

**HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DENGAN BODY
IMAGE PADA PEREMPUAN PENGGUNA INSTAGRAM
SKRIPSI**



Oleh:

Regina Angelica Sinarli

NRP 7103018130

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA**

2022

**HUBUNGAN SELF ESTEEM DENGAN BODY IMAGE PADA
PEREMPUAN PENGGUNA INSTAGRAM
SKRIPSI**



Oleh:

Regina Angelica Sinarli

NRP 7103018130

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA**

2022

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Regina Angelica Sinarli

NRP : 7103018130

Dengan ini menyatakan bahwa hasil skripsi dengan judul:

HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DENGAN BODY IMAGE PADA PEREMPUAN PENGGUNA INSTAGRAM

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini merupakan hasil karya sendiri. Jika terdapat karya orang lain, saya akan mencantumkan sumber yang jelas. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi saya merupakan hasil plagiat dan manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi akademi yaitu pencabutan gelar akademik yang akan saya peroleh dan akan menyampaikan permintaan maaf yang sebesar-besarnya jika ada pihak yang dirugikan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesungguhan hati dan dengan penuh kesadaran.

Manado, 20 Mei 2022

Yang membuat pernyataan



Regina Angelica Sinarli

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Untuk tujuan mengembangkan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Regina Angelica Sinarli

NRP : 7103018130

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DENGAN BODY IMAGE PADA PEREMPUAN PENGGUNA INSTAGRAM

Untuk ditampilkan/dipublikasikan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Manado, 20 Mei 2022
Yang membuat pernyataan



Regina Angelica Sinarli

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DENGAN BODY IMAGE PADA PEREMPUAN PENGGUNA INSTAGRAM

Oleh:

Regina Angelica Sinarli

7103018130

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing : Fransisca Dessi Christanti, M.Si.

NIK : 711.98.0329

Email : dessi@ukwms.ac.id



Manado, 20 Mei 2022

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk
memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Psikologi

Pada tanggal 31 Mei 2022

Mengesahkan
Fakultas Psikologi,
Dekan,

(Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog)

Dewan Penguji :

1. Ketua : Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psi. 
NIK : 711.99.0386
2. Sekretaris : Sylvia K.Ngonde, M.Si, 
NIK : 711.98.0356
3. Anggota : Elisabet Widyaning Hapsari, M.Psi., Psi. 
NIK : 711.11.0675
4. Anggota : Fransisca Dessi Christanti, M.Si. 
NIK : 711.98.0329
NIDN : 071.11.7201

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk

TUHAN YESUS KRISTUS

serta

**Keluarga dan teman-teman yang memberikan dukungan dan
doa khususnya orang tua saya**

**Kedua dosen pembimbing, seluruh partisipan dan semua pihak
yang terlibat di dalam penelitian ini**

**Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya**

HALAMAN MOTTO

**If God is Everything you have ~
You have everything you need.**

“If you remain in Me and My words remain in you, ask whatever you wish, and it will be done for you. (John 15;7)

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Terima kasih kepada **Tuhan Yesus Kristus**, karena penyertaan dan kebbaikannya yang tak pernah habis dalam hidup saya, yang selalu menyertai saya dalam mengerjakan skripsi ini sehingga bisa selesai tepat pada waktunya. *Thankyou for loving me without conditions, Nothing compares to You. Your love is better than life~*
2. Untuk ke dua **Orang tua saya (Thelma Eva Sasiang dan Agustinus Sinarli)** yang selalu support dan menyayangi saya, selalu membimbing saya, serta senantiasa mendoakan saya. terima kasih atas kerja keras dan pengorbanan kalian berdua. Gelar sarjana ini merupakan persembahan untuk kalian.
3. Terima kasih kepada adik saya **Stevan Jonathan Sinarli**, yang menjadi saudara dan sahabat disepanjang waktu, selalu ada untuk saya. *You're one of the most important people in my life.*
4. Kepada **Ibu. Fransisca Dessi Christanti, M.Si.** selaku dosen pembimbing saya yang selalu sabar dan selalu memberikan respon cepat terkait feedback, dan senantiasa membantu serta memberikan membimbing kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini dari awal hingga akhir, saya mengucapkan syukur kepada Tuhan karena Ibu adalah dosen pembimbing saya. Saya amat sangat berterima kasih kepada Ibu, karena atas bimbingan Ibu Dessi, saya bisa sampai ditahap ini, menyelesaikan skripsi saya.
5. **Bapak Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psi. dan Ibu Elisabet Widyaning Hapsari, M.Psi., Psi.** Saya ucapkan terima kasih kepada Pak Jaka dan Bu Lisa selaku dosen penguji yang telah mau meluangkan waktunya untuk membantu proses saya dalam penyelesaian revisi, terimakasih atas segala saran dan masukan yang membangun serta dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi.
6. **Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya** yang telah berperan penting dalam proses belajar mengajar dikampus, yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang berharga kepada saya selama berkuliah di Widya Mandala.

7. **Karyawan Tata Usaha** yang telah memberikan bantuan kepada saya terkait hal administrasi selama kuliah.
8. **Semua partisipan penelitian.** Terima kasih sudah mau berpartisipasi dan meluangkan waktu untuk mengisi kuisioner dalam penelitian ini, saya sangat mengapresiasi semua bantuan kalian.
9. **Ananda Dhea, Dessy Daku dan Jacqueline Stefany,** tidak terasa kita sudah di akhir perjuangan kita sebagai mahasiswa, suka duka kita lewati bersama. Banyak moment menyenangkan bersama kalian. Terima kasih sudah mau berjuang bersama, tetap semangat untuk menuju *chapter* kehidupan selanjutnya.
10. Terima kasih untuk diri sendiri, sudah sampai ditahap ini, itu karena kamu hebat~

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Surat Pernyataan.....	ii
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	iii
Halaman Pengesahan	iv
Halaman Pengesahan	v
Halaman Persembahan.....	vi
Halaman Motto.....	vii
Ucapan Terima Kasih	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Abstrak.....	xv
<i>Abstract</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Batasan Masalah	11
1.3 Rumusan Masalah.....	12
1.4 Tujuan Penelitian	12
1.5 Manfaat Penelitian	12
1.5.1 Manfaat Teoritis	12
1.5.2 Manfaat Praktis	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA	14
2.1 <i>Body Image</i>	14
2.1.1 <i>Definisi Body Image</i>	14
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	15
2.1.3 Faktor-Faktor <i>Body Image</i>	16
2.2 <i>Self-Esteem</i>	19
2.2.1 Definisi <i>Self-Esteem</i>	19
2.2.2 Karakteristik <i>Self-Esteem</i>	20
2.2.3 Aspek-Aspek <i>Self Esteem</i>	20
2.3 Dewasa Awal.....	21
2.3.1 Definisi Dewasa Awal.....	21
2.4 Keterkaitan antara <i>Self-Esteem</i> dan <i>Body Image</i> pada Perempuan Pengguna Instagram.....	22
2.5 Hipotesis.....	25

BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian	26
3.2 Definisi Operasional	26
3.2.1 <i>Body Image</i> Perempuan Pengguna Instagram...	26
3.2.2 <i>Self Esteem</i>	26
3.3 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	27
3.3.1 Populasi	27
3.3.2 Sampel	27
3.4 Metode Pengumpulan Data	28
3.4.1 Skala <i>Body Image</i>	28
3.4.2 Skala <i>Self-Esteem</i>	29
3.5 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	30
3.5.1 Validitas Alat Ukur	30
3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur.....	30
3.6 Teknik Analisis Data.....	31
3.7 Etika Penelitian	31
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	33
4.1 Orientasi Kacah Penelitian	33
4.2 Persiapan Pengambilan Data	34
4.3 Pelaksanaan Penelitian	35
4.4 Hasil Penelitian	38
4.4.1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	38
4.4.2 Hasil Analisa data Utama: Korelasi <i>Body Image</i> dengan <i>Self Esteem</i>	43
4.4.3 Hasil Analisa data tambahan: Korelasi <i>Body</i> <i>Image</i> dengan <i>Self Esteem</i> Arah Negative	48
BAB V PENUTUP	53
5.1 Pembahasan	53
5.2 Kesimpulan.....	55
5.3 Saran.....	56
5.3.1 Untuk Perempuan Pengguna Instagram	56
5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	56
Daftar Pustaka	57
Lampiran	65

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blueprint Skala Body Image</i>	29
Tabel 3.2	<i>Blueprint Skala Self Esteem</i>	30
Tabel 4.1	Usia Responden	36
Tabel 4.2	Domisili.....	36
Tabel 4.3	Frekuensi Memposting Foto	37
Tabel 4.4	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Body Image</i>	39
Tabel 4.5	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self-Esteem</i>	40
Tabel 4.6	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self-Esteem Aitem Favorable</i>	42
Tabel 4.7	Batasan Nilai Beserta Kategorisasi Skala <i>Body Image</i>	45
Tabel 4.8	Batasan Nilai Beserta Kategorisasi Skala <i>Self-Esteem</i>	45
Tabel 4.9	Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dan <i>Self-Esteem</i>	46
Tabel 4.10	Korelasi antar <i>Body image</i> dan <i>Self-Esteem (aitem Favorable)</i>	47
Tabel 4.11	Batasan Nilai Beserta Kategorisasi Skala <i>Self-Esteem Arah Negative</i>	50
Tabel 4.12	Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dan <i>Self-Esteem</i> arah <i>Negative</i>	51
Tabel 4.13	Korelasi <i>Body Image</i> dengan <i>Self-Esteem Arah Negative (Aitem Unfavoarbel)</i>	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Diagram Kepuasan terhadap Bentuk Tubuh.....	4
Gambar 1.2 Jawaban Responden Terkait Bentuk Tubuh Ideal.....	5
Gambar 1.3 Pertanyaan Seputar Instagram	5
Gambar 4.1 Alasan Memposting Foto	37
Gambar 4.2 Diagram Perasaan Memposting Foto	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Tabel Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Skala <i>Body Image</i>	65
Lampiran 2	Tabel Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Skala <i>Self-Esteem</i>	75
Lampiran 3	Tabel Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas <i>Self-Esteem Aitem Favorable</i>	82
Lampiran 4	Tabel Analisis Faktor Variable <i>Self-Esteem</i>	84
Lampiran 5	Tabel Hasil Uji Asumsi Normalitas dan Linearitas	93
Lampiran 6	Tabel Hasil Uji Hipotesis Non-Parametrik Kendall's Tau B.....	94
Lampiran 7	Tabel Input Data <i>Body Image</i>	95
Lampiran 8	Tabel Input <i>Self-Esteem</i>	96
Lampiran 9	<i>Informed Consent</i>	97

Regina Angelica Sinarli (2022). “Hubungan Antara Self-Esteem dengan Body Image pada Perempuan Pengguna Instagram”. Skripsi Sarjana Strata I. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji terkait pandangan body image perempuan yang dipengaruhi secara negatif oleh media sosial khususnya *Instagram*. Gambaran bentuk tubuh yang ditampilkan *instagram* cenderung membuat perempuan menjadi tidak puas dengan tubuhnya dan secara tidak langsung hal ini berkaitan dengan penghargaan diri (*Self-esteem*), karena selain merusak citra tubuh seseorang, hal ini dapat mengembangkan suasana hati yang negatif dan menurunkan *self-esteem*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Self-Esteem* dengan *Body Image* pada Perempuan Pengguna *Instagram*. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hipotesis penelitian adalah ada hubungan yang positif antara *Self-Esteem* dengan *Body Image* pada Perempuan Pengguna *Instagram*. Responden dalam penelitian ini adalah perempuan pengguna aktif *Instagram* yang berusia 18-24 tahun. Responden penelitian berjumlah sebanyak 124 orang. Ada dua skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *Body Image* dan skala *Self-Esteem* yang dibuat sendiri oleh peneliti. Hasil data yang diperoleh dari uji korelasi Kendall's Tau B adalah sig. 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan ada hubungan yang positif yang sangat signifikan antara *Self-Esteem* dengan *Body Image* pada Perempuan Pengguna *Instagram* sebesar 24%. Hal ini berarti semakin tinggi *self esteem* pada diri individu maka akan semakin tinggi pula *body image* dalam diri individu tersebut. Sebaliknya demikian, semakin tinggi *body image* maka akan semakin tinggi *Self-Esteem* dalam dirinya. Sedangkan untuk skala *Self-Esteem* aitem *Unfavorable* menunjukkan hubungan yang negatif yang sangat signifikan antara *Self-Esteem* aitem *Unfavorable* dengan *Body Image* pada Perempuan Pengguna *Instagram*. Dengan sumbangan efektif sebesar 18%. Hal ini berarti semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki seseorang berarti semakin rendah *body image* dalam dirinya, atau sebaliknya semakin tinggi *body image* yang dimiliki maka semakin rendah *self-esteem* dalam dirinya.

Kata Kunci: *Body Image, Self-Esteem, Perempuan, Dewasa Awal, Instagram.*

Regina Angelica Sinarli (2022). *“Relationship between Self-Esteem and Body Image on Female Instagram Users”*. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic Surabaya University

ABSTRACT

This study examines the views of women's body image on social media especially Instagram and its impact, which often times has a negative influence on women's perspective of their own body. Many pictures and posts of women's "ideal" body type according to today's society displayed on Instagram tends to make women dissatisfied with their bodies and indirectly related to self-esteem, because not only it has damaging impact on one's body image, this can develop a negative mood and lower self-esteem. This research aims to determine the relationship between Self-Esteem and Body Image of Female Instagram Users. The method used in this research is quantitative approach. The hypothesis assumed that there is a positive relationship between Self-Esteem and Body Image on Female Instagram Users. The respondents who participated in this study are women that actively use Instagram between the age of 18-24 years, which is determined to be 124 respondents in total. There were two variable used in this study, Body Image and Self-Esteem which were chosen by the researcher herself. The results of the data obtained from the Kendall's Tau B correlation test is Sig. 0,000 ($p < 0,05$). This shows that there is a very significant positive relationship between Self-Esteem and Body Image on Female Instagram Users. With an effective contribution of 24%. It means that the higher self-esteem individual possess, the body image views will be positively increased as well. Similarly, the higher body image perspective the individual have, the Self-Esteem will be increased too. Meanwhile, the Self-Esteem scale of the Unfavorable items shows a very significant negative relationship between the Self-Esteem of the Unfavorable item and the Body Image of Female Instagram Users. With an effective contribution of 18%. This means that the higher the self-esteem a person has, the lower the body image perspective she has, or vice versa, the higher the body image perspective the individual possess, the self esteem of the individual will decreased.

Keywords: Body Image, Self Esteem, Female, Early Adulthood, Instagram.