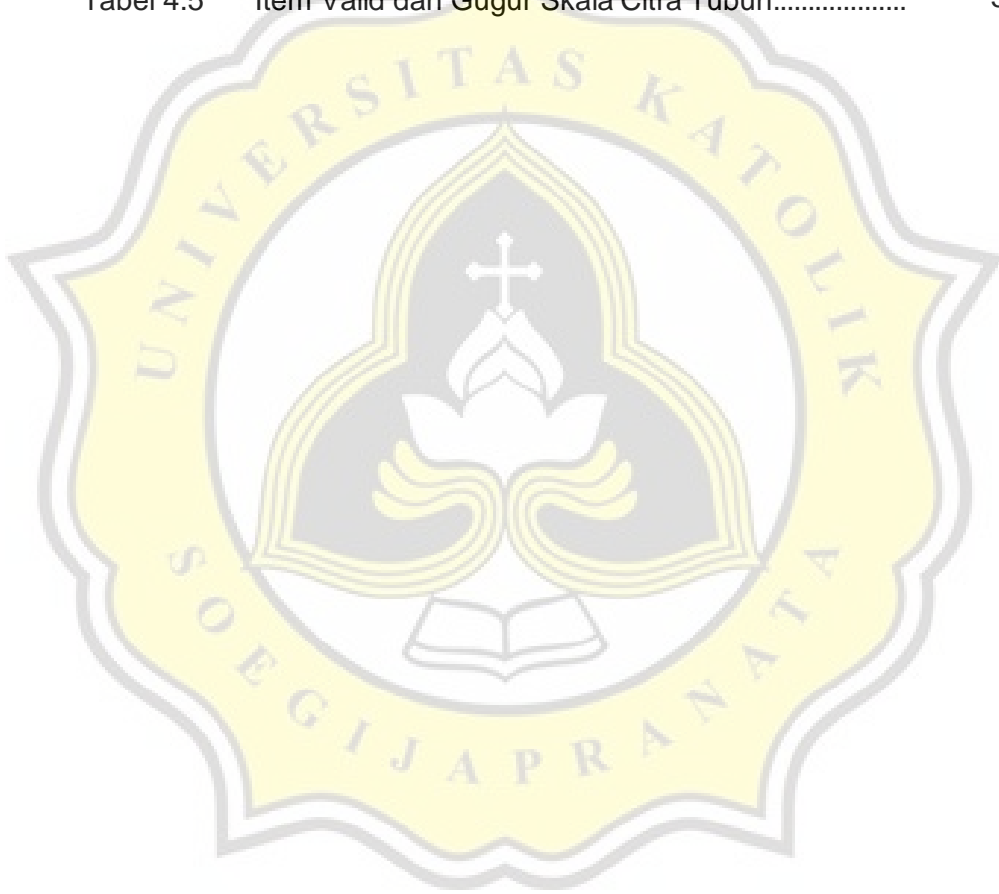
	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA .....	v
MOTTO .....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
ABSTRAK .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
<b>BAB 1      PENDAHULUAN</b>	
1.1    Latar Belakang Masalah .....	1
1.2    Tujuan Penelitian .....	7
1.3    Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB 2      TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1    Kepercayaan Diri Remaja Putri .....	9
2.2    Citra Tubuh.....	18
2.3    Dinamika Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri .....	20
2.4    Hipotesis .....	23
<b>BAB 3      METODE PENELITIAN</b>	
3.1    Jenis Penelitian .....	25
3.2    Identifikasi Variabel Penelitian.....	25
3.3    Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	25
3.4    Populasi dan Teknik Sampling .....	26
3.5    Alat Ukur .....	27
3.6    Teknik Analisis Data .....	30
<b>BAB 4      PELAKSANAAN PENELITIAN</b>	
4.1    Orientasi Kancah .....	31
4.2    Persiapan Penelitian .....	32
4.3    Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	33
4.4    Pengumpulan Data.....	35
<b>BAB 5      HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
5.1    Hasil Penelitian .....	37

5.2	Pembahasan.....	38
BAB 6	PENUTUP	
6.1	Kesimpulan .....	42
6.2	Saran .....	42
DAFTAR PUSTAKA.....		44



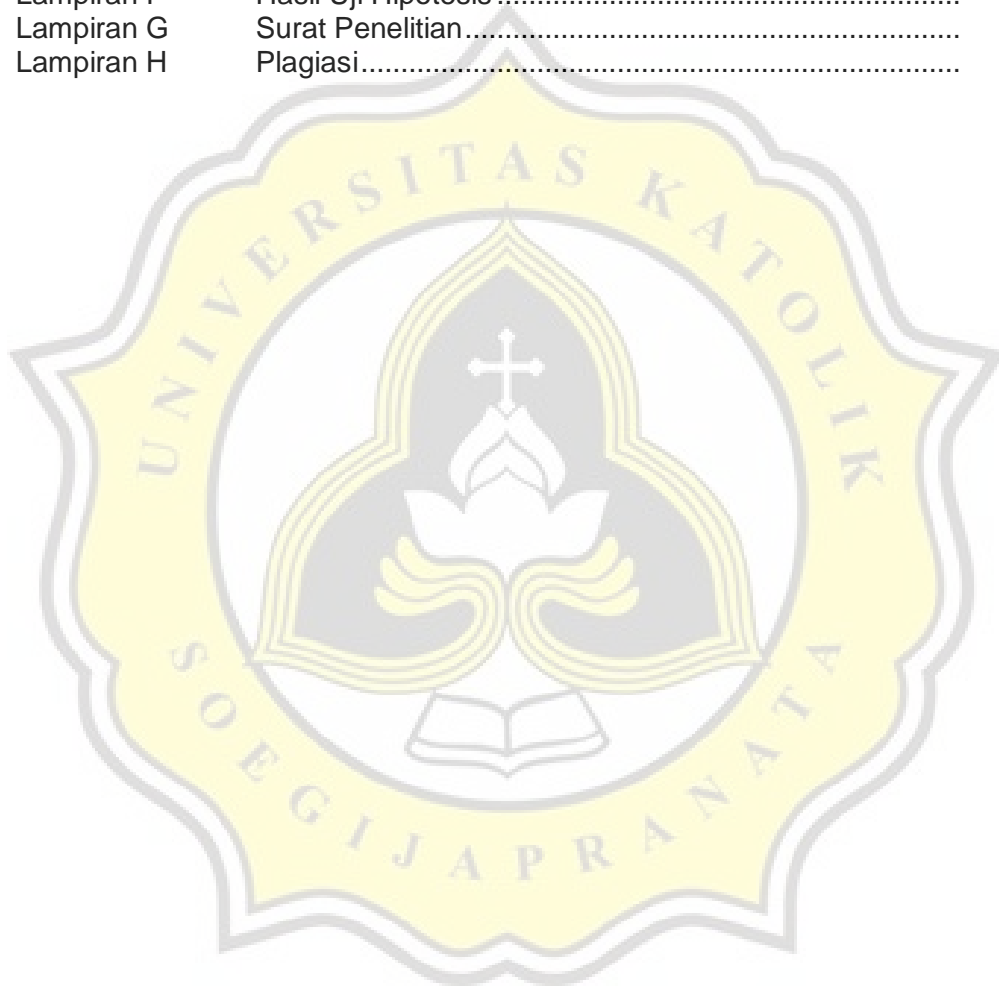
## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Kepercayaan Diri pada Remaja Putri .....	25
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Citra Tubuh .....	25
Tabel 4.1 Rincian Jumlah Siswa di SMA Katolik Wijayakusuma Blora .....	31
Tabel 4.2 Sebaran Nomor Item Kepercayaan Diri pada Remaja Putri .....	33
Tabel 4.3 Sebaran Nomor Item Skala Citra Tubuh .....	33
Tabel 4.4 Item Valid dan Gugur Kepercayaan Diri pada Remaja Putri .....	34
Tabel 4.5 Item Valid dan Gugur Skala Citra Tubuh.....	35



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala Penelitian .....	47
Lampiran B	Data <i>Try Out</i> .....	71
Lampiran C	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	84
Lampiran D	Data Penelitian.....	91
Lampiran E	Hasil Uji Asumsi .....	95
Lampiran F	Hasil Uji Hipotesis .....	99
Lampiran G	Surat Penelitian.....	102
Lampiran H	Plagiasi.....	105



## ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Hipotesis penelitian adalah ada hubungan positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif-korelatif. Subjek sebanyak 82 remaja putri berusia 15-18 tahun, yang diperoleh secara *incidental sampling*. Data diperoleh menggunakan Skala Kepercayaan Diri dan Skala Citra Tubuh secara *online*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil penelitian adalah ada hubungan positif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri ( $r_{xy} = 0,545$  dan  $p < 0,01$ ). Semakin positif citra tubuh maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja putri, dan demikian pula sebaliknya. Variabel citra tubuh memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri remaja putri sebesar 29,70%

Kata kunci: citra tubuh, kepercayaan diri, remaja putri





## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between body image and self-confidence in adolescent girls. The research hypothesis is that there is a positive relationship between body image and self-confidence in adolescent girls. The research uses a quantitative-correlative approach. The subjects were 82 adolescent girls aged 15-18 years, which were obtained by incidental sampling. The data was obtained using the online self-confidence and body image scale. The data analysis technique uses product moment correlation analysis from Pearson. The result of this research is that there is a very significant positive relationship between body image and self-confidence in adolescent girls ( $r_{xy} = 0.545$  and  $p < 0.01$ ). The more positive the body image, the higher the self-confidence in adolescent girls, and vice versa. Body image variable has an influence on the self-confidence of adolescent girls by 29.70%*

*Keywords: body image, self-confidence, adolescent girls*

