

**HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DAN *BODY IMAGE* TERHADAP
KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh:

Zahra Solichatun

F100190086

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2023

**HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DAN *BODY IMAGE* TERHADAP
KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh:

ZAHRA SOLICHTATUN

F100190086

**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SURAKARTA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DAN
BODY IMAGE TERHADAP
KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA**

Oleh :

ZAHRA SOLICHATUN

F100190086

Telah disetujui untuk

dipertahankandidepan

Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



Achmad Dwitvanto, S.Psi. M.Si., Psikolog

NIK.NIDN: - / 609106802

Tanggal

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DAN *BODY IMAGE* TERHADAP
KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA**

Yang diajukan oleh :

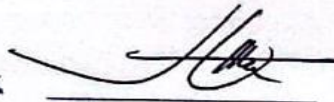
ZAHRA SOLICHATUN

F100190086

Penguji Pada tanggal 24 Mei 2023
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

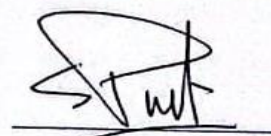
Ketua Sidang

Achmad Dwitvanto, S.Psi. M.Si., Psikolog



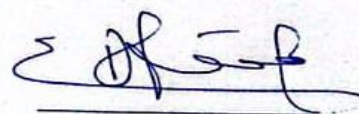
Penguji I

Setiyo Purwanto, S.Psi. M.Si., Psikolog



Penguji II

Dr. Daliman, S.U



Surakarta, 24 Mei 2023
Universitas Muhammadiyah Surakarta Fakultas Psikologi
Dekan,



Pratiwi Kurniawati, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIK.NIDN: 799/ 0629037401

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Zahra Solichatun

NIM : F100190086

Fakultas : Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : Hubungan *Self Esteem* dan *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini, sebelumnya belum pernah terdapat dalam karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengamatan serta pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dipergunakan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Surakarta, 24 Mei 2023

Yang Menyatakan


Zahra Solichatun

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(QS. Al Insyirah : 5)

“Dirimu yang sebenarnya adalah apa yang kamu lakukan di saat tiada orang yang melihatmu.”

-Ali bin Abi Thalib

“Jangan menjelaskan tentang dirimu kepada siapapun, karena yang menyukaimu tidak butuh itu. Dan yang membencimu tidak percaya itu.”

-Ali bin Abi Thalib

“Kesabaran itu ada dua macam: sabar atas sesuatu yang tidak kau ingin dan sabar menahan diri dari sesuatu yang kau ingini.”

-Ali bin Abi Thalib

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT atas segala nikmat, karunia, dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini sebagai syarat mendapatkan gelar sarjana di Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang yang telah memberi kemudahan, kekuatan, dan kelancaran dalam proses penyusunan skripsi.
2. Bapak Prof. Taufik Kasturi, S.Psi., M. Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Bapak Achmad Dwityanto, S.Psi, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing atas arahan, motivasi, nasihat serta diskusi-diskusi yang selalu menginspirasi.
4. Seluruh staff pengajar Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendidik, dan memberikan bekal ilmu pengetahuan demi terselesaikannya skripsi ini, serta segenap karyawan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta atas bantuan yang diberikan.
5. Orangtuaku tercinta, Mama dan Bapak, atas segala do'a dan dukungan yang tiada henti. Saudara-saudaraku, Mba Santi, Mas Feri, Mas Opik, Mba Tina, Dede Nurul, Bulik Rus, dan Om Dwi, yang telah memberikan do'a dan semangat kepada penulis.
6. Farrell Dewangga, yang tiada henti memberikan semangat, do'a, bantuan dalam suka dan duka, serta keceriaan yang selalu menghibur.
7. Teman seperbimbingan, Meidiana, Revi, Ayu, Wimpi, dan Dio yang selalu ada saat peneliti membutuhkan bantuan.
8. Teman terbaik penulis, Erika, Salsa, Eva, Shefa, Sakana, dan Mba Wafiq yang selalu memberikan do'a dan semangat dalam proses perjalanan skripsi ini.
9. Kepada diri penulis, terima kasih sudah kuat dan pantang menyerah sampai saat ini.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr Wb, puji syukur atas rahmat Allah SWT, berkat rahmat serta karunia-Nya sehingga skripsi dengan judul “Hubungan *Self Esteem* dan *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa” dapat terselesaikan dengan baik.

Penyusunan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar derajat Sarjana (S-1). Selain itu, penyusunan skripsi ini bertujuan menambah wawasan dan ilmu pengetahuan kepada pembaca tentang “Hubungan *Self Esteem* dan *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa”.

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada Bapak Achmad Dwityanto Oktaviansyah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi. Berkat bimbingan yang diberikan peneliti dapat menambah wawasan berkaitan dengan topik yang diteliti serta peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Peneliti juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan dan penulisan masih melakukan banyak kesalahan. Oleh karena itu penulis memohon maaf atas kesalahan dan ketidak sempurnaan yang pembaca temukan dalam skripsi ini. Peneliti juga mengharap adanya kritik serta saran dari pembaca apabila menemukan kesalahan dalam skripsi ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
Abstrak	xii
<i>Abstract</i>	xiii
PENDAHULUAN	1
METODE	11
HASIL	19
PEMBAHASAN	28
KESIMPULAN DAN SARAN.....	32
DAFTAR PUSTAKA	34
LAMPIRAN.....	37

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint Skala Kepercayaan Diri	14
Tabel 2. Blueprint Skala <i>Self Esteem</i>	15
Tabel 3. Blueprint Skala <i>Body Image</i>	16
Tabel 4. Demografi Subjek	19
Tabel 5. Uji Normalitas.....	20
Tabel 6. Uji Linearitas.....	20
Tabel 7. Uji Multikolinearitas	21
Tabel 8. Uji Hipotesis	22
Tabel 9. Uji Hipotesis	23
Tabel 10. Sumbangan Efektif.....	23
Tabel 11. Sumbangan Efektif Variabel <i>Self Esteem</i>	24
Tabel 12. Sumbangan Efektif Variabel <i>Body Image</i>	25
Tabel 13. Kategorisasi Variabel Kepercayaan Diri.....	25
Tabel 14. Kategorisasi Variabel <i>Self Esteem</i>	26
Tabel 15. Kategorisasi Variabel <i>Body Image</i>	27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Uji Heteroskedastisitas	22
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Blueprint dan Skala sebelum Validitas.....	37
Lampiran 2. Perhitungan Uji Validitas	46
Lampiran 3. Blueprint dan Skala sesudah Validitas	49
Lampiran 4. Perhitungan Uji Reliabilitas.....	56
Lampiran 5. Print Out Hasil Olah Data Uji Asumsi dan Uji Hipotesis	62
Lampiran 6. Kategorisasi Data Hasil Penelitian	76
Lampiran 7. <i>Informed Consent</i>	82
Lampiran 8. Bukti Fisik dan Bukti Analisis Data	83
Lampiran 9. Surat Bukti Uji Turnitin.....	84
Lampiran 10. Surat Ijin Penelitian	85
Lampiran 11. Surat Balasan Penelitian	86

HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DAN *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA

Zahra Solichatun¹⁾, Achmad Dwityanto, S.Psi, M.Si., Psikolog²⁾
f100190086@student.ums.ac.id¹⁾, ado125@ums.ac.id²⁾
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Kepercayaan diri adalah kemampuan untuk meyakinkan diri sendiri, yang menjadi peran penting dalam kehidupan setiap orang. Namun, masih banyak yang memiliki tingkat percaya diri rendah, terutama pada mahasiswa. Ini dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti *self esteem* dan *body image*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self esteem*, *body image* dan kepercayaan diri mahasiswa serta pengaruh dari masing-masing variabel. Hipotesis penelitian yaitu ada hubungan yang signifikan antara *self esteem* dan *body image* dengan kepercayaan diri, ada hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dengan kepercayaan diri, dan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dan kepercayaan diri. Sampel penelitian mahasiswa psikologi aktif Universitas Muhammadiyah Surakarta tahun 2019-2022 dan dipilih dengan metode *purposive sampling*. Pendekatan yang digunakan adalah korelasi kuantitatif dengan menggunakan tiga skala kepercayaan diri, *self esteem* dan *body image*. Analisis data menggunakan regresi linier berganda dengan hasil $F=114,695$, $p=0,00$ ($p<0,01$) dan koefisien (R) sebesar 0,780 dengan R -square sebesar 0,608 yang menunjukkan adanya korelasi yang sangat signifikan antara *self esteem* dan *body image* terhadap kepercayaan diri, dengan *self esteem* dan *body image* mempengaruhi kepercayaan diri sebesar 60,8%. Hasil penelitian menunjukkan $r=0.766$ $p=0.000$ ($p<0.01$), artinya ada korelasi positif yang sangat signifikan antara *self esteem* dengan kepercayaan diri, dan $r=0.571$ $p=0.000$ ($p<0.01$), artinya ada korelasi positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hasil ini diharapkan dapat mendorong perguruan tinggi, teman dan mahasiswa untuk selalu meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa dengan baik.

Kata kunci: *body image*, kepercayaan diri, mahasiswa, *self esteem*

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF ESTEEM AND BODY IMAGE ON
STUDENTS' SELF CONFIDENCE**

Zahra Solichatun¹⁾, Achmad Dwityanto, S.Psi, M.Si., Psikolog²⁾
f100190086@student.ums.ac.id¹⁾, ado125@ums.ac.id²⁾
Faculty of Psychology Muhammadiyah University of Surakarta

Abstract

Confidence is the ability to convince yourself, which plays an important role in everyone's life. However, there are still many who have low self-esteem, especially students. This is influenced by factors such as self esteem and body image. The purpose of this research is to find out the relationship between self-esteem, body image and student self confidence and the influence of each variable. The research hypothesis is that there is a significant relationship between self esteem and body image with self confidence, there is a significant positive relationship between self-esteem and self confidence, and there is a significant positive relationship between body image and self confidence. The research sample was active psychology students at the Muhammadiyah University of Surakarta in 2019-2022 and was selected using the purposive sampling method. The approach used is quantitative correlation by using three scales of self confidence, self esteem and body image. Data analysis used multiple linear regression with the results $F = 114.695$, $p = 0.00$ ($p < 0.01$) and a coefficient (R) of 0.780 with an R-square of 0.608 which indicates a very significant correlation between self esteem and body image on self confidence, with self esteem and body image influencing self-confidence by 60.8%. The results showed $r = 0.766$ $p = 0.000$ ($p < 0.01$), meaning that there is a very significant positive correlation between self esteem and self confidence, and $r = 0.571$ $p = 0.000$ ($p < 0.01$), meaning that there is a positive correlation very significant between body image and self confidence. These results are expected to encourage universities, friends and students to always improve student self confidence properly.

Keywords: body image, college students, self confidence, self esteem