

**HUBUNGAN *SELF-ACCEPTANCE* DAN DUKUNGAN SOSIAL
ONLINE DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DISSATISFACTION*
PENGGUNA INSTAGRAM PADA MASA *EMERGING ADULTHOOD***

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

LAIYUSA ANANDA FITRIANTI
NPM : 1511700139

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2021

**HUBUNGAN *SELF-ACCEPTANCE* DAN DUKUNGAN
SOSIAL *ONLINE* DENGAN KECENDERUNGAN *BODY*
DISSATISFACTION PENGGUNA INSTAGRAM PADA
MASA *EMERGING ADULTHOOD***

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :
LAIYUSA ANANDA FITRIANTI
NPM : 1511700139

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2021**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Laiyusa Ananda Fitrianti
NPM : 1511700139
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Self-Acceptance* Dan Dukungan Sosial *Online*
Dengan Kedenderungan *Body Dissatisfaction* Pengguna
Instagram Pada Masa *Emerging Adulthood*

Saya menyatakan bahwa dalam penelitian ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu program perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya, dalam penelitian ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 12 Juli 2021



Laiyusa Ananda Fitrianti



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN

Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Tlp. 031 593 1800 (ex.311)

Email: perpus@untag-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Laiyusa Ananda Fitrianti
NPM : 1511700139
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive)* karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan *Self-Acceptance* dan Dukungan Sosial *Online* Dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction* Pengguna Instagram pada Masa *Emerging Adulthood*”

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama:

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada Tanggal : 16 Juli 2021

Yang Menyatakan

Laiyusa Ananda Fitrianti

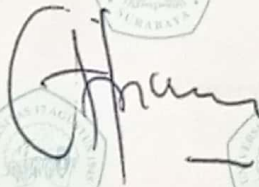
TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : LAIYUSA ANANDA FITRIANTI
NPM : 1511700139
JUDUL : HUBUNGAN *SELF-ACCEPTANCE* DAN DUKUNGAN
SOSIAL *ONLINE* DENGAN KECENDERUNGAN *BODY*
***DISSATISFACTION* PENGGUNA INSTAGRAM PADA MASA**
EMERGING ADULTHOOD

Surabaya, 12 Juli 2021

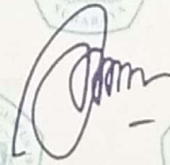
Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi, M.Si, Psikolog

Dosen Pembimbing II



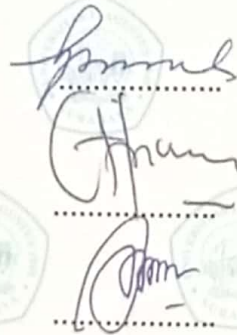
Nindia Pratitis, S.Psi, M.Psi, Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Dipertahankan di Depan Dosen Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal: 16 Juli 2021
Dewan Penguji

1. Dra. Dwi Sarwindah Sukiatni, MS., Psikolog
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi, M.Si, Psikolog
3. Nindia Pratitis, S.Psi, M.Psi, Psikolog



Mengesahkan,

Dekan

Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya



Dr. Suroso, MS, Psikolog
NPP. 20510.87.0122

HALAMAN MOTTO

“Setiap orang memiliki awal yang berbeda, begitu juga kamu. Jangan takut untuk menjadi berbeda”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini kupersembahkan...

Untuk Bapak Sukaryanto, Ibu Chusnul dan Ayah Wasis yang menjadi motivasi terbesar untuk menyelesaikan skripsi ini dan telah memberikan dukungan moril maupun materil.

Untuk keluarga besar Djalal Akhyar dan Mak Nyik tercinta yang telah memberikan dukungan.

Untuk Mea, Aninda dan Vidjay sebagai keluarga ke-2 yang bersedia menjadi tempat mencurahkan isi hati.

Untuk semua teman-teman yang selalu menanyakan “sampai BAB berapa?”, “daftar sidang kapan?”, “kapan wisuda?”.

Serta untuk semua yang telah memberikan saya semangat untuk menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu.

CURRICULUM VITAE

A. BIODATA MAHASISWA

Nama : Laiyusa Ananda Fitrianti
NPM : 1511700139
Program Studi : Psikologi
Tempat/Tanggal Lahir : Sidoarjo, 07 Januari 1999
Agama : Islam
Jumlah Saudara/Anak ke : 3/Anak ke-3
Alamat Rumah : Desa Bungurasih Timur, RT 07/RW 01
Kecamatan Waru, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur
Email : laiyusaa2@gmail.com



B. BIODATA ORANG TUA

Nama Ayah : Sukaryanto
Nama Ibu : Chusnul Khotimah
Pekerjaan Ayah : Kontraktor
Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga

C. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Darul Ulum Bungurasih
2. SMP : SMP YPM 1 Taman
3. SMK : SMK Sepuluh Nopember
4. Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Surabaya, 12 Juli 2021



(Laiyusa Ananda Fitrianti)

KATA PENGANTAR

Segala puji saya panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan kelancaran sehingga skripsi ini dapat selesai pada tepat waktu. Skripsi yang berjudul “Hubungan *Self-Acceptance* dan Dukungan Sosial *Online* dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction* Pengguna Instagram pada Masa *Emerging Adulthood*”. Bimbingan dan dukungan saya terima dari berbagai pihak, oleh karena itu saya menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Suroso, MS., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan saran kepada saya hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Nindia Pratitis, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang selalu menyempatkan waktunya dengan sabra membimbing dan memberikan saran kepada saya hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Dra. Dwi Sarwindah Sukiati, MS., Psikolog selaku Dosen penguji dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Eko April Arianto, SPsi., MSi selaku Dosen pembimbing Akademik yang telah mendampingi saya selama proses perkuliahan.
7. Segenap dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mengajarkan banyak ilmu dan mendidik kami sehingga menjadi ilmuan psikologi yang bermanfaat.

8. Keluarga besar terutama bapak Sukaryanto, ibu Chusnul, ayah Wasis, kakak Siska dan kakak Nurul yang telah mendukung dan memberikan fasilitas dalam proses pembelajaran selama ini.
9. Keponakan Lolly, Kenzy dan Ardan yang menghibur saya di waktu lelah mengerjakan skripsi.
10. Obby yang menjadi tempat berbagi cerita senang maupun susah dalam proses pengerjaan skripsi ini.
11. Aninda dan Vidjay sahabat dari SMK yang setia mendukung dan mendengar keluh kesah saya setiap saat.
12. Sahabat saya Azizah, Fandy, Arthur, Sulthon dan Nabil yang bersedia meluangkan waktu untuk bertamasya bersama dan menghibur dikalah penat mengerjakan skripsi.
13. Sahabat dari semester satu Ana, Iis, Tasya, Zahro dan semua sahabat-sahabat lain yang telah menemani proses perkuliahan dari awal hingga saat ini.
14. Sahabat SMK Ahos, Felly, Insi, Puri, Thalita, Nadilla, Aida, Annisa, Alda, Rachel, Fadilah yang menemani hingga saat ini.
15. BEM Fakultas Psikologi tahun 2019 dan 2020 yang telah menjadi keluarga baru selama perkuliahan, diberikan kesempatan untuk bergabung bersama untuk membangun organisasi yang utuh serta mendapatkan banyak pengalaman selama berorganisasi.
16. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah berkontribusi dengan tulus dan ikhlas sehingga skripsi ini dapat selesai tepat waktu.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, peneliti selanjutnya dan Fakultas Psikologi dan Universitas 1945 Surabaya

Surabaya, 12 Juli 2021

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized initial 'L' followed by a series of loops and a long horizontal stroke.

(Laiyusa Ananda Fitrianti)

ABSTRAK

Hubungan *Self-Acceptance* Dan Dukungan Sosial *Online* Dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction* Pengguna Instagram Pada Masa *Emerging Adulthood*

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Laiyusa Ananda Fitrianti

Laiyusaa2@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self acceptance* dan dukungan social *online* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pengguna Instagram pada masa *emerging adulthood*. Penelitian ini dilakukan pada 117 pengguna Instagram dengan rentang usia 18-29 tahun. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil menunjukkan bahwa *self acceptance* dan dukungan social *online* memiliki hubungan yang sangat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa, pengguna Instagram pada masa *emerging adulthood* yang menjadi responden pada penelitian ini memiliki *self-acceptance* yang baik dan menerima dukungan social *online* yang tinggi dan memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* yang tinggi pula. Hal ini terlihat dari hasil uji analisis regresi berganda dengan bantuan SPSS versi 25.0 *for windows*, didapatkan hasil 0.356 dengan signifikansi $p=0.000$ ($p < 0.000$). Pada hubungan *self-acceptance* dengan *body dissatisfaction* didapatkan hasil tidak signifikan. Hal ini menunjukkan. Hal ini menunjukkan, tinggi rendahnya *self-acceptance* pada seseorang tidak memengaruhi *body dissatisfaction* yang didapatkan nilai korelasi regresi sebesar -0.262 dengan signifikansi $p=0.094$ ($p > 0.05$). Selain itu, pada hubungan dukungan social *online* dengan *body dissatisfaction* didapatkan hasil ada hubungan yang sangat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa, pengguna Instagram pada masa *emerging adulthood* memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* yang tinggi dan menerima dukungan social *online* yang sama tinggi dengan nilai korelasi regresi sebesar 1.148 dan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$).

Kata Kunci: *Body Dissatisfaction*; Dukungan Sosial *Online*; *Emerging Adulthood*; *Self Acceptance*.

ABSTRACT

The Relationship of Self-Acceptance and Online Social Support with the Tendency of Body Dissatisfaction of Instagram Users During Emerging Adulthood

Faculty of Psychology, University of 17 August 1945 Surabaya

Laiyusa Ananda Fitrianti

Laiyusaa2@gmail.com

This study aims to determine the relationship between self-acceptance and online social support with the tendency of body dissatisfaction of Instagram users in emerging adulthood. This study was conducted on 117 Instagram users with an age range of 18-29 years. Sampling using purposive sampling technique. The results show that self-acceptance and online social support have a very significant relationship. This shows that Instagram users in emerging adulthood who are respondents in this study have good self-acceptance and receive high online social support and have a high tendency of body dissatisfaction. This can be seen from the results of multiple regression analysis with the help of SPSS version 25.0 for windows, the results obtained are 0.356 with a significance of $p = 0.000$ ($p < 0.000$). In the relationship of self-acceptance with body dissatisfaction, the results were not significant. It shows. This shows that the level of self-acceptance in a person does not affect body dissatisfaction, the regression correlation value is -0.262 with a significance of $p = 0.094$ ($p > 0.05$). In addition, the relationship between online social support and body dissatisfaction showed that there was a very significant relationship. This shows that Instagram users in emerging adulthood have a high tendency of body dissatisfaction and receive the same high online social support with a regression correlation value of 1.148 and a significance of 0.000 ($p < 0.05$).

Keywords: *Body Dissatisfaction; Emerging Adulthood; Online Social Support; Self-Acceptance.*

DAFTAR ISI

Halaman Sampul.....	i
Halaman Judul	ii
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan.....	iii
Halaman Persetujuan Publikasi	iv
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	v
Halaman Persetujuan Tim Penguji	vi
Halaman Motto	vii
Halaman Persembahan	viii
Curriculum Vitae	ix
Kata Pengantar.....	x
Abstrak Bahasa Indonesia	xiii
Abstrak Bahasa Inggris.....	xiv
Daftar Isi	xv
Daftar Tabel.....	xviii
Daftar Gambar	xix
Daftar Lampiran	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG PERMASALAHAN	1
1. Latar Belakang Permasalahan.....	1
2. Perumusan Masalah	5
3. Penelitian Terdahulu	6
B. TUJUAN DAN MANFAAT	7
1. Tujuan Penelitian	7
2. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. <i>Emerging Adulthood</i>.....	9
1. Pengertian <i>Emerging Adulthood</i>	9
2. Ciri-ciri <i>Emerging Adulthood</i>	9
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Emerging Adulthood</i>	11
B. <i>Body Dissatisfaction</i>	12
1. Pengertian <i>Body Dissatisfaction</i>	12
2. Aspek-aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	13
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Dissatisfaction</i>	14

C.	<i>Self-Acceptance</i>	16
1.	Pengertian <i>Self-Acceptance</i>	16
2.	Aspek-aspek <i>Self-Acceptance</i>	17
3.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Acceptance</i>	19
D.	Dukungan Sosial <i>Online</i>	21
1.	Pengertian Dukungan Sosial <i>Online</i>	21
2.	Aspek-aspek Dukungan Sosial <i>Online</i>	22
3.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial <i>Online</i>	23
E.	Kerangka Berpikir	25
F.	Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN		28
A.	Populasi dan Sampel.....	28
1.	Populasi.....	28
2.	Sampel	28
B.	Desain Penelitian	28
1.	Jenis Penelitian	28
2.	Variabel Penelitian.....	29
C.	Instrumen Pengumpulan Data	29
1.	<i>Body Dissatisfaction</i>	29
a.	Definisi Operasional.....	29
b.	Pengembangan Alat Ukur	30
c.	Uji Alat Ukur.....	32
2.	<i>Self-Acceptance</i>	35
a.	Definisi Operasional.....	35
b.	Pengembangan Alat Ukur	35
c.	Uji Alat Ukur.....	36
3.	Dukungan Sosial <i>Online</i>	39
a.	Definisi Operasional.....	39
b.	Pengembangan Alat Ukur	39
c.	Uji Alat Ukur.....	40
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	42
1.	Uji Prasyarat.....	42
a.	Uji Normalitas	42
b.	Uji Linieritas	42
c.	Uji Multikolinieritas.....	43
d.	Uji Heteroskedastisitas.....	43

2. Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
A. Pelaksanaan Penelitian	45
B. Hasil Penelitian.....	45
C. Pembahasan	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Distribusi Aitem <i>Body Dissatisfaction</i>	31
Tabel 2. Skor Aitem Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	32
Tabel 3. Uji Validitas Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	33
Tabel 4. Uji Reliabilitas Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	34
Tabel 5. Blue Print Skala <i>Self-acceptance</i>	35
Tabel 6. Skor Aitem Skala <i>Self-acceptance</i>	36
Tabel 7. Uji Validitas Skala <i>Self-acceptance</i>	37
Tabel 8. Uji Reliabilitas Skala <i>Self-acceptance</i>	38
Tabel 9. Blue Print Skala Dukungan Sosial <i>Online</i>	40
Tabel 10. Skor Aitem Skala Dukungan Sosial <i>Online</i>	40
Tabel 11. Uji Validitas Skala Dukungn Sosial <i>Online</i>	41
Tabel 12. Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial <i>Online</i>	42
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas	42
Tabel 14. Hasil Uji Linieritas	43
Tabel 15. Uji Multikolinieritas	43
Tabel 16. Uji Heteroskedastisitas	44
Tabel 19. Hasil Uji Regresi Model Summary	45
Tabel 20. Hasil Uji Regresi Anova.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema hubungan antara variabel X1 dan X2 dengan Y29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Penelitian.....	58
Lampiran 2. Tabulasi Data Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	66
Lampiran 3. Data Skala <i>Self-Acceptance</i>	73
Lampiran 4. Data Tabulasi Skala Dukungan Sosial <i>Online</i>	80
Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala (Y) <i>Body Dissatisfaction</i> .	83
Lampiran 6. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala (X1) <i>Self-Acceptance</i>	89
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala (X2) Dukungan Sosial <i>Online</i>	92
Lampiran 8. Uji Normalitas.....	98
Lampiran 9. Uji Linieritas	104
Lampiran 10. Uji Multikolinieritas.....	109
Lampiran 11. Uji Heteroskedastisitas.....	111
Lampiran 12. Uji Analisis Regresi Berganda.....	118