

**“PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI
DI MEDIA SOSIAL *INSTAGRAM*”**

SKRIPSI



Disusun Oleh :

FADZILA NUR LAILI

210701037

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK
GRESIK
2024**

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN
DIRI DI MEDIA SOSIAL *INSTAGRAM***

SKRIPSI

diajukan guna memenuhi sebagai persyaratan
dalam mencapai Gelar Sarjana Psikologi pada
Program Studi Psikologi
Universitas Muhammadiyah Gresik

Disusun oleh :

FADZILA NUR LAILI

210701037

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK
GRESIK**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi

Dosen Pembimbing I



Ima Fitri Sholichah, S.Psi., M.A

NIP : 07111803216

Dosen Pembimbing II



Prianggi Amelasasih, S.Psi., M.Si

NIP : 07111710203

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI DI MEDIA SOSIAL *INSTAGRAM*

Disusun Oleh :
FADZILA NUR LAILI
210701037

Telah disidangkan dan dipertahankan dihadapan para Dewan Penguji Skripsi Universitas Muhammadiyah Gresik dan dapat diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Disahkan Pada Hari : Rabu,
Tanggal : 17 Juli 2024
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Gresik



Awang Setiawan Wicaksono, M.Psi., Psikolog
NIP : 198106302005011002

NO	JABATAN	NAMA	NIP	TANDATANGAN
1.	Ketua	Dr. Asri Rejeki, MM., Psikolog	196801281999032001	
2.	Sekretaris	Muhimmatul Hasanah., S.Psi., M.A	07130909206	
3	Anggota	Ima Fitri Sholichah, S.Psi., M.A	07111803216	

HALAMAN MOTTO

All of your effort. All of the times you spend. At the end, it was worth.

Some things are up to us, some things are not up to us

-Filosofi Teras

Hidup itu berproses. Kalau lihat orang sukses, jangan langsung mau sukses saat itu juga. Ada rintangan yang harus dilalui, setelah itu ada lagi nggak habis-habis

-Takdir Alisyahbana Ridwan (Jek)

Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatikanku tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatikanku

-Ummar bin Khattab

HALAMAN PERSEMBAHAN

Syukur Alhamdulillah tak lupa saya ucapkan kepada Allah SWT yang selalu memberi rahmat dan hidayah kepada hamba-Nya yang berusaha dengan sungguh-sungguh. Sholawat serta salam tak lupa dipanjatkan kepada Nabi Muhammad SAW. Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai bantuan pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Nyono dan pintu surgaku Ibunda Sukama. Alhamdulillah Jazakumullahukhoiro atas segala pengorbanan dan kasih sayang tulus yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga ayah dan ibu sehat, panjang umur dan bahagia selalu
2. Kepada kakak saya almh. Lilis Sumaiyah, Maria Ulfa dan suaminya Didik Purwanto, dan Putri Iswatun Hasanah terima kasih dan Alhamdulillah Jazakumullahukhoiro atas dukungan secara moril maupun materil, terima kasih juga atas segala motivasi yang diberikan kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana
3. Kepada adikku Farrel Fawwaz Javier Zahran Fairuz, terima kasih dan Alhamdulillah Jazakallahukhoiro atas segala dukungan walaupun melalui celotehannya, tetapi penulis yakin itu adalah bentuk sebuah dukungan dan motivasi
4. Kepada keponakanku Ahnaf Zafran Al Faruq dan Diva Zafrina Ramadhani, terima kasih atas kelucuan yang membuat penulis semangat dan selalu membuat penulis senang. Sehingga penulis semangat untuk mengerjakan skripsi ini sampai selesai
5. Dosen pembimbing Ibu Ima Fitri Sholichah, S.Psi., M.A. dan Ibu Prianggi Amelasasih, S.Psi., M.Si. yang sudah membimbing dan mengarahkan ke jalan yang benar selama penelitian berlangsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UMG yang telah mengajarkan dan mendidik penulis dengan penuh sabar dan ikhlas. Sehingga ilmu yang saya dapatkan dibangku perkuliahan dan menjadi ilmu yang bermanfaat untuk banyak orang

7. Teman - teman geng menabung haji yang telah memberikan banyak dukungan, motivasi, pengalaman, waktu dan ilmu yang dijalani selama perkuliahan. Terima kasih telah memberikan membantu lancarnya proses skripsi ini.
8. Teman – teman pertukaran mahasiswa kak Nabila, Didit, Dicky, Aldi yang selalu memberikan dukungan kepada penulis
9. Kawan-kawan seperjuangan Psikologi angkatan 21 yang sering memberi semangat dan membantu saya mengerjakan dari proposal skripsi hingga skripsi ini selesai
10. Terima kasih kepada teman teman SMP saya yaitu puper, doni, dan bima yang sudah memberikan banyak dukungan
11. Kepada seseorang yang tidak bisa penulis sebutkan namanya yang sudah banyak berjasa bagi penulis, telah memberikan dukungan, motivasi, serta menjadi tempat berkeluh kesah selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas segala *effort* yang telah diberikan selama ini. Dan terima kasih sudah menemani penulis berproses dari Sekolah Menengah Pertama
12. Terakhir terima kasih kepada diriku sendiri, Fadzila Nur Laili atas segala kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir skripsi ini. Terima kasih kepada diri saya yang sudah kuat melewati lika liku kehidupan hingga sekarang. Terima kasih pada hati yang masih tetap tegar dan ikhlas menjalani semuanya. Terima kasih pada jiwa dan raga yang masih tetap kuat dan waras hingga sekarang. Saya bangga pada diri saya sendiri! Kedepannya untuk raga yang tetap kuat, hati yang selalu tegar, mari bekerja sama untuk lebih berkembang lagi menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari.

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fadzila Nur Laili

NIM : 210701037

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya skripsi yang berjudul "Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri di Media Sosial *Instagram*" adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali jika disebutkan sumbernya dan belum pernah diajukan pada instansi mana pun, serta bukan karya orang lain. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Gresik, 04 Juni 2024



Fadzila Nur Laili

180701074

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan daya dan kekuatan bagi orang-orang yang bertawakkal, yang memberikan kemudahan dan menghilangkan kesukaran, memberikan petunjuk kebenaran yang benar dan kesalahan yang salah serta memberikan kekuatan kepada kami untuk mampu menjauhinya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW., atas keluarga, sahabat, dan orang-orang yang mengikuti mereka dengan baik hingga akhir.

Seiring dengan rasa syukur kepada Allah SWT. Atas terselesainya penulisan skripsi berjudul “PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI DI MEDIA SOSIAL *INSTAGRAM*”, maka penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak awang Setiawan Wicaksono, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Prianggi Amelasasih, S.Psi., M.Si selaku Ka. Prodi Psikologi, Dosen wali, sekaligus Dosen Pembimbing II Skripsi.
3. Ibu Ima Fitri Sholichah, S.Psi., M.A selaku Dosen Pembimbing I Skripsi.
4. Seluruh dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
5. Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini yang tidak mungkin saya sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan walaupun demikian penulis tetap berharap semoga penulisan skripsi ini berguna dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi.

Gresik, 4 Juni 2024

PENYUSUN

DAFTAR ISI

Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Motto	iv
Halaman Persembahan.....	v
Pernyataan Keaslian Skripsi.....	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Lampiran.....	xiv
Abstrak.....	xvii
<i>Abstract</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi masalah.....	12
1.3 Batasan Masalah.....	17
1.4 Rumusan Masalah	17
1.5 Tujuan Masalah.....	17
1.6 Manfaat Penelitian.....	18
BAB II KAJIAN PUSTAKA	19
2.1 Tinjauan Tentang Kepercayaan Diri	19
2.2.1 Pengertian Kepercayaan Diri	19
2.2.2 Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	20
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	20
2.2 Tinjauan Tentang <i>Body image</i>	23
2.2.1 Pengertian <i>Body image</i>	23
2.2.2 Aspek-aspek <i>Body image</i>	22

2.2.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body image</i>	23
2.3	Tinjauan Mengenai Media Sosial “ <i>Instagram</i> ”	27
2.4	Hubungan Antar Variabel	28
2.5	Kerangka Konseptual	29
2.6	Hipotesis	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		31
3.1	Tipe Penelitian	31
3.2	Identifikasi Variabel	31
3.3	Definisi Operasional	31
3.3.1	Variabel Y (Kepercayaan Diri)	32
3.3.2	Variabel X (<i>Body image</i>)	32
3.4	Rumusan Populasi dan Teknik Sampling	33
3.4.1	Populasi	33
3.4.2	Teknik Sampling	34
3.5	Teknik Pengumpulan Data	35
3.5.1	Kepercayaan diri (Y)	37
3.5.2	<i>Body image</i>	36
3.6	Validitas dan reliabilitas	39
3.6.1	Validitas	39
3.6.2	Reliabilitas	39
3.7	Teknik Analisis Data	39
3.7.1	Uji Asumsi	39
3.7.2	Uji Hipotesis	39
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		41
4.1	Gambaran Umum penelitian	41
4.1.1	Profil	41
4.1.2	Persiapan dan pelaksanaan penelitian	42
4.1.3	Subjek penelitian	43
4.1.4	Hambatan dalam proses penelitian	43

4.2	Hasil pengukuran Validitas dan Reliabilitas	43
a.	Uji validitas	43
b.	Uji Reliabilitas	45
4.3	Uji Asumsi dan Hipotesis	45
4.3.1	Uji Asumsi	45
a.	Uji Normalitas	47
b.	Uji Linieritas	47
4.3.2	Uji Hipotesis	46
4.4	Pembahasan	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		54
5.1	Kesimpulan.....	54
5.2	Saran	54
DAFTAR PUSTAKA		55
LAMPIRAN.....		55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Wawancara kepercayaan diri mahasiswi	5
Tabel 1. 2 Hasil wawancara <i>Body image</i>	13
Tabel 3. 1 Populasi Mahasiswi Aktif	33
Tabel 3. 2 Kriteria Penilaian.....	35
Tabel 3. 3 Blueprint Variabel kepercayaan (Y)	37
Tabel 3. 4 Skoring alat ukur kepercayaan diri (Y)	37
Tabel 3. 5 Blueprint Variabel <i>Body image</i> (X)	36
Tabel 3. 6 Skoring alat ukur <i>Body image</i> (X).....	39
Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas Skala <i>Body image</i>	43
Tabel 4. 2 Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri Di Media Sosial.....	45
Tabel 4. 3 hasil uji reliabilitas skala <i>Body image</i>	45
Tabel 4. 4 hasil uji reliabilitas skala kepercayaan diri di media sosial instagram.	45
Tabel 4. 5 Uji Normalitas	47
Tabel 4. 6 Uji Linieritas	47
Tabel 4. 7 ANOVA	46
Tabel 4. 8 Model Summary	46
Tabel 4. 9 Norma Kategorisasi.....	49
Tabel 4. 10 Statistik Deskriptif.....	49
Tabel 4. 11 Norma Skor <i>Body image</i>	49
Tabel 4. 12 Norma Skor Kepercayaan Diri di Media Sosial <i>Instagram</i>	50
Tabel 4. 13 Item <i>Body Image</i> yang paling banyak dipilih oleh responden	51
Tabel 4. 14 Item paling kepercayaan diri yang paling banyak dipilih responden.	51
Tabel 4. 15 Item <i>Body Image</i> yang paling sedikit dipilih responden	52
Tabel 4. 16 Item Kepercayaan Diri yang paling sedikit dipilih responden	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Paltforms Media Sosial.....	3
Gambar 2 Kerangka Konseptual	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 lembar persetujuan	63
Lampiran 2 Kuesioner skala <i>body image</i> dan kepercayaan diri di media sosial..	64
Lampiran 3 <i>expert judgment</i>	67
Lampiran 4 Tabulasi data skala <i>Body image</i>	69
Lampiran 5 Tabulasi data skala kepercayaan diri di media sosial <i>Instagram</i>	75
Lampiran 6 Uji validitas dan reliabilitas skala <i>body image</i>	81
Lampiran 7 Hasil uji validitas dan reliabilitas skala kepercayaan diri	85
Lampiran 8 Uji normalitas	92
Lampiran 9 Uji Linieritas	94
Lampiran 10 Hipotesisi	95
Lampiran 11 Frekuensi kepercayaan diri	96
Lampiran 12 Frekuensi <i>body image</i>	103
Lampiran 13 kartu bimbingan	108
Lampiran 14 Surat izin penelitian	110
Lampiran 15 Cek Plagiasi	111

DAFTAR RUMUS

Rumus 1 Sampel Isaac dan Michael.....	34
--	----



ABSTRAK

Fadzila Nur Laili 210701037 pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri di media sosial Instagram

Saat ini banyak dari seseorang beranggapan bahwa apakah tubuhnya memiliki bentuk dan ukuran yang ideal. Mereka menganggap bahwa tubuh mereka terlalu gendut atau kurus, merasa kulitnya kurang putih dan lain sebagainya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri di media sosial. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang melibatkan mahasiswi Universitas Muhammadiyah Gresik dengan *teknik purposive sampling*, diperoleh jumlah sampel sebesar 135 mahasiswa. Pengumpulan data diperoleh dengan menggunakan skala *body image* dan Kepercayaan Diri di media sosial instagram. Hasil yang didapatkan yaitu Ha diterima yang artinya terdapat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri di media sosial instagram. *Body image* memberikan sumbangsih sebesar 12% terhadap variabel kepercayaan diri di media sosial instagram, hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *body image* yang dimiliki seseorang maka semakin tinggi juga kepercayaan diri di media sosial *instagram* pada diri mahasiswi. Sebaliknya semakin rendah *body image* yang dimiliki seseorang maka semakin rendah pula kepercayaan diri di media sosial yang ada pada diri mahasiswi.

Kata kunci: *body image*, kepercayaan diri, *instagram*, mahasiswa.

ABSTRACT

Fadzila Nur Laili 210701037 *Influence of Body Image on Self-Confidence on Social Media Instagram*

Nowadays, many people think that whether their body has an ideal shape and size. They think that their bodies are too fat or thin, feel their skin is not white enough and so on. This study aims to determine the effect of body image on self-confidence on social media. This study used a quantitative method involving students of Muhammadiyah Gresik University with purposive sampling technique, obtained a sample size of 135 students. Data collection was obtained using the body image scale and self-confidence on social media instagram. The results obtained are H_a accepted, which means that there is an influence of body image on self-confidence on Instagram social media. Body image contributes 12% to the self-confidence variable on Instagram social media, this indicates that the higher the body image a person has, the higher the self-confidence on Instagram social media in female students. Conversely, the lower the body image a person has, the lower the self-confidence in social media that exists in female students.

Keywords: body image, self-confidence, instagram, college students.