

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN KECEMASAN SOSIAL
PADA REMAJA PEREMPUAN**

SKRIPSI

GAVRILA DWI BENEDICTA
21.E1.0185



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025

HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA PEREMPUAN

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

GAVRILA DWI BENEDICTA

21.E1.0185



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG

2025

ABSTRAK

Hubungan antara kecemasan sosial dan ketidakpuasan terhadap citra tubuh dapat berpengaruh besar terhadap kesehatan mental serta kualitas hidup seseorang. Hasil penelitian sebelumnya, di Indonesia terdapat 15,8% kecenderungan kecemasan sosial yang cukup tinggi dialami oleh remaja. Salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan sosial adalah ketidakpuasan terhadap penampilan fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kecemasan sosial pada remaja perempuan serta berusaha memahami sejauh mana citra tubuh memengaruhi tingkat kecemasan sosial. Hipotesis yang diajukan yaitu adanya hubungan negatif antara citra tubuh dan kecemasan pada remaja perempuan di Jawa Tengah. Semakin rendah citra tubuh yang dirasakan maka akan semakin tinggi kecemasan sosial yang dialami. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik pengumpulan data berupa kuesioner yang disebarkan kepada 102 remaja perempuan yang ada di Jawa Tengah. Alat ukur yang digunakan yaitu Skala Citra Tubuh dan Kecemasan Sosial yang sudah melalui uji reabilitas dan uji validitas. Metode analisis data menggunakan teknik analisis korelasi non-parametrik oleh Spearman-rho. Hasil penelitian menunjukkan adanya tidak ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan kecemasan sosial ($r = -0,046$, $p = 0.647$), dimana semakin rendah citra tubuh seorang remaja, maka semakin tinggi kecemasan sosial yang dialaminya.

Kata Kunci : kecemasan sosial, citra tubuh, remaja perempuan

ABSTRACT

The relationship between social anxiety and dissatisfaction with body image can have a significant impact on an individual's mental health and quality of life. Previous studies in Indonesia have shown that 15.8% of adolescents experience a relatively high tendency of social anxiety. One of the contributing factors to social anxiety is dissatisfaction with physical appearance. This study aimed to examine the relationship between body image and social anxiety among female adolescents and to understand the extent to which body image influences the level of social anxiety. The proposed hypothesis stated that there is a negative relationship between body image and social anxiety among female adolescents in Central Java the lower the perceived body image, the higher the level of social anxiety experienced. This research employed a quantitative approach, using questionnaires distributed to 102 female adolescents in Central Java. The instruments used were the Body Image Scale and the Social Anxiety Scale, both of which had been tested for validity and reliability. The data were analyzed using a non-parametric correlation technique, specifically Spearman's rho. The results showed that there was no significant relationship between body image and social anxiety ($r = -0.046$, $p = 0.647$), although a trend was observed where lower body image tended to be associated with higher social anxiety among adolescents.

Keywords : social anxiety, body image dissatisfaction, adolescent girls