

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN KONSEP
DIRI DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC
DISORDER* PADA LAKI-LAKI PENGGUNA LAYANAN
*GYM***

SKRIPSI

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



Oleh :

ZAFIRA DWI MARETA

NBI : 1512000214

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN KONSEP
DIRI DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC
DISORDER* PADA LAKI-LAKI PENGGUNA LAYANAN
*GYM***

SKRIPSI

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



**Oleh:
ZAFIRA DWI MARETA
NBI: 1512000214**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN KONSEP
DIRI DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC
DISORDER* PADA LAKI-LAKI PENGGUNA LAYANAN
*GYM***

SKRIPSI

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



Oleh:

ZAFIRA DWI MARETA

NBI: 1512000214

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17-AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

15 Juli 2024



METERAI
TEMPEL

2C2B2ALX266285911

Zaura Dwi Mareta
NBI: 1512000214



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

**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 : Zafira Dwi Msreta
NBIatau NPM : 1512000214
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 Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

“Hubungan Antara Resiliensi Akademik dan *Mindfulness* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa”

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 :



Yang Menyatakan

Zafira Dwi Mareta

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Zafira Dwi Mareta

NBI : 1512000214

Judul : Hubungan Antara Perfeksionisme dan Konsep Diri dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Laki-laki Pengguna Layanan *Gym*

Surabaya, 7 Juli 2024

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



(Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi, M.Si)



(Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog)

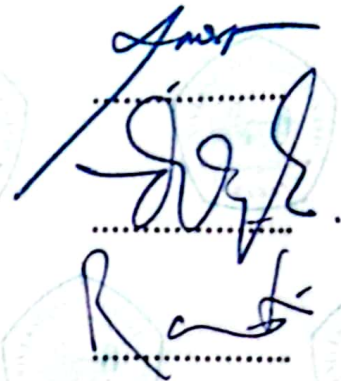
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**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**

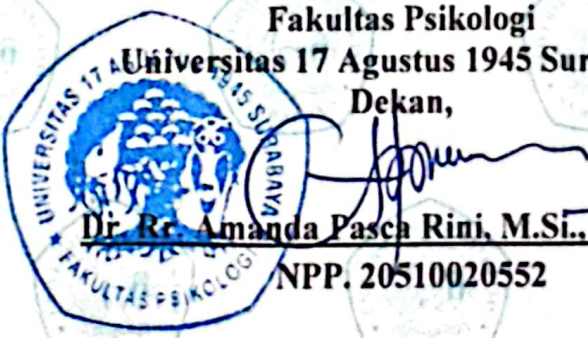
Pada Tanggal : 15 Juli 2024

Dewan Penguji :

- 1. Amherstia Pasca Rina, M.Psi., Psikolog**
- 2. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi, M.Si**
- 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**

HALAMAN MOTTO

*“Iso raiso halsu isseo.”
(Bisa tidak bisa, pasti bisa)*

-Anonymous, Day6's Fans

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas rahmat berkah yang diberikan, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan lancar. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan skripsi ini untuk orang-orang terkasih :

1. Kepada orang tua saya, yang sudah membantu saya dan menguatkan saya.
2. Kepada kakak dan seluruh anggota keluarga yang sudah memberi semangat kepada penulis.
3. Kepada orang terdekat dan teman-teman yang selalu memberikan dampak positif bagi kehidupan penulis.
4. Kepada almamater Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan atas kehadiran Allah SWT atas rahmat berkah-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan tepat waktu. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu dalam terselesaikannya skripsi ini, diantaranya:

1. Prof Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Suhadianto M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945. Dosen Pembimbing dua yang telah mendidik, memberikan waktu bimbingan, memberikan saran dan motivasi selama pengerjaan skripsi.
4. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Aliflia Ananta, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali saya yang telah memberi arahan dalam pengambilan mata kuliah selama perkuliahan.
6. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si dan Rahma Kusumandari M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I dan II yang telah mendidik, memberikan waktu bimbingan, memberikan saran dan motivasi selama pengerjaan skripsi.
7. Orang tua, yang telah senantiasa mendukung saya, dan memberikan motivasi kepada saya sehingga dapat menyelesaikan Skripsi saya.
8. Teman-teman penulis Audy, devina, dan dini, hanifa, nabila, zarha yang merupakan teman seperjuangan skripsi yang telah memberikan saya motivasi disaat penulis berada pada titik terendah.

Skripsi ini sebagai bukti bahwa penulis telah selesai menyelesaikan penulisan skripsi. Penulis menyadari, bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata sempurna baik segi penyusunan, bahasa, maupun penulisannya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pembaca guna menjadi acuan agar penulis bisa menjadi lebih baik lagi di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini bisa menambah wawasan bagi para pembaca dan bisa bermanfaat untuk perkembangan dan peningkatan ilmu pengetahuan. Sekian dan terima kasih.

Surabaya, 12 Juli 2024



Zafira Dwi

Mareta

CURRICULUM VITAE

Zafira Dwi Mareta

Surabaya, 19 Maret 2002 | maretazafira@gmail.com



PROFIL PERSONAL

Mahasiswa akhir Fakultas Psikologi yang saat ini sedang menyelesaikan tugas akhir sebagai syarat kelulusan. Memiliki pengalaman berorganisasi dan ikut serta dalam program kemanusiaan, mengikuti berbagai seminar yang berhubungan dengan psikologi dan aktif mengikuti course dan sertifikasi yang berhubungan dengan psikologi..

PENGALAMAN BERORGANISASI DAN PROGRAM PROYEK KEMANUSIAAN

MBKM PROYEK KEMANUSIAAN – BIRO PSIKOLOGI LESTARI

Pelatihan (27 Maret 2023 – 12 Juni 2023)

Biro psikologi Lestari merupakan biro jasa yang bergerak di bidang konseling, psikoterapi dan banyak lainnya. Aktivitas yang saya lakukan selama mengikuti ini :

- Membuat acara psikoedukasi di media sosial secara Live yang bekerja sama dengan Biro Psikologi Lestari
- Membantu kegiatan penilaian tes

ORGANISASI UKM ENGLISH LEARNING COMMUNITY CENTER (ELCC)

Anggota divisi Education Center dan Sekretaris Diklat 2022 (2021-2022)

ELCC merupakan sebuah wadah bagi mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 yang memiliki minat pada bahasa Inggris..

- Memberikan edukasi bahasa Inggris kepada anggota.
- Ikut serta dalam kegiatan workshop terbuka "Flash Class Workshop" sebagai PIC
- Ikut serta dalam kegiatan diklat anggota baru sebagai sekretaris

PENDIDIKAN

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Fakultas Psikologi

2020 – 2024

SMA Kemala Bhayangkari 1 Surabaya

2017 – 2020

KEMAMPUAN

Manajemen team, microsoft office, kemampuan komunikasi yang baik, pengaplikasian alat tes

HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN KONSEP DIRI DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA LAKI-LAKI PENGGUNA LAYANAN *GYM*

Zafira Dwi Mareta

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

maretazafira@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dan konsep diri dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada laki-laki pengguna layanan *Gym*. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan partisipan dalam penelitian ini menggunakan *Incidental sampling*. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 124 responden dengan kriteria berusia 18 – 30 tahun. Pengukuran perfeksionisme menggunakan modifikasi skala BTPS (*Big Three Personality Scale*) menjadi bahasa Indonesia berdasarkan skala perfeksionisme menurut Saklofske, dkk. Pengukuran data konsep diri menggunakan skala yang berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Carl Rogers. Selain itu, pengukuran data kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* didasarkan pada aspek teori yang dikemukakan oleh Phillips. Hasil analisis statistika hubungan variabel perfeksionisme dan *konsep diri* secara simultan terhadap kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* memperoleh nilai $F = 127,053$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan antara variabel bebas ke terikat yang signifikan antara perfeksionisme dan konsep diri dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*. Hasil uji parsial pada variabel perfeksionisme memperoleh nilai ($\beta = 0,633$; $T = 8,744$) dengan signifikansi $0,000$ yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara perfeksionisme dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* sehingga semakin tinggi sifat perfeksionisme, maka semakin tinggi kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* yang dimiliki. Sedangkan hasil uji parsial pada variabel konsep diri memperoleh nilai ($\beta = -0,205$; $T = -3,151$) dengan signifikansi $0,000$ yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan Antara konsep diri dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder*.

Kata kunci: *Body Dysmorphic Disorder*, *Gym*, Konsep Diri, Perfeksionisme

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM AND SELF-CONCEPT WITH BODY DYSMORPHIC TENDENCIES IN MALE GYM USER

Zafira Dwi Mareta

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

maretazafira@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between perfectionism and self-concept with the tendency of Body Dysmorphic Disorder in male users of Gym services. This research is a type of quantitative research using correlational quantitative methods. The technique of taking participants in this study used Incidental sampling. Participants in this study were 124 respondents with criteria aged 18-30 years. Perfectionism measurement uses a modified BTPS (Big Three Personality Scale) scale into Indonesian based on the perfectionism scale according to Saklofske, et al. Measurement of self-concept data uses a scale based on the theory put forward by Carl Rogers. In addition, the measurement of Body Dysmorphic Disorder tendency data is based on aspects of the theory put forward by Phillips. The results of statistical analysis of the relationship between perfectionism and self-concept variables simultaneously on the tendency of Body Dysmorphic Disorder obtained a value of $F = 127,053$ with a significance of $0.000 < 0.05$ which means that there is a significant relationship between the independent variables to the dependent between perfectionism and self-concept with the tendency of Body Dysmorphic Disorder. Partial test results on perfectionism variables obtained a value ($\beta = 0.633$; $T = 8.744$) with a significance of 0.000 which means there is a significant positive relationship between perfectionism and the tendency of Body Dysmorphic Disorder so that the higher the perfectionism, the higher the tendency of Body Dysmorphic Disorder owned. While the partial test results on the self-concept variable obtained a value ($\beta = -0.205$; $T = -3.151$) with a significance of 0.000 which means there is a significant negative relationship between self-concept and the tendency of Body Dysmorphic Disorder.

Keyword : *Body Dysmorphic Disorder, Gym, Perfectionism, Self-Concept*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
<i>CURRICULUM VITAE</i> <i>CURRICULUM VITAE</i>	x
ABSTRAK	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan masalah	5
B. Tujuan dan Manfaat	5
1. Tujuan Penelitian	5
2. Manfaat Penelitian	5
C. Keaslian Penelitian	6
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	9
1. Pengertian <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	9

2. Aspek <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	11
3. Indikator aspek <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	13
4. Faktor- faktor yang mempengaruhi <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	14
B. Perfeksionisme	16
1. Pengertian perfeksionisme	16
2. Aspek Perfeksionisme	17
c. Indikator Perfeksionisme	19
d. Faktor-faktor yang mempengaruhi perfeksionisme	20
C. Konsep Diri	22
1. Pengertian Konsep Diri	22
2. Aspek-aspek Konsep Diri	23
3. Indikator Konsep Diri	24
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Konsep Diri	25
D. Kerangka Berpikir	27
E. Hipotesis	29
BAB III	31
METODE PENELITIAN	31
A. Populasi dan Partisipan	31
1. Populasi	31
2. Partisipan	31
B. Desain Penelitian	31
C. Instrumen Pengumpulan Data	32
1. Skala Perfeksionisme	33
2. Skala Konsep diri	37
D. Uji Persyaratan dan Analisis Data	45
1. Uji Persyaratan	45
BAB IV	49
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil Penelitian	49

1. Pelaksanaan Penelitian	49
B. Analisis Data	49
A. Pembahasan	52
KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55
SKALA.....	97

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	27
------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skoring Skala	33
Tabel 2. Blue Print Skala Perfeksionisme skala Big Three Perfectionism Scale, Saklofske, dkk, 2016	34
Tabel 3 Hasil. Uji Validitas Variabel Perfeksionisme	35
Tabel 4 Temuan Validitas Aitem Perfeksionisme	36
Tabel 5 Temuan tes Reliabilitas Perfeksionisme	37
Tabel 6. Blue Print Skala Konsep Diri	38
Tabel 7 Hasil Uji Validitas Variabel Konsep Diri	39
Tabel 8 Temuan Uji Validitas Konsep Diri	40
Tabel 9 Temuan tes Reliabilitas Konsep Diri	41
Tabel 10. Blue Print Skala Kecenderungan Body Dysmorphoic Disorder	42
Tabel 11 Hasil Uji Validitas Variabel Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder	43
Tabel 12 Temuan Validitas Aitem Body Dysmorphic Disorder	44
Tabel 13 Temuan tes Reliabilitas Body Dysmorphic Disorder	45
Tabel 14 Hasil Uji Normalitas	46
Tabel 15 Hasil Uji Linieritas	46
Tabel 16 Hasil Uji Linieritas	46
Tabel 17 Hasil Uji Multikolinieritas	47
Tabel 18 Hasil Uji Heterokedastistitas	47
Tabel 19 Data distribusi frekuensi sampel berdasarkan usia	49
Tabel 20 Hasil Data Kategorisasi Penelitian	50
Tabel 21 Hasil uji analisis regresi berganda	50
Tabel 22 Hasil uji parsial Perfeksionisme dan Konsep diri terhadap kecenderungan BDD terhadap kecenderungan BDD	51

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Uji Validitas dan Realibnilitas Skala BDD Putaran 1	61
LAMPIRAN 2 Uji Validitas dan Realibnilitas Skala BDD Putaran 2 skala BDD....	80
LAMPIRAN 3 Uji Validitas dan Realibnilitas Skala <i>BDD</i> Putaran 3 Skala <i>BDD</i>	82
LAMPIRAN 4 Perfeksionisme Putaran 1.....	84
LAMPIRAN 5 Putaran 2 Skala Perfeksionisme.....	86
LAMPIRAN 6 Skala Konsep Diri Putaran 1.....	88
LAMPIRAN 7 Putaran 2 Skala Konsep diri.....	90
LAMPIRAN 8 Alat Ukur : Body Dysmorphic Disorder (phillips, 2009).....	98
LAMPIRAN 9 Alat ukur : Perfeksionisme (Modifikasi skala BIG Three Perfectionism,Saklofske, dkk, 2016).....	100
LAMPIRAN 10 Alat ukur : Konsep Diri.....	100
LAMPIRAN 11 Tabulasi Perfeksionisme	103
LAMPIRAN 12 Konsep Diri	111
LAMPIRAN 13 Tabulasi BDD.....	117