

**CITRA TUBUH DAN *SELF-ACCEPTANCE*
DENGAN KECENDERUNGAN *BODY*
DYSMORPHIC DISORDER PADA REMAJA
PEREMPUAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh:

WIDIAWATI

41183507220043

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS ISLAM 45

BEKASI

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Citra Tubuh dan *Self-Acceptance* dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Remaja Perempuan

Penyusun : Widiawati

NPM : 41183507220043

Bekasi , 29 Juni 2026

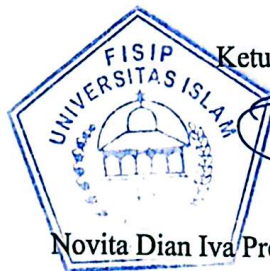
Menyetujui :

Pembimbing,



Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Mengetahui:



Ketua Program Studi,

Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN

Citra Tubuh dan *Self-Acceptance* dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Remaja Perempuan

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Widiawati

41183507220043



Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

Pada tanggal: 29 Juni 2026

Dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

Di Universitas Islam 45 Bekasi

Pada tanggal: 29 Juni 2026

Dewan Penguji :

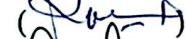
Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

Sekretaris : Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

Anggota : 1. Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.

()

: 2. Lucky Purwantini, S.Psi., M.A.

()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Widiawati
NPM : 41183507220043
Judul Skripsi : Citra Tubuh dan *Self-Acceptance* dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Remaja Perempuan



Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau pustaka), baik di Universitas Islam 45 Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis terbebas dari:
 - a. *Fabrikasi*, yaitu pustaka membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 29 Juni 2026
Yang membuat pernyataan



Widiawati
41183507220043

CITRA TUBUH DAN *SELF-ACCEPTANCE* DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA REMAJA PEREMPUAN

Widiawati (widiawattii34@gmail.com)

Alfiana Indah Muslimah (alfianaherawan@gmail.com)

Universitas Islam 45 Bekasi

ABSTRACT

Adolescence is a developmental period vulnerable to appearance dissatisfaction, which may increase the tendency toward body dysmorphic disorder (BDD). Body image and self-acceptance are considered important factors associated with lower BDD tendencies. This study aimed to examine the relationship between body image and self-acceptance with the tendency toward body dysmorphic disorder among female adolescents. This study employed a quantitative correlational design. Participants were 172 female adolescents aged 15–18 years selected through cluster sampling. Data were collected using the Body Image Scale (30 items; validity = 0.271–0.688; reliability α = 0.864), Self-Acceptance Scale (22 items; validity = 0.302–0.563; reliability α = 0.822), and Body Dysmorphic Disorder Tendency Scale (12 items; validity = 0.311–0.690; reliability α = 0.786). Data were analyzed using Spearman Rank correlation because the data were not normally distributed. The results showed a significant negative relationship between body image and the tendency toward body dysmorphic disorder (r = -0.691; p < 0.001), and a significant negative relationship between self-acceptance and the tendency toward body dysmorphic disorder (r = -0.639; p < 0.001). Therefore, the research hypotheses were accepted and the null hypotheses were rejected. Higher body image and self-acceptance were associated with lower tendencies toward body dysmorphic disorder among female adolescents.

Keywords: *body image, self-acceptance, body dysmorphic disorder, female adolescents.*

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode yang rentan terhadap munculnya ketidakpuasan terhadap penampilan fisik yang dapat meningkatkan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD). Citra tubuh dan *self-acceptance* dipandang sebagai faktor yang berperan dalam menurunkan kecenderungan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan *self-acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja perempuan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 172 remaja perempuan berusia 15–18 tahun yang dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*. Data dikumpulkan menggunakan Skala Citra Tubuh (30 aitem; validitas 0,271–0,688; reliabilitas α = 0,864), Skala *Self-Acceptance* (22 aitem; validitas 0,302–0,563; reliabilitas α = 0,822), dan Skala Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (12 aitem; validitas 0,311–0,690; reliabilitas α = 0,786). Analisis data menggunakan korelasi Spearman Rank karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara citra tubuh dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (r = -0,691; p < 0,001) serta hubungan negatif yang signifikan antara *self-acceptance* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (r = -0,639; p < 0,001). Hipotesis penelitian diterima dan hipotesis nol ditolak. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin positif citra tubuh dan semakin tinggi *self-acceptance*, maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja perempuan.

Kata Kunci: citra tubuh, *self-acceptance*, *body dysmorphic disorder*, remaja perempuan.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena dengan nikmat, rahmat serta pertolongannya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi yang berjudul “Citra Tubuh dan *Self-Acceptance* dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* pada Remaja Perempuan” disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa terdapat berbagai tantangan dan hambatan yang dihadapi. Namun, berkat doa, dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyusunan skripsi ini, yaitu:

1. Ibu Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, saran, serta ilmu yang sangat berharga kepada penulis. Terima kasih atas kesabaran, pengertian, dukungan, dan motivasi yang diberikan selama proses penyusunan skripsi hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Bapak dan Ibu dewan penguji beserta gelar akademiknya, yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan kritik, saran, serta masukan yang membangun kepada penulis. Terima kasih atas arahan dan ilmu yang diberikan sehingga penulis dapat memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini dengan lebih baik.
3. Ibu Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan arahan serta dukungan akademik selama masa studi.
4. Ibu Novita Dian Iva P, S.Psi., M.Psi, Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi, yang telah memberikan arahan serta dukungan dalam proses masa akhir studi.
5. Bapak Drs, Yanto Supriyatno, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, yang telah memberikan izin dan fasilitas yang diperlukan dalam proses penyusunan skripsi.
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu, nasihat serta inspirasi selama masa studi.
7. Siswi kelas X dan XI jurusan DKV, TAV, TKJ yang telah bersedia membantu dan berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

8. Kepala sekolah dan Bapak/Ibu Guru SMK Bina Karya Mandiri, yang telah memberikan izin dan bersedia membantu proses penelitian.
9. Papa dan Mama yang selalu mengusahakan, memberikan dukungan, doa, pengertian serta perhatian dan menjadi alasan penulis untuk terus melangkah sebagai salah satu jalan untuk membahagiakan yang sampai saat ini penulis masih terus usahakan. Terima kasih atas segala perjuangan serta pengorbanan papa dan mama yang selalu berusaha untuk memberikan yang terbaik.
10. Adiku, terima kasih telah hadir sehingga menjadi alasan penulis untuk selalu berusaha menjadi lebih baik dan berusaha memberikan yang terbaik.
11. Azzahra Meita dan Choirun Nisa, terima kasih atas dukungan serta bantuan selama proses penyusunan skripsi ini dan telah bersedia untuk selalu ada di masa-masa akhir studi ini, menjadi tempat berkeluh kesah dan bercerita banyak hal, serta membantu menguatkan dan memberikan kepercayaan kepada penulis untuk mampu menyelesaikan skripsi ini.
12. Nazwa Syifa, Nabillah Azzahra, Farah Adhiyah, terima kasih atas bantuan tenaga serta ruang yang senantiasa tersedia ketika penulis membutuhkan.
13. Semua pihak yang telah membantu memberikan waktu, tenaga serta dukungan sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini.
14. Kepada penulis sendiri, terima kasih telah percaya dan mampu untuk melewati semuanya, walaupun terkadang terdapat ketakutan serta keraguan dalam diri tetapi langkah demi langkah dan waktu demi waktu mampu terlewati.

Bekasi, 9 Juni 2026

Widiawati

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kajian Pustaka	11
1. <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	11
a. Definisi <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	11
b. Aspek <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	12
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	13
d. <i>Body Dysmorphic Disorder</i> Menurut DSM-5-TR	14
e. Penelitian Sebelumnya Mengenai Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	16
2. Citra Tubuh	18
a. Definisi Citra Tubuh	18
b. Aspek Citra Tubuh	19
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh	20
d. Komponen Citra Tubuh	22
e. Penelitian Sebelumnya Mengenai Citra Tubuh	23
3. <i>Self-Acceptance</i>	24
a. Definisi <i>Self-Acceptance</i>	24
b. Aspek <i>Self-Acceptance</i>	25
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Acceptance</i>	26
d. Ciri-ciri <i>Self-Acceptance</i>	28
e. Penelitian Sebelumnya Mengenai <i>Self-Acceptance</i>	29
4. Remaja	30

a. Definisi Remaja.....	30
b. Tahap Perkembangan Remaja	31
c. Penelitian Sebelumnya Mengenai Remaja.....	32
B. Kerangka Berpikir.....	32
C. Hipotesis.....	34
D. Orisinalitas dan Perbedaan dengan Penelitian Selanjutnya	35
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Desain Penelitian	41
B. Identifikasi dan Operasional Variabel	42
1. Identifikasi Variabel.....	42
2. Definisi Konseptual	42
3. Definisi Operasional	43
C. Subjek, Tempat, & Waktu Penelitian	44
1. Subjek Penelitian	44
2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	46
3. Tempat dan Waktu Penelitian	47
D. Teknik Pengumpulan Data	48
1. Wawancara	48
2. Skala Psikologi	49
E. Teknik Analisis Data	66
F. Etika Penelitian.....	72
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI	77
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	77
B. Deskripsi Demografis Subjek Penelitian.....	79
C. Deskripsi Variabel Penelitian.....	81
D. Hasil Penelitian.....	83
E. Diskusi	86
F. Keterbatasan Penelitian.....	94
BAB V PENUTUP	97
A. Simpulan	97
B. Saran	97
DAFTAR PUSTAKA	101

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Pre-eliminary Body Dysmorphic Disorder	2
Tabel 2. Hasil Pre-eliminary Citra Tubuh	4
Tabel 3. Hasil Pre-eliminary Self-Acceptance	5
Tabel 4. Orisinalitas Penelitian.....	36
Tabel 5. Waktu dan Tempat Penelitian.....	47
Tabel 6. Skala Likert Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder	52
Tabel 7. Blue Print Skala Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder	52
Tabel 8. Skala Likert Citra Tubuh	53
Tabel 9. Blue Print Citra Tubuh	53
Tabel 10. Skala Likert Self-Acceptance	54
Tabel 11. Blue Print Self-Acceptance.....	54
Tabel 12. Rumus Aiken's V	56
Tabel 13. Hasil Aikens'V	57
Tabel 14. Nilai Indeks Daya Diskriminasi Aitem.....	58
Tabel 15. Hasil Diskriminasi Aitem	58
Tabel 16. Hasil Diskriminasi Aitem	60
Tabel 17. Hasil Diskriminasi Aitem	61
Tabel 18. Hasil Validitas Konstruk Skala Kecenderungan <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	63
Tabel 19. Hasil Validitas Konstruk Skala Citra Tubuh	63
Tabel 20. Hasil Validitas Konstruk Skala Self-Acceptance	64
Tabel 21. Kategori Koefisien Reliabilitas Cronbach Alpha	66
Tabel 22. Hasil Reliabilitas	66
Tabel 23. Rumus Kategorisasi Analisis Deskriptif	67
Tabel 24. Kategorisasi Analisis Deskriptif.....	67
Tabel 25. Hasil Uji Nromalitas.....	68
Tabel 26. Hasil Uji Linearitas	69
Tabel 27. Interpretasi koefisien korelasi	71
Tabel 28. Tabel Deskripsi Demografis Berdasarkan Usia.....	79
Tabel 29. Tabel Deskripsi Demografis Berdasarkan Kelas.....	79
Tabel 30. Tabel Deskripsi Demografis Berdasarkan Jurusan.....	80
Tabel 31. Deskripsi Variabel Penelitian	82
Tabel 32. Hasil Uji Korelasi Rank Spearman Citra Tubuh Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder	83
Tabel 33. Hasil Uji Korelasi Rank Spearman Self-Acceptance Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder	84
Tabel 34. Hasil Uji Regresi Linear Berganda Citra Tubuh dan Self-Acceptance Terhadap Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	34
-----------------------------------	----

Lampiran 1. Hasil Turnitin

SKRIPSI_Turnitin			
ORIGINALITY REPORT			
11%	10%	5%	4%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	journals.upi-yai.ac.id Internet Source	4%	
2	jurnal.untag-sby.ac.id Internet Source	2%	
3	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1%	
4	repository.upi.edu Internet Source	1%	
5	www.researchgate.net Internet Source	1%	
6	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia Student Paper	1%	
7	eprints.ums.ac.id Internet Source	1%	
8	repository.unissula.ac.id Internet Source	1%	
9	es.scribd.com Internet Source	1%	