

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI
PADA REMAJA MADRASAH ALIYAH MUHAMMADIYAH (MAM) 10
PALIRANGAN LAMONGAN**

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi)



Oleh:

NAZLIATUL FITHROH

9.334.047.13

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI
2020**

Halaman Persetujuan

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI
PADA REMAJA MADRASAH ALIYAH MUHAMMADIYAH (MAM) 10
PALIRANGAN LAMONGAN**

**NAZLIATUL FITHROH
NIM. 9334.047.13**

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Rini Risnawita S, M. Si
NIP. 19771215 200501 2 002

Luthfi Atmasari.M.Psi.Psikolog
NIP. 19850427 201503 2 007

NOTA DINAS

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 01 Juni 2020

Kepada
Yth, Bapak Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo
Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Memenuhi permintaan Bapak Rektor untuk membimbing
penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : NAZLIATUL FITHROH
NIM : 9.334.047.13
Judul : HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE*
DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA
REMAJA MADRASAH ALIYAH
MUHAMMADIYAH (MAM) 10 PALIRANGAN
LAMONGAN

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami
berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat
sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya,
dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kamu
ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Rini Risnawita S, M. Si
NIP. 19771215 200501 2 002

Luthfi Atmasari.M.Psi.Psikolog
NIP. 19850427 201503 2 007

Halaman Pengesahan

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI
PADA REMAJA MADRASAH ALIYAH MUHAMMADIYAH (MAM) 10
PALIRANGAN LAMONGAN**

**NAZLIATUL FITHROH
NIM. 9334.047.13**

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
pada tanggal 18 Juli 2020

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Prof. H. Fauzan Saleh, MA, Ph.D (.....)
NIP. 19530119 198703 1 001
2. Penguji 1
Dr. Rini Risnawita S, M. Si (.....)
NIP. 19771215 200501 2 002
3. Penguji 2
Luthfi Atmasari, M.Psi.Psikolog (.....)
NIP. 19850427 201503 2 007

Kediri, 18 Juli 2020
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag
NIP. 19750613 200312 1 004

HALAMAN MOTTO

**"LEARNING TO LOVE YOURSELVES IS A GOOD START"
(KUN)**

**" YOU DON'T HAVE TO TRY TO BE SEXY. NOTHING IS MORE
ATTRACTIVE THAN YOUR NATURAL SELF, THE WAY YOU
ARE"
(T.O.P OF BIG BANG)**

HALAMAN PERSEMBAHAN

SYUKUR ALHAMDULILLAH KUSEMBAHKAN KEPADA-MU YA
ALLAH, TERIMA KASIH ATAS SEGALA NIKMAT DAN KARUNIA YANG
SELALU ENKKAU LIMPAHKAN KEPADAKU. KARYA INI KU
PERSEMBAHKAN UNTUK:
KEDUA ORANG TUAKU TERCINTA
AYAHANDA ABDUL ROHIM, TERIMA KASIH ATAS KESABARAN DAN
KETEGUHAN HATIMU DALAM MENDIDIKKU.
IBUNDA ZULAIKHO, TERIMA KASIH ATAS LIMPAHAN CINTA DAN
KASIH SAYANG UNTUKKU.
MBAKKU TERSAYANG
EFFA ROZANA TERIMA KASIH TELAH MENJADI KECERIAAN DALAM
HARI-HARIKU.

ABSTRAK

NAZLIATUL FITHROH, 2020, *Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Madrasah Aliyah Muhammadiyah (MAM) 10 Palirangan Lamongan*, Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah, IAIN Kediri. Pembimbing (1) Dr, Rini Risnawita Suminta, M.Si dan (2) Luthfi Atmasari, M. Psi. Psikolog.

Kata Kunci: *body image*, kepercayaan diri, remaja

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa anak-anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Perubahan biologis merupakan perubahan dengan tingkat kepedulian yang sangat tinggi pada diri remaja yang kemudian berpengaruh pada tingkat kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan sikap individu yang yakin akan kemampuan diri sendiri untuk bertindak laku sesuai dengan yang diharapkannya sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab terhadap tindakannya dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Meningkatkan *body image* dapat berpengaruh pada tingkat kepercayaan diri remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: 1) bagaimana tingkat *body image* remaja MAM 10, 2) bagaimana tingkat kepercayaan diri remaja MAM 10, 3) adakah hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri dan 4) seberapa besar tingkat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja MAM 10 Palirangan Lamongan.

Penelitian ini dilakukan di Madrasah Aliyah Muhammadiyah (MAM) 10, Populasi penelitian ini adalah 76 siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan pengambilan sampel ditentukan dengan teknik *sampling* jenuh yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Hasil penelitian ini adalah : 1) Tingkat *body image* pada remaja MAM 10 dalam kategori sedang dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 127.11. 2) Tingkat kepercayaan diri pada remaja MAM 10 dalam kategori sedang dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 99.54. 3) Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja. 4) Tingkat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri adalah sebesar 0.558 dilihat dari hasil uji korelasi menggunakan *product moment*.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur kehadiran Allah ‘Azza wa Jalla yang telah melimpahkan rahmat dan inayah-Nya sehingga penulis masih diberikan kemampuan untuk berkarya hingga detik ini. Shalawat dan Salam penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi pembaharu bagi peradaban manusia di seluruh dunia.

Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya, kepada segenap pihak yang terlibat dalam proses penyusunan skripsi ini. Tanpa jasa, motivasi, bantuan, dan doa mereka semua rasanya tidak mungkin skripsi ini akan selesai. Untuk itu, penulis sampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. H. Nur Chamid, MM, Rektor IAIN Kediri.
2. Dr. Moh. Asror Yusuf, M.Ag, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.
3. Ibu Dr. Rini Risnawinta Suminta, M.Si, Ketua Jurusan psikologi islam dan dosen pembimbing pertama yang dengan kesabaran dan keiklasannya mendoakan serta membimbing penulis menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Ibu Luthfi Atmasari.M.Psi.Psikolog, dosen pembimbing kedua yang dengan kesabaran dan penuh kasih sayang, membimbing penulis menyelesaikan tugas akhir ini.
5. Bapak Nurul Maliq, Kepala Sekolah MAM 10 Palirangan Lamongan, yang dengan ikhlas hati mengizinkan lembaganya digunakan penulis untuk melakukan penelitian.
6. Ayah, Ibu dan Mbakku yang menemani dengan sabar, membantu dengan ikhlas, setia dan penuh pengertian kepada penulis selama menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Sahabat-sahabat terbaikku (Rida, Uyun, Novi, Riza, Andin, Luluk, Fatin, Kiki, Desi, Amel) terima kasih karena telah rela direpoti oleh penulis.

Semoga Allah berkenan memberikan balasan yang melimpah atas bantuan dan keiklasannya kepada penulis. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kesalahan dan jauh dari kesempurnaan. Tentunya penulis bersikap terbuka dan bersedia menerima kritik dan saran guna perbaikan karya ini menjadi lebih baik.

Dan akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca umumnya.

Amin ya Robbal Alamin.

Kediri, 1 Juli 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
NOTA DINAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I: PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Telaah Pustaka.....	9
F. Hipotesis Penelitian	14
BAB II: KAJIAN TEORI.....	15
A. <i>Body Image</i>	15
1. Pengertian <i>Body Image</i>	15
2. Dimensi <i>Body Image</i>	16
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	17
B. Kepercayaan Diri.....	19
1. Pengertian Kepercayaan Diri	19
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	21
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	21
C. Remaja.....	24
1. Pengertian Remaja	24

2. Pembagian Masa Remaja	26
3. Kriteria Fisik Ideal Pada Remaja	28
D. Body Image Dalam Psikologi Islam.....	28
E. Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja....	32
BAB III: METODE PENELITIAN	35
A. Rancangan Penelitian	35
B. Populasi Dan Sampel	37
C. Pengumpulan Data	37
D. Instrumen Penelitian.....	39
E. Analisis Data	42
BAB IV: HASIL PENELITIAN	46
A. Gambaran Umum Obyek Penelitian	46
B. Gambaran Subjek Penelitian	48
C. Deskripsi Data	49
D. Deskriptif Statistik Data	56
E. Uji Prasyarat.....	60
F. Uji Hipotesis.....	63
BAB V: PEMBAHASAN	65
BAB VI: PENUTUP	72
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran-saran	73

DAFTAR PUSAKA

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Kriteria Fisik Ideal Remaja.....	28
Tabel 3.1 Skoring Aitem.....	38
Tabel 3.2 Blue Print Skala <i>Body Image</i>	40
Tabel 3.3 Blue Print Skala Kepercayaan Diri	41
Tabel 4.1 Jumlah Siswa-Siswi MAM 10	46
Tabel 4.2 Blue Print Skala <i>Body Image</i>	50
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Variabel <i>Body Image</i>	51
Tabel 4.4 Blue Print Skala Kepercayaan Diri.....	52
Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas Variabel Kepercayaan Diri	53
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Variabel <i>Body Image</i>	56
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kepercayaan Diri.....	56
Tabel 4.8 Deskriptif Statistik Variabel	57
Tabel 4.9 <i>Body Image</i> Dan Kepercayaan Diri Remaja	58
Tabel 4.10 Kategoriasi <i>Body Image</i> Dan Kepercayaan Diri.....	58
Tabel 4.11 <i>True Score</i> Variabel <i>Body Image</i>	59
Tabel 4.12 <i>True Score</i> Variabel Kepercayaan Diri.....	60
Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas	61
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas ANOVA Table	62
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi Antara <i>Body Image</i> Dengan Kepercayaan Diri	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	I
Lampiran 2. Blue Print Skala <i>Body Image</i>	II
Lampiran 3. Blue Print Skala Kepercayaan Diri	VII
Lampiran 4. Skala <i>Body Image</i>	VIII
Lampiran 5. Skala Kepercayaan Diri.....	XI
Lampiran 6. Hasil SPSS.....	XVI