

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN *BODY IMAGE* PADA MAHASISWI PENGGUNA *INSTAGRAM***

SKRIPSI

Cornelia Dinda Setya Christianti

15.E1.0184



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SEMARANG**

**2020**

# **HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN *BODY IMAGE* PADA MAHASISWI PENGGUNA *INSTAGRAM***

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:

Cornelia Dinda Setya Christianti

15.E1.0184



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

**2020**

**HALAMAN PENGESAHAN**

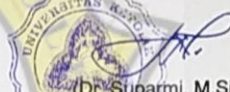
Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh gelar Sarjana  
Psikologi

Pada Tanggal

1 Juli 2020

Mengesahkan


Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



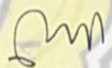
(Dr. Suparmi, M.Si)

Dewan Penguji


Pembimbing Skripsi




(Drs. DP. Budi Susetyo, M.Si)



(Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS)



(Damasia Linggarjati Novi., S.Psi., MA)



(Drs. DP. Budi Susetyo, M.Si)

## PERNYATAAN

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



Semarang, 22 Juni 2020  
Yang menyatakan



Cornelia Dinda Setya Christianti  
15.E1.0184



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini :


Nama : Cornelia Dinda Setya Christianti  
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 Self Esteem Dengan Body Image Pada Mahasiswi Pengguna Instagram**" 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 ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 1 Juli 2020

Yang bersangkutan



Cornelia Dinda Setya Christianti

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini untuk Tuhan Yesus, Papa, Mama, Saudaraku,  
Keluarga besarku, Orang yang kukasihi dan Sahabat-sahabat  
seperjuanganku yang selalu mendukung dan  
memberikan kasih sayang kepadaku.



## MOTTO

“Marilah kepadaKu, semua yang letih lesu dan terbeban berat, aku akan memberikan kelegaan kepadamu.”

(Matius 11:28)

*“We all grow at different rates and that’s ok”*

- Cornelia Dinda Setya Christianti-



## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas segala berkat dan cinta-Nya yang luar biasa yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis dan senantiasa menyertai dan menopang penulis dalam proses menyelesaikan skripsi ini. Sehingga skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Self Esteem* dengan *Body Image* Pada Mahasiswi Pengguna *Instagram*” ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar walaupun banyak suka, duka, dan drama yang dilalui oleh penulis demi memperoleh gelar sarjana strata satu.

Banyak sekali pengalaman, pembelajaran, dan tantangan baru yang dirasakan oleh penulis selama proses penyusunan skripsi. Proses yang cukup panjang dan tidak mudah akhirnya dapat penulis lewati karena banyaknya dukungan dan doa yang luar biasa dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. Suparmi, M.Si, Selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
3. Drs. D.P Budi Susetyo M,Si, Selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis selama penulisan skripsi hingga selesai.
4. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS, Selaku dosen wali kelas 03/2015 yang telah memberikan dukungan dan pengarahan serta dengan senang hati juga bersedia untuk membimbing dan memberi masukan pada penulis ketika kebingungan dalam menulis skripsi.

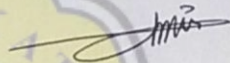


5. Seluruh Dosen Pengajar Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah bersedia berbagi pengetahuan dan ilmunya kepada penulis.
6. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu dalam segala urusan administrasi dan surat perijinan.
7. Seluruh subjek yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam pengisian skala.
8. Kedua orangtuaku, Bapak Robertus Yoseph Setyawan dan Ibu Praptarti Astuti, serta kedua kakakku Anastasia Rani Setyastuti, Benedictus Bagas Setyastama, dan segenap keluarga besarku yang senantiasa mendukung, memotivasi, dan memberikan nasihat serta tak henti-hentinya mendoakan penulis.
9. Radityo Oktianto Pratomo yang selalu memberikan semangat, dukungan dan mendengarkan suka duka yang dialami penulis selama proses penyusunan skripsi, serta memberikan masukan kepada penulis.
10. Teman – temanku Gloria, Tata, Tia, Putra, Virna, Vio, Keke yang selalu senantiasa menemani, menyemangati, dan memberikan masukan kepada penulis.
11. Teman – temanku Kimsul yang selalu mendukung dan memberi semangat pada penulis.
12. Teman – teman kelas 03 angkatan 2015 Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang sudah berdinamika bersama selama masa perkuliahan dan memberikan semangat selama mengerjakan skripsi.

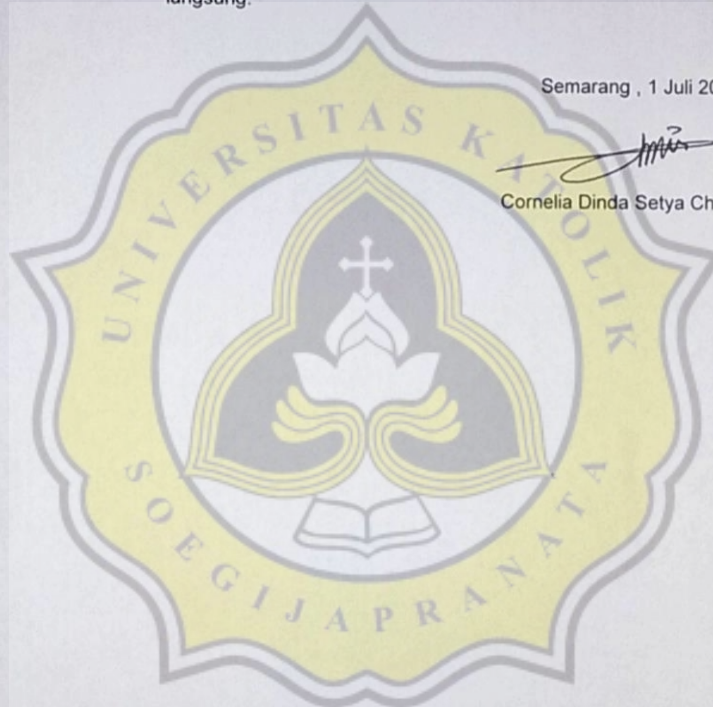
13. Teman – teman Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata *Gratia Choir* yang telah berproses bersama dan saling mendukung satu sama lain sehingga penulis lebih bertumbuh dan menjadi lebih matang.

14. Segenap pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan dukungan pada penulis baik langsung maupun tidak langsung.

Semarang , 1 Juli 2020



Cornelia Dinda Setya Christianti



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
MOTTO .....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT .....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Tujuan Penelitian.....	7
1.3. Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1. <i>Body Image</i> Mahasiswi Pengguna <i>Instagram</i> .....	8
2.2. <i>Self Esteem</i> .....	17
2.3. Hubungan antara <i>Self Esteem</i> dengan <i>Body Image</i> Mahasiswi Pengguna <i>Instagram</i> .....	20
2.4. Hipotesis.....	26
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	27
3.1. Jenis Penelitian .....	27
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian .....	27
3.3. Definisi Operasional.....	27
3.4. Subjek Penelitian.....	28
3.5. Metode Pengumpulan Data .....	29
3.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	31
3.7. Metode Analisis Data.....	32
BAB 4 PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN .....	33
4.1. Orientasi Kancah Penelitian.....	33
4.2. Persiapan Pengumpulan Data Penelitian.....	35
4.3. Pelaksanaan Penelitian .....	36

4.4. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	38
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
5.1. Hasil Penelitian.....	40
5.2. Pembahasan .....	41
BAB 6 PENUTUP .....	44
6.1. Kesimpulan.....	44
6.2. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN .....	50



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala Body Image .....	30
Tabel 3.2 Blueprint Skala Self Esteem .....	31
Tabel 4.1 Sebaran Item Skala Body Image.....	35
Tabel 4.2 Sebaran Item Skala Self Esteem.....	36
Tabel 4.3 Jadwal Pengambilan Data.....	37
Tabel 4.4 Sebaran Item Valid dan Gugur Pada Skala Body Image .....	39
Tabel 4.5 Sebaran Item Valid Pada Skala Self Esteem .....	39





## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN A</b> .....	51
SKALA PENELITIAN	
<b>LAMPIRAN B</b> .....	67
DATA SEBELUM <i>TRY OUT</i>	
B-1 DATA SEBELUM <i>TRY OUT BODY IMAGE</i>	
B-2 DATA SEBELUM <i>TRY OUT SELF ESTEEM</i>	
<b>LAMPIRAN C</b> .....	86
DATA PENELITIAN SESUDAH <i>TRY OUT</i>	
C-1 DATA PENELITIAN <i>BODY IMAGE</i>	
C-2 DATA PENELITIAN <i>SELF ESTEEM</i>	
<b>LAMPIRAN D</b> .....	105
UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	
D-1 <i>BODY IMAGE</i>	
D-2 <i>SELF ESTEEM</i>	
<b>LAMPIRAN E</b> .....	114
UJI ASUMSI	
E-1 UJI NORMALITAS	
E-2 UJI LINEARITAS	
<b>LAMPIRAN F</b> .....	119
ANALISIS DATA	
UJI KORELASI	
<b>LAMPIRAN G</b> .....	121
SURAT IJIN PENELITIAN	

## ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan *body image* pada mahasiswi pengguna *Instagram*. Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *self esteem* dengan *body image* pada mahasiswi pengguna *Instagram*. Subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah para mahasiswa perempuan Universitas Katolik Soegijapranata Semarang berusia 18-21 tahun dan merupakan pengguna *Instagram*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 182 mahasiswa perempuan. Dalam penelitian ini alat ukur yang digunakan menggunakan dua skala yaitu skala *body image* dan skala *self esteem*. Data yang sudah diperoleh dianalisis menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai korelasi sebesar 0,522 ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara *self esteem* dan *body image* mahasiswi pengguna *Instagram* dan hipotesis diterima dengan sumbangan efektif sebesar 20,6%.

**Kata kunci : *body image, self esteem, Instagram***



## ABSTRACT

The aim of the study was to find out the correlation between self esteem and female students' body image on Instagram users. The hypothesis of this study was there was a positive correlation between self esteem and female students' body image on Instagram users. The subject of this study was 18 – 21 years old female students of the Soegijapranata Catholic University in Semarang and using Instagram. The amount of this subject was 182. In this study, there were two instruments used, body image scale and self esteem scale. The data analysis method used Product Moment Pearson Correlation. Based on this study, the result of the correlation was 0,522 ( $p < 0,01$ ). It meant that there was a positive correlation and a very significant difference between self esteem and female students' body image on Instagram users. The hypothesis was accepted with an effective contribution of 20,6%.

**Keywords : body image, self esteem, Instagram**

