

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA AKHIR PUTRI  
PENGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :  
DIAJENG NISAK RAHMAWATI  
1511800023**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2025**

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA AKHIR PUTRI  
PENGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**DIAJENG NISAK RAHMAWATI**

**1511800023**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2025**

## **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.

Surabaya, 30 Juni 2025

Materai 10.000
-------------------

**Diajeng Nisak Rahmahwati**

1511800023



**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 : Diajeng Nisak Rahmawati

NBI/ NPM : 1511800023

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 *BODY IMAGE* KEPERCAYAAN DIRI PADA  
REMAJA AKHIR PUTRI PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM**

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 : 30 Juni 2025

Yang Menyatakan

Diajeng Nisak Rahmahwati

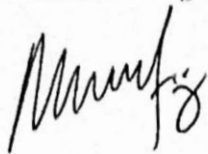
## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**NAMA** : Djujeng Nisak Rahmawati  
**NBI** : 1511800023  
**JUDUL** : Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Akhir Putri Pengguna Media Sosial Instagram

Surabaya, 30 – Juni – 2025

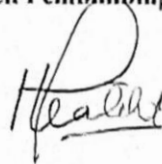
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



Dr. Mamang Efendy, S.Pd, M.Psi

Dosen Pembimbing II



Drs. Herlan Pratikto, M.Si, 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 : 30 Juni 2025**

**Dewan Penguji :**

1. **Dr. Suhardianto S.Psi., M.Psi., Psikologi** .....
2. **Dr. Mamang Efendy S.Pd., M.Psi** .....
3. **Drs. Herlan Pratikto, Msi.,Psikolog** .....

**Mengesahkan  
Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dekan,**

**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**

**NPP. 20510020552**

## **HALAMAN MOTTO**

**FOKUS, RILEKS, DAN SELESAIKAN**

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Bismillahirrahmanirrahim

Karya ini dipersambahkan untuk

Kedua orang tua yang selalu mendukung dan memberikan motivasi untuk saya bisa sampai pada posisis saat ini

Untuk kedua saudara saya yang selalu menyemangati saya dan memberikan support secara materi dan mental

Untuk teman teman dan sahabat saya terimakasih banyak sudah memberikan semangat dan dukungan

Selain itu terimakasih untuk kedua dosen pembimbing saya yang selalu memberikan masukan dan semangat untuk bisa menyelesaikan skripsi ini

Serta untuk saya sendiri terimakasih telah bertahan dan tidak menyerah pada tanggung jawab saat ini

## CURRICULUM VITAE

### A. IDENTITAS MAHASISWA

Nama : Diajeng Nisak Rahmahwati  
NPM : 1511800023  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Tempat Tanggal Lahir : Surabaya, 27 Agustus 2000  
Anak ke : 2 (Tiga)  
Status : Belum Kawin  
Agama : Islam  
Alamat : Jln Raya Rungkut Tengah NO 56c, Surabaya  
Email : [diajengnisa27@gmail.com](mailto:diajengnisa27@gmail.com)



### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

TK : TK Miftahul Ulum  
SD : SDN Rungkut Kidul III  
SMP : SMP Miftahul Ulum  
SMA : SMA Dharma Wanita  
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

### C. Riwayat Pekerjaan

- Manager Store Cafe Kopi Lain Hati 2019 – 2021
- Manager HRGA Distributor Elektronik Surabaya 2021 – 2025

### D. Riwayat Organisasi

2018 – 2020 aktif organisasi UKM KI

### E. Kemampuan

- Memiliki Problem Solving yang baik
- Mempunyai regulasi emosi yang baik
- Memiliki pemikiran yang kritis
- Mempunyai manajemen waktu yang baik
- Mampu mengoperasikan microsoft Word, Excel, Power Point

## KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas berkah dan kemudahan yang diberikan Allah SWT. Serta tidak lupa Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Skripsi yang telah penulis selesaikan ini untuk memenuhi prasyarat kelulusan S1 Sarjana Psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Naskah skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa arahan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih sebesar- besarnya, kepada:

1. Prof Dr. H Mulyanto Nugroho, MM, CMA., CPA, 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. Dr. Suhadianto, S.Psi., M.Psi selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
4. Dr. Mamang Efendy, S.Pd, M.Psi selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
5. Dr. Mamang Efendy, S.Pd, M.Psi yang selalu memberikan motivasi, dukungan, pendampingan, dan selalu sabar dalam pendampingan penyusunan skripsi ini hingga selesai
6. Drs. Herlan Pratikto, M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing akademik dan dosen pembimbing II yang selalu memberikan motivasi, dukungan, pendampingan, dan selalu sabar dalam pendampingan penyusunan skripsi ini hingga selesai
7. Para Dosen Program Studi Sarjana Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dengan penuh kesabaran dan keikhlasan sehingga menjadi pengetahuan penulis saat menyusun skripsi ini
8. Kepada kedua orang tua, ibu dan bapak yang sangat dicintai dan disayangi yang telah membantu secara dukungan, finansial, dan doa sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Serta kedua adik dan kakakku yang selalu memberikan masukan dan semangat yang diberikan.
10. Teman teman yang telah membantu kelancaran penelitian ini dimulai dari menyebarkan kuesioner serta bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini.
11. Teman – teman Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 terimakasih atas

bantuan dan dukungan juga kebaikannya

12. Untuk pasangan hidup M.H Sukhron Febrianto terimakasih atas support finansial dan selalu menyemangati dalam keadaan apapun.
13. Untuk Yunda, Resi, Rizki, Destin, Wisnu, Amel, Faiz, dan Resa terimakasih sudah menjadi teman yang baik bahkan memberikan motivasi untuk melanjutkan skripsi ini dengan baik.

Penulis menyadari bahwa masih jauh dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan dari penulis. Penulis berharap bahwa dengan skripsi ini dapat menjadi riset baru untuk menambah pengetahuan dan dapat menjadikan referensi bagi peneliti selanjutnya.

Surabaya, 30 Juni 2025

Diajeng Nisak Rahmahwati

# Hubungan Antara *Body Images* Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Akhir Putri Pengguna Media Sosial Instagram

Diajeng Nisak Rahmawati

[Diajengnisa27@gmail.com](mailto:Diajengnisa27@gmail.com)

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## ABSTRAK

Kepercayaan diri menggunakan sikap positif individu terhadap dirinya sendiri yang tercermin dan keyakinan akan kemampuan dan nilai diri. Sementara itu, *Body Image* merujuk pada persepsi, sikap, dan evaluasi individu terhadap bentuk dan penampilan fisiknya. Media sosial, khususnya instagram memiliki pengaruh besar pada remaja bagaimana memandang tubuh, sehingga berpotensi untuk mempengaruhi kepercayaan diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja akhir putri pengguna media sosial instagram. Subyek pada penelitian adalah remaja perempuan berusia 18 – 21 tahun yang menggunakan instagram berjumlah 105 orang. Teknik pengambilan sampling ini adalah teknik *purpose sampling* dengan desain penelitian kuantitatif. Pengujian hipotesis ini menggunakan uji korelasi *product moment* dan mendapatkan nilai sebesar 0,225 dengan signifikasi sebesar 0,221 ( $p > 0,05$ ) terbukti tidak terdapat korelasi antara *body image* (X) dengan kepercayaan diri (Y). Artinya hipotesis yang berbunyi adanya hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja akhir putri pengguna media sosial istagram diterima.

**Kata Kunci :** *Body Image*, kepercayaan Diri, Remaja

***THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGES AND SELF-CONFIDENCE  
IN FEMALE ADOLESCENTS USING INSTAGRAM SOCIAL MEDIA***

**Diajeng Nisak Rahmawati**

[Diajengnisa27@gmail.com](mailto:Diajengnisa27@gmail.com)

*Faculty of Psychology, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*

***ABSTRACT***

Self-confidence uses an individual's positive attitude towards themselves which is reflected and belief in their abilities and self-worth. Meanwhile, Body Image refers to an individual's perception, attitude, and evaluation of their physical shape and appearance. Social media, especially Instagram, has a big influence on how teenagers view their bodies, so it has the potential to affect self-confidence. The purpose of this study was to determine the relationship between body image and self-confidence in female adolescents using Instagram social media. The subjects in the study were 105 female adolescents aged 18-21 years who used Instagram. The sampling technique was a purpose sampling technique with a quantitative research design. This hypothesis test uses the product moment correlation test and gets a value of -0.225 with a significance of 0.221 ( $p > 0.05$ ) it is proven that there is no correlation between body image (X) and self-confidence (Y). This means that the hypothesis that states that there is a relationship between body image and self-confidence in late adolescent girls who use Instagram social media is accepted.

***Keywords:*** *Body Image, Self-confidence, Adolescents*

## DAFTAR ISI

<b>COVER.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN</b> <b>.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA</b> <b>ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN MOTTO.....</b>	<b>vii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>CURRICULUM VITAE .....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xvii</b>
<b>Daftar Lampiran .....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah .....	1
2. Rumusan Masalah Penelitian.....	9
B. Tujuan dan Manfaat.....	9
1. Tujuan Penelitian.....	9
2. Manfaat Penelitian.....	9
3. Keaslian Penelitian.....	10
<b>BAB II.....</b>	<b>13</b>
<b>KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>13</b>
A. Kepercayaan Diri.....	13
1. Pengertian Kepercayaan Diri .....	13
2. Aspek Kepercayaan Diri .....	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Variabel Kepercayaan Diri....	17
B. Body Image .....	20
1. Pengertian <i>Body Image</i> .....	20
2. Aspek Body Image.....	21

3. Faktor-faktor <i>Body Image</i> .....	24
C. Kerangka Berpikir .....	28
D. Hipotesis Penelitian .....	30
<b>BAB III .....</b>	<b>31</b>
<b>METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A. Populasi dan Partisipan.....	31
1. Populasi.....	31
2. Partisipan .....	31
B. Desain Penelitian .....	33
1. Jenis penelitian.....	33
2. Variabel Penelitian.....	33
C. Instrumen Pengumpul Data .....	33
1. Skala Kepercayaan Diri (Variabel Y) .....	33
2. Skala <i>Body Image</i> (Variabel X) .....	38
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	42
1. Uji Prasyarat .....	42
2. Analisis Data.....	43
<b>BAB IV .....</b>	<b>45</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>45</b>
A. Hasil Penelitian.....	45
B. Pembahasan .....	47
<b>BAB V .....</b>	<b>51</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>51</b>
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>53</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>57</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka berpikir.....	29
---------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 G*Power.....	32
Tabel 2 Skor Aitem Skala Kepercayaan Diri .....	34
Tabel 3 Blue print Sebaran Aitem Skala Kepercayaan Diri.....	35
Tabel 4 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Kepercayaan Diri.....	36
Tabel 5 Kriteria Uji Reliabilitas .....	37
Tabel 6 Kriteria Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri .....	37
Tabel 7 <i>Blue Print</i> Sebaran Aitem Skala <i>Body Image</i> .....	39
Tabel 8 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Variabel X .....	40
Tabel 9 Kriteria Uji Reabilitas .....	41
Tabel 10 Uji Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> .....	41
Tabel 11 Uji Normalitas .....	42
Tabel 12 Uji Linieritas .....	43
Tabel 13 Rekapitulasi Usia Responden.....	45
Tabel 14 Hasil Kategori Kepercayaan Diri .....	46
Tabel 15 Hasil Kategori <i>Body Image</i> .....	46
Tabel 16 Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment.....	47

## Daftar Lampiran

Lampiran 1 <i>Blue Print</i> Kepercayaan Diri.....	57
Lampiran 2 <i>Blue Print Body Image</i> .....	62
Lampiran 3 Skala Kepercayaan Diri .....	66
Lampiran 4 Skala Body Image.....	68
Lampiran 5 Tabulasi Kepercayaan Diri .....	70
Lampiran 6 Tabulasi <i>Body Image</i> .....	76
Lampiran 7 Uji Validitas dan Realibilitas Kepercayaan Diri Putaran 1.....	81
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Kepercayaan Diri Putaran 2.....	83
Lampiran 9 Hasil Uji Validitas dan Realibilitas <i>Body Image</i> Putaran 1 .....	85
Lampiran 10 Hasil Uji Validitas dan Realibilitas <i>Body Image</i> Putaran 2 .....	88
Lampiran 11 Uji Normalitas .....	88
Lampiran 12 Linearitas .....	89
Lampiran 13 Uji Kategori Kepercayaan Diri .....	90
Lampiran 14 Uji Kategori <i>Body Image</i> .....	90
Lampiran 15 Uji Korelasi Product Moment.....	91
Lampiran 16 Turnitin .....	92