

**HUBUNGAN ANTARA *BODY SHAMING* DAN CITRA DIRI DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA SISWA SMA MADALAHAYU 304**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam Bidang Psikologi**



**Ditulis oleh**  
Andian Asti Nurlela  
41183507190079

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL & ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS ISLAH "45"  
BEKASI  
2024**

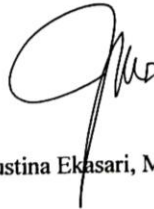
## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan antara *Body Shaming* dan Citra Diri dengan  
Kecemasan Sosial pada siswa SMA Mandalahayu 304  
Penyusun : Andian Asti Nurlela  
NPM : 41183507190079

Bekasi, 16 Januari 2024

Menyetujui :

Pembimbing,



Dr. Agustina Ekasari, M.psi., Psikolog

Mengetahui:



Novita Dian Iva P., M.Psi

**HALAMAN PENGESAHAN**

Hubungan antara *Body Shaming* dan Citra Diri dengan Kecemasan Sosial pada siswa SMA Mandalahayu 304



Dipersiapkan dan disusun oleh:

Andian Asti Nurlela

41183507190079

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

Pada tanggal: 16 Januari 2024

Dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

Di Universitas Islam "45" Bekasi

Pada tanggal, 16 Januari 2024

Dewan Penguji

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi., Psikolog (.....)

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, SKM., M.Si (.....)

Anggota : 1. Magdalena Hanoum, M.Psi., Psikolog (.....)

2. Alfiana Indah Muslimah, M.Psi., Psikolog (.....)

### PERNYATAAN KEASLIAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Andian Asti Nurlela

NPM : 41183507190079

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Shaming* dan Citra Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa SMA Mandalahayu 304

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, atau doktor), 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 ini terbebas dari:
  - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan 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 perubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (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 dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam "45" Bekasi.

Bekasi, 16 Januari 2024  
Yang Membuat Pernyataan,



Andian Asti Nurlela  
41183507190079

## RIWAYAT HIDUP

### A. Data Diri

1. Nama : Andian Asti Nurlela
2. Tempat, Tanggal Lahir : Wonogiri, 10 Oktober 2000
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Alamat : Komplek Depsos Blok 1 No.29 RT 002 / RW 021, Margahayu, Bekasi Timur, Jawa Barat, 17113.
5. Nomor Telepon : 0811-9910-229
6. Email : [andianasti@gmail.com](mailto:andianasti@gmail.com)
7. Nama Orang Tua
  - a. Nama Ayah : Rastim
  - b. Nama Ibu : Sriyanti

### B. Riwayat Pendidikan

No	Pendidikan	Nama Lembaga	Tahun
1.	Taman Kanak-Kanak (TK)	Taman Kanak-Kanak Kurnia III Bekasi Timur	2006-2007
2.	Sekolah Dasar (SD)	SDN Margahayu XIII Bekasi Timur	2007-2013
3.	Sekolah Menengah Pertama (SMP)	SMP IT YPI 45 Bekasi	2013-2016
4.	Sekolah Menengah Atas (SMA)	SMA Mandalahayu 304 Bekasi	2016-2019
5.	Perguruan Tinggi	Universitas Islam "45" Bekasi	2019-2023

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

“Sesuatu yang tidak dipertaruhkan, tidak akan dimenangkan”

-Sutan Sjahrir-

Karya tulis ilmiah ini dipersembahkan untuk diri saya sendiri, Orang tua saya yang saya sayangi & Sahabat serta teman-teman mahasiswa/i Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi

## KATA PENGANTAR

Segala puji kepada Allah Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya yaitu “**Hubungan Antara *Body Shaming* Dan Citra Diri Terhadap Kecemasan Sosial di SMA Mandalahayu 304**”

Terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari berbagai pihak yang telah mendorong dan membimbing penulis baik ide atau gagasan, waktu maupun tenaga. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.psi. selaku dosen pembimbing yang telah bersedia menyediakan waktu, tenaga serta pikiran untuk membimbing penulis serta memberikan masukan, saran, arahan dan berbagi ilmu dari mulai penyusunan seminar proposal sampai dengan skripsi.
2. Seluruh Tim Dosen Penguji diantaranya Ratna Duhita Pramintari, S.KM., M.Si, Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Novita Dian Iva, S.Psi., M.Psi, dan Lucky Purwantini, S.Psi., M.A.
3. Ibu Novita Dian Iva P, S.Psi., M.Psi, Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi yang memberikan dukungan dan pengetahuan yang berguna bagi penulis.
4. Bapak Drs. Yanto Suprianto, M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam “45” Bekasi.
5. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi yang telah banyak memberikan pelajaran kepada penulis, baik dalam hal akademis maupun dalam hal kehidupan.
6. Terima kasih kepada Orang Tua saya yang telah memberikan dukungan serta doa.
7. Terima kasih kepada rekan-rekan perkuliahan, teman-teman rumah saya terutama Dwyta, lalu kepada sepupu saya Ayu, Tika, dan kepada Oscahr yang telah *mensupport* selama saya mengerjakan skripsi.
8. Terima kasih kepada seluruh responden penelitian yang telah bersedia membantu meluangkan waktunya dalam pengambilan data penelitian ini.

Wassalamu’alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Bekasi, Januari 2024

Andian Asti Nurlela

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN .....	
HALAMAN PENGESAHAN .....	
KATA PENGANTAR .....	
DAFTAR GAMBAR .....	
GAMBAR TABEL .....	
DAFTAR LAMPIRAN .....	
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	9
A. Kajian Pustaka .....	9
1. Kecemasan Sosial .....	9
2. <i>Body Shaming</i> .....	12
3. Citra Diri .....	16
B. Kerangka berpikir .....	20
C. Hipotesis .....	22
D. Orsinalitas Penelitian Yang Akan Dilakukan .....	23
BAB III METODE PENELITIAN .....	27
A. Desain Penelitian .....	27
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel .....	27
1. Identifikasi Variabel .....	27
2. Definisi Konseptual .....	28
3. Definisi Operasional .....	29
C. Subjek, Tempat, Waktu Penelitian .....	30
1. Subjek penelitian .....	30
2. Tempat & Waktu Penelitian .....	31
D. Teknik Pengumpulan Data .....	32
E. Instrumen Pengukuran .....	35
F. Teknik Analisi Data .....	42
G. Jadwal Penelitian .....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	49
A. Gambaran umum lokasi dan penelitian .....	49
B. Deskripsi Subjek Penelitian .....	50
C. Deskripsi variabel penelitian .....	50
D. Hasil penelitian .....	51
1. Hipotesis Pertama .....	51
2. Hipotesis kedua .....	52
E. Pembahasan .....	53
BAB V PENUTUP .....	59
A. Simpulan .....	59
B. Saran .....	59
DAFTAR PUSTAKA .....	61
LAMPIRAN .....	65



## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1.1 Diagram Hasil preliminary kecemasan sosial .....	6
Gambar 1.2 Kerangka Berpikir .....	21

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tempat Dan Waktu Penelitian .....	31
Tabel 3. 2 Instrumen Pengukuran Kecemasan Sosial .....	33
Tabel 3. 3 Instrumen Pengukuran Body Shaming .....	34
Tabel 3. 4 Intrumen Pengukuran Citra Diri .....	35
Tabel 3. 5 Sesudah Uji Coba Aitem Kecemasan Sosial .....	38
Tabel 3. 6 Sesudah Uhi Coba Aitem Body Shaming .....	39
Tabel 3. 7 Sesudah Uji Coba Aitem Citra Diri .....	40
Tabel 3. 8 <i>Skala Likert</i> .....	41
Tabel 3. 9 Hasil Uji Normalitas .....	42
Tabel 3. 10 Hasil Uji Linearitas .....	42
Tabel 3. 11 Koefisien Korelasi .....	44
Tabel 3. 12 Jadwal Penelitian .....	45
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek Penelitian .....	50
Tabel 4. 2 Deskripsi Variabel Penelitian .....	50
Tabel 4. 3 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana <i>Body Shaming</i> Terhadap Kecemasan .	52
Tabel 4. 4 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Citra Diri Terhadap .....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Panduan Wawancara .....	63
Lampiran 2 Hasil Panduan Wawancara/Verbatim .....	65
Lampiran 3 Laporan Wawancara.....	71
Lampiran 4 Rancangan Instrument Penelitian .....	104
Lampiran 5 Hasil Expert Judgement .....	113
Lampiran 6 Hasil Uji Coba Instrumen Penelitian.....	135
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	141
Lampiran 8 Hasil Uji Deskriptif .....	153
Lampiran 9 Hasil Uji Asumsi.....	155
Lampiran 10 Hasil Uji Hipotesis .....	157
Lampiran 11 Pengecekan Plagiarisme/Turnitin .....	159
Lampiran 12 Surat-surat.....	160
Lampiran 13 Dokumentasi.....	163

## RINGKASAN

Kecemasan sosial pada remaja disebabkan karena rasa tidak percaya diri pada remaja yang membuat rasa kurang yakin dalam menilai dirinya sendiri. Munculnya rasa cemas akibat rasa tidak percaya diri pada remaja ini berkaitan dengan penerimaan lingkungan sosial di sekitar remaja itu sendiri. *Body shaming* menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan rasa cemas. Remaja yang kerap merasa cemas dan tidak percaya diri biasanya pernah menerima perlakuan *body shaming* dari lingkungan sosial disekitarnya. Selain *body shaming*, kecemasan sosial juga dipengaruhi oleh citra diri yang rendah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body shaming* dan citra diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Mandalahayu 304 Bekasi.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, subjek penelitian ini berjumlah 160 siswa di SMA Mandalahayu 304. Teknik analisis data yang digunakan menggunakan regresi linear sederhana. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara terstruktur dan skala psikologi. Instrumen penelitian yang digunakan penelitian ini adalah *body shaming* menggunakan skala dari Chairani, citra diri menggunakan skala dari Jersild, dan kecemasan sosial menggunakan skala dari La Greca dan Lopez. Uji reliabilitas instrumen menggunakan formula *Cronbach Alpha* menghasilkan nilai  $r_{\alpha} = 0,858$  untuk skala kecemasan sosial, nilai  $r_{\alpha} = 0,893$  untuk skala *body shaming*, nilai  $r_{\alpha} = 0,880$  untuk skala citra diri.

Hasil regresi linear sederhana *body shaming* terhadap kecemasan sosial mendapatkan hasil koefisien sebesar 0,605 dengan nilai sig 0,000 dan koefisien determinasi sebesar 0,366 dan memberikan sumbangan pengaruh 36,6%. Sedangkan hasil uji regresi linear sederhana citra diri terhadap kecemasan sosial mendapatkan hasil koefisien sebesar -0,472 dengan nilai sig 0,000 dan koefisien determinasi sebesar 0,22 dan memberikan sumbangan pengaruh 22%,

*Kata Kunci : body shaming, citra diri, kecemasan sosial.*