

**HUBUNGAN SELF CONFIDENCE DAN HAPPINESS
DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA**

SKRIPSI

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



Oleh :

**SOFIA AGNA FIAMANI U.
NPM : 1511800244**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022

**HUBUNGAN SELF CONFIDENCE DAN HAPPINESS
DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA**

SKRIPSI



Oleh

**SOFIA AGNA FIAMANI U.
NPM : 1511800244**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2022**

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sofia Agna F.U
NPM : 1511800244
Program Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan *Self Confidence* dan *Happiness* dengan *Body Image* Pada Remaja” adalah benar merupakan karya saya sendiri dan tidak melakukan tindak plagiat dalam penyusunan skripsi tersebut. Adapun kutipan-kutipan yang ada dalam penyusunan skripsi ini telah saya cantumkan sumber pengutipannya dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebaik-baiknya.

Surabaya, 29 Juni 2022



Sofia Agna F.U
NPM:1511800244

TANDA PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

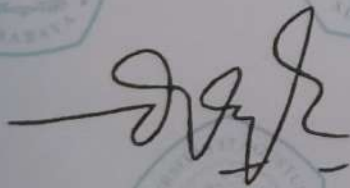
Nama : Sofia Agna F.U
NPM : 1511800244

Judul : "Hubungan *Self Confidence* dan *Happiness* dengan
Body Image Pada Remaja"

Surabaya, 9 Juli 2022

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing I



Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., MS

Dosen Pembimbing II



Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sofia Agna F.U
NBI/ NPM : 1511800244
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi/ Tesis/ Disertasi/ Laporan Penelitian/Praktek*

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

Hubungan Self Confidence dan Happiness dengan
Body Image pada Remaja

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 tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 07 Juli 2022

Yang Menyatakan,



Sofia Agna F.U

*Coret yang tidak perlu

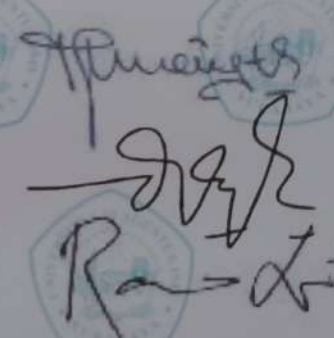
Halaman Persetujuan Tim Penguji

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
17 Agustus 1945 Surabaya Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat- Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal: 16 Juli 2022

Dewan Penguji:

1. Dra. Tatik Meiyuntariningsih, M.Kes,
2. Dr. Dyan Evita Santi, SPsi., MS
3. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog



Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan,



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si. Psikolog
NPP. 20510020552

**HUBUNGAN SELF CONFIDENCE DAN HAPPINESS
DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA**

SKRIPSI

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



**Oleh
SOFIA AGNA FIAMANI U.
NPM: 1511800244**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2022**

Halaman Motto

“One of the greatest regrets in life is being what others would want you to be, rather than being yourself.”

– Shannon L Alder

Halaman Persembahan

Skripsi ini saya persembahkan kepada keluarga dan segenap teman-teman yang tanpa dukungan dan kehadirannya, penulis akansangat kesulitan melewati tantangan penyelesaian tugas akhir ini dengan baik. Serta penulis mempersembahkan juga kepada diri sendiri yang telah bekerja keras dan bertahan hingga rampungnya penelitian ini.

CURRICULUM VITAE

DATA PRIBADI

Nama Lengkap : Sofia Agna F.U

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/Tanggal Lahir : Sidoarjo, 12 Juni 1999

Status : Belum Kawin

Alamat Rumah : Komplek Perumahan Musola Al Hidayah
Jl. Jaya Wardana No. 17 Puri, Kab. Mojokerto

Alamat Email : sofiaagna12@gmail.com

PENDIDIKAN FORMAL

1. S1 Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (2018-2022)
2. SMA Negeri 1 Puri Mojokerto (2015-2018)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan hidayah kepada penulis, sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan *Self Confidence* dan *Happiness* dengan *Body Image* Pada Remaja”, sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Dalam penelitian ini cukup banyak hambatan dan tantangan yang dihadapi penulis, namun berkat support dan bantuan dari berbagai pihak baik secara materi dan non materil sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Pada proses penyusunan skripsi, penulis menyampaikan ucapan hormat dan terima kasih kepada pihak-pihak yang sudah membantu, mengarahkan, membimbing, memberikan saran, dorongan, kritikan serta memberikan semangat dalam pelaksanaan penelitian ini. Oleh karena itu pada kesempatan ini saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI, selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Amherstia Pasca Rina, S.Psi.,M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi sarjana psikologi yang telah membimbing dan mengarahkan dalam proses pengerjaan skripsi.
4. Dr. Dyan Evita Santi, SPsi., MS selaku Pembimbing I dan Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog. selaku Pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu dalam membantu mengarahkan, membimbing, memberikan masukan dan memotivasi setiap proses penelitian hingga skripsi ini selesai.
5. Sayidah Auliaul Haque, M.Psi., Psikolog. selaku dosen wali yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran dalam memberikan arahan yang bermanfaat bagi penulis.
6. Seluruh dosen pengajar di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Terima kasih atas ilmu dan pengalaman berharga yang sangat bermanfaat bagi penulis selama masa perkuliahan.

HUBUNGAN SELF CONFIDENCE DAN HAPPINESS DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Sofia Agna Fiamani Ullah

Sofiaagna12@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara hubungan *self-confidence* dan *happiness* dengan *body image* pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk mencapai tujuan penelitian. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 16 tahun hingga 18 tahun yang berada di kota Mojokerto responden berjumlah 132 orang. Penelitian ini merupakan penelitian studi populasi. Alat ukur menggunakan skala *self-confidence* dan *happiness* serta menggunakan *The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire - Appearance Scales* untuk menguji *body image* pada remaja. Data penelitian dianalisis menggunakan uji analisis regresi linier berganda. Hasil perhitungan analisis data menunjukkan koefisien taraf signifikan $p = 0.001$ ($p < 0,05$), maka dapat diartikan bahwa *self-confidence* dengan *body image* saling berhubungan. Korelasi antara *happiness* dengan *body image* sebesar 0,290 dengan signifikansi 0.005 ($p < 0,05$) terdapat hubungan yang signifikan antara *self-confidence* dan *happiness* dengan *body image* pada remaja. Pada hasil ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi atau rendahnya *self-confidence* dan *happiness* yang diperoleh remaja maka berpengaruh pada *body image* yang dialami. Hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara *self-confidence* dan *happiness* dengan *body image* pada remaja diterima.

Kata Kunci: *Self Confidence, Happiness, Body Image, Remaja*

SELF CONFIDENCE AND HAPPINESS RELATIONSHIP WITH BODY IMAGE IN TEENAGERS

Faculty of Psychology, University of 17 August 1945 Surabaya

Sofia Agna Fiamani Ullah

Sofiaagna12@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-confidence and happiness with body image in teenagers. This study uses quantitative methods to achieve the research objectives. The research subjects used in this study were teenagers aged 16 to 18 years who were in the city of Mojokerto, the respondents found 132 people. This research is a population study research. The measuring instrument uses a self-confidence and happiness scale and uses The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire -Appearance Scales to test body image in teenagers. The research data were analyzed using multiple linear regression analysis. The results of data analysis showed a significant level coefficient $p = 0.001$ ($p < 0.05$), it can be interpreted that self-confidence and body image are interrelated. The correlation between happiness and body image is 0.290 with a significance of 0.005 ($p < 0.05$) there is a significant relationship between self-confidence and happiness with body image in teenagers. From these results it can be said that the higher the self-confidence and happiness obtained in teenagers, the effect on the body image experienced. The hypothesis that there is a relationship between self-confidence and happiness with body image in teenagers is accepted.

Keywords: Self Confidence, Happiness, Body Image, Teenagers

DAFTAR ISI

Bab 1 Pendahuluan.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	6
Bab II Tinjauan Pustaka.....	9
A. <i>Body Image</i>	9
1. Pengertian <i>Body Image</i>	9
2. Ciri-ciri <i>Body Image</i>	9
3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	11
4. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	12
B. <i>Self confidence</i>	14
1. Pengertian <i>Self confidence</i>	14
2. Ciri-ciri <i>Self confidence</i>	15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Confidence</i>	17
4. Aspek-Aspek <i>Self confidence</i>	18
C. <i>Happiness</i>	20
1. Pengertian <i>Happiness</i>	20
2. Ciri-Ciri <i>Happiness</i>	21
3. Aspek-Aspek <i>Happiness</i>	23
4. Faktor-Faktor <i>Happiness</i>	25
C. Kerangka Berpikir.....	27
BAB III.....	28
METODE PENELITIAN.....	28
A. Populasi dan Partisipan.....	28
B. Desain Penelitian.....	29
1. Skala <i>Body Image</i>	30
a. Definisi Operasional.....	30
b. Pengembangan Alat Ukur.....	31
c. Uji Alat Ukur.....	32
2. Skala <i>Self Confidence</i>	35
a. Definisi Operasional.....	35
b. Pengembangan Alat Ukur.....	35
c. Uji Alat Ukur.....	37
3. Skala <i>Happiness</i>	39
a. Definisi Operasional.....	39
b. Pengembangan Alat Ukur.....	39

c. Uji Alat Ukur.....	40
D. Uji Prasyarat Dan Analisis Data	43
A. Pelaksanaan Penelitian.....	46
B. Data Demografis	47
C. Hasil Uji Hipotesis.....	47
D. Pembahasan.....	54
BAB V.....	56
SIMPULAN DAN PENUTUP.....	56
A. Simpulan	56
B. Saran.....	57
daftar pustaka	59

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Skala	30
Tabel 3. 2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Body Image</i> sebelum uji coba.....	31
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Body Image</i>	33
Tabel 3. 4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Image</i> Setelah Uji Validasi	33
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas	34
Tabel 3. 6 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Confidence</i> sebelum uji coba	36
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Self Confidence</i>	37
Tabel 3. 8 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Confidence</i> setelah uji validasi.....	38
Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas	39
Tabel 3. 10 <i>Blueprint</i> Skala <i>Skala happiness</i>	40
Tabel 3. 11 Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Self Confidence</i>	41
Tabel 3. 12 <i>Blueprint</i> Skala <i>Skala happiness</i> setelah uji coba validasi	41
Tabel 3. 13 Hasil Uji Reliabilitas	42
Tabel 3. 14 Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogorov Smirnov	43
Tabel 3. 15 Hasil Uji Linear	43
Tabel 3. 16 Hasil Uji Multikolinieritas	44
Tabel 3. 17 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	45

Daftar Gambar

Gambar 18 diagram responden... ..	48
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabulasi Data	63
Lampiran 2 Blue print Skala <i>body image</i>	74
Lampiran 3 Blue print Skala <i>Self - Confidence</i>	79
Lampiran 4 Blue print Skala <i>happiness</i>	82
Lampiran 5 Skala Body Image	85
Lampiran 6 Skala <i>Self- Confidence</i>	87
Lampiran 7 Skala <i>Happiness</i>	89
Lampiran 8 Uji Validitas Skala <i>Body Image</i> Putaran	91
Lampiran 9 Uji Validitas Skala <i>Body Image</i> Putaran 2.....	92
Lampiran 10 Uji Validitas Skala <i>Body Image</i> Putaran 3	93
Lampiran 11 Uji Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> Putaran 1	94
Lampiran 12 Uji Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> Putaran 2	94
Lampiran 13 Uji Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> Putaran 3	94
Lampiran 14 Uji Validitas Skala <i>Self-Confidence</i> Putaran 1	95
Lampiran 15 Uji Validitas Skala <i>Self-Confidence</i> Putaran 2	96
Lampiran 16 Uji Reliabilitas Skala <i>Self-Confidence</i> Putaran1	97
Lampiran 17 Uji Reliabilitas Skala <i>Self-Confidence</i> Putaran2.....	97
Lampiran 18 Uji Validitas Skala <i>happiness</i> Putaran 1	97
Lampiran 19 Uji Validitas Skala <i>happiness</i> Putaran 2	98
Lampiran 20 Uji Reliabilitas Skala <i>happiness</i> Putaran1	100
Lampiran 21 Uji Reliabilitas Skala <i>happiness</i> Putaran2	100
Lampiran 22 Uji Normalitas.....	100
Lampiran 23 Uji Linearitas	101
Lampiran 24 Uji Multikolinieritas	101
Lampiran 25 Uji Multikolinieritas	102
Lampiran 26 Uji Heteroskedastisitas	102
Lampiran 27 <i>Descriptive Statistics</i>	102
Lampiran 28 Model Summary	103
Lampiran 29 Hasil Uji F.....	103
Lampiran 30 Hasil Uji t.....	103

