

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA KORBAN *BODY*  
*SHAMING***

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**TUTINIH**

**212303110**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2025**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN KEPERCAYAAN DIRI  
PADA REMAJA KORBAN *BODY SHAMING***

Diajukan oleh

**TUTINIH**  
212303110

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi  
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 27 Agustus 2025

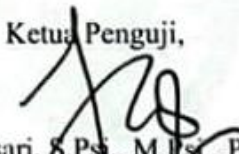
Mengesahkan

Pembimbing

  
Dr. Adi Heryadi, Psikolog.

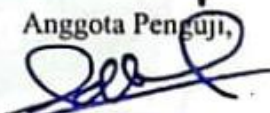
NIDN.0516127602

Ketua Penguji,

  
Hesty Yuliasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

NIDN.0518039201

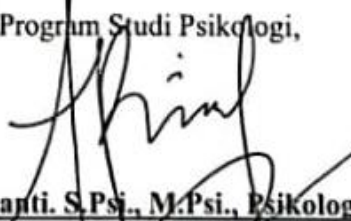
Anggota Penguji,

  
Dr. Adi Heryadi, Psikolog.

NIDN.0516127602



Pis. Ketua Program Studi Psikologi,

  
Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

NPP.2018.13.0132

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Nama : Tutinih

NPM : 212303110

Program Studi : Psikologi (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri  
Pada Remaja Korban *Body Shaming*

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ilmiah ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 27 Agustus 2025



Tutinih

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat, Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Korban *Body Shaming*” dengan sangat baik. Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Dalam penyusunan skripsi ini, tidak lepas dari bantuan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT atas segala Rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Ibu Prof. Dr. rer.nat.apr. Triana Hertiani, S.Si., M.Si. selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Bapak Edhy Tri Cahyono, S.Si, M.M. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial.
4. Ibu Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku Pjs. ketua prodi Psikologi.
5. Ibu Egi Prawita, S.Psi., MA. selaku dosen pembimbing akademik.
6. Bapak Dr. Adi Heryadi, Psikolog. Selaku dosen pembimbing skripsi.
7. Superhero sekaligus pintu surgaku, Ibu Sunaasih, terimakasih yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta, selalu memberi motivasi, dukungan serta do'a dan selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis hingga skripsi ini bisa terselesaikan.
8. Nenek dan kakek ku Tercinta yang sudah menjadi bidadari dan pangeran surga dari Tujuh Tahun lalu yakni Ibu Rotingah, Ibu Warni, dan Bapak Tariyah. Terimakasih yang tiada henti-hentinya memberikan kasih sayang, merawat penulis dengan baik selama enam belas tahun lamanya, almh beliau yang menjadi madrasah pertama bagi penulis, almh dan alm beliau orang

pertama yang mengulurkan tangannya ketika penulis berada dalam posisi tidak baik-baik saja dan almh-alm beliau juga yang pertama kali mengajarkan penulis gimana rasa sakitnya ditinggal untuk selama-lamanya oleh orang yang kita sayangi.

9. Keluarga besar Almh. Ibu Rotingah yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa kepada penulis sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
10. Ketujuh Sepupu ku tersayang, M. Irfan Maulana, Syahrul Mubin, Jinan, Raisya Febri, Nur Jazilah, Ridhaul Maghfiroh, dan Nadiya. Terimakasih sudah menjadi *mood booster* untuk penulis dalam menempuh pendidikan selama ini. Tumbulah menjadi versi paling hebat sepupu ku.
11. Sahabat Penulis Fathiya Farha M, Vica Tunjung P, Wasirih, Uswatun Hasanah, Ade Rahmah Hidayah, Teh Ita Yenita, dan Nova Siamawati. Terimakasih telah menjadi Rumah kedua untuk berkeluh kesah dalam hal apapun dan memberikan semangat, dukungan, waktu, dan kebaikan yang diberikan kepada penulis selama ini.
12. Teman-teman Psikologi B 2021, Terimakasih atas kebersamaannya selama empat tahun lamanya, semoga kita semua bisa lulus tahun ini.
13. Terimakasih untuk teman-teman responden saya yang telah membantu meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian penulis.

Dalam penyusunan skripsi ini, saya menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena pengalaman dan pengetahuan saya yang terbatas. Oleh karena itu, kritik dan saran dari semua pihak sangat saya harapkan demi terciptanya laporan akhir yang lebih baik lagi untuk masa mendatang.

Yogyakarta, 27 Agustus 2025

Tutinih

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
RINGKASAN.....	xiii
<i>ABSTRACT</i> .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian.....	18
C. Manfaat Penelitian.....	18
1. Manfaat Teoritis .....	18
2. Manfaat Praktis.....	18
D. Keaslian Penelitian .....	19
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	31
A. Landasan Teori.....	31
1. Kepercayaan Diri.....	31
a) Definisi Kepercayaan Diri.....	31
b) Aspek-Aspek Kepercayaan Diri .....	32
c) Faktor-Faktor Kepercayaan Diri.....	34
2. Citra Tubuh.....	37
a) Definisi Citra Tubuh .....	37
b) Aspek-Aspek Citra Tubuh.....	38
c) Faktor-Faktor Citra Tubuh .....	40
3. <i>Body Shaming</i> .....	42
a) Definisi <i>Body Shaming</i> .....	42
b) Bentuk-bentuk <i>Body Shaming</i> .....	42

B. Dinamika Psikologis .....	44
C. Hipotesis Penelitian .....	49
BAB III METODE PENELITIAN .....	50
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	50
B. Definisi Operasional .....	50
1. Kepercayaan Diri .....	50
2. Citra Tubuh .....	51
C. Subjek Penelitian .....	51
D. Metode Pengumpulan Data .....	53
E. Metode Analisis Data .....	55
1. Uji Asumsi .....	55
a) Uji Normalitas .....	55
b) Uji Linearitas .....	56
2. Uji Hipotesis .....	57
F. Kredibilitas .....	57
1. Validitas .....	57
2. Reliabilitas .....	58
G. Rancangan Penelitian .....	58
1. Desain Penelitian .....	58
2. Prosedur Penelitian .....	59
a) Mengidentifikasi Masalah .....	59
b) Kajian Pustaka .....	60
c) Menentukan Desain dan Metode .....	60
d) Pengumpulan Data .....	61
e) Analisis Data .....	61
f) Membuat Kesimpulan .....	61
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....	62
A. Orientasi Kacah dan Persiapan .....	62
1. Orientasi Kacah .....	62
2. Persiapan Penelitian .....	63
a) Persiapan Administrasi .....	63

b) Persiapan Alat Ukur .....	64
c) Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	65
d) Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala .....	66
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian .....	69
C. Hasil Penelitian.....	70
1. Deskripsi Responden Penelitian .....	70
2. Deskripsi Data Penelitian .....	76
3. Uji Asumsi.....	78
a) Uji Normalitas .....	78
b) Uji Linearitas .....	79
4. Uji Hipotesis .....	80
5. Uji Analisis Tambahan.....	81
D. Pembahasan.....	82
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	91
A. Kesimpulan .....	91
B. Saran .....	91
C. Kekurangan Penelitian.....	93
DAFTAR PUSTAKA .....	95
LAMPIRAN .....	101

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blue Print</i> Skala Pengukuran Sikap .....	53
Tabel 3. 2 <i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan Diri .....	54
Tabel 3. 3 <i>Blue Print</i> Skala Citra Tubuh.....	54
Tabel 4. 1 <i>Blueprint</i> Citra Tubuh.....	67
Tabel 4. 2 <i>Blueprint</i> Kepercayaan diri .....	69
Tabel 4. 3 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia .....	70
Tabel 4. 4 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	72
Tabel 4. 5 Deskripsi Responden Berdasarkan Provinsi .....	73
Tabel 4. 6 Bentuk <i>Body Shaming</i> .....	75
Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian .....	76
Tabel 4. 8 Rumus Norma Kategorisasi.....	77
Tabel 4. 9 Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel .....	77
Tabel 4. 10 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel.....	77
Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogorov Smirnov .....	78
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas.....	79
Tabel 4. 13 Hasil Uji Hipotesis .....	80
Tabel 4. 14 Kategorisasi Koefisien Korelasi.....	81
Tabel 4. 15 Uji Analisis Tambahan .....	82

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Tabel Penyebab <i>Body Shaming</i> .....	5
Gambar 2. 1 Bagan Dinamika .....	48

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian .....	102
Lampiran 2 Penelitian Sebelum Uji Coba.....	110
Lampiran 3 Skala Penelitian Setelah Uji Coba .....	117
Lampiran 4 Uji validitas.....	122
Lampiran 5 Tabulasi Data Uji Coba .....	126
Lampiran 6 Uji Reliabilitas .....	133
Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian.....	137
Lampiran 8 Uji Normalitas .....	150
Lampiran 9 Uji Linearitas .....	152
Lampiran 10 Uji Hipotesis .....	154
Lampiran 11 Jadwal Penelitian .....	156
Lampiran 12 Lembar Bimbingan Skripsi.....	158
Lampiran 13 Hasil Plagiarisme .....	160
Lampiran 1 Kuesioner Penelitian .....	102
Lampiran 2 Penelitian Sebelum Uji Coba.....	110
Lampiran 3 Skala Penelitian Setelah Uji Coba .....	117
Lampiran 4 Uji validitas.....	122
Lampiran 5 Tabulasi Data Uji Coba .....	126
Lampiran 6 Uji Reliabilitas .....	133
Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian.....	137
Lampiran 8 Uji Normalitas .....	150
Lampiran 9 Uji Linearitas .....	152

Lampiran 10 Uji Hipotesis .....	154
Lampiran 11 Jadwal Penelitian .....	156
Lampiran 12 Lembar Bimbingan Skripsi.....	158
Lampiran 13 Hasil Plagiarisme .....	160

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA