



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA  
PEREMPUAN**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:  
RONALD OKTAVIAN  
705170174**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANGARA  
JAKARTA  
2021**




**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA  
PEREMPUAN**

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana Satu (S-1)  
Psikologi**

**DISUSUN OLEH:  
RONALD OKTAVIAN  
705170174**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANGARA  
JAKARTA  
2021**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH</b>	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Ronald Oktavian**

NIM : **705170174**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

**Hubungan Body Image Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Perempuan**

.....

.....

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 24 Juli 2021.....

Yang Memberikan Pernyataan



**Ronald Oktavian**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	<b>FR-FP-04-07/R0</b>	HAL.  1/1
	<b>SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH</b>	
<b>05 NOVEMBER 2010</b>		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Ronald Oktavian**

N I M : **705170174**

Alamat : **Sunter Mas Timur C Sd1 No.9  
Jakarta Utara, 14350**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

**Hubungan Body Image Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Perempuan**

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 24 Juli 2021

Yang Membuat Pernyataan



**Ronald Oktavian**

**PROGRAM STUDI SARJANA FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA**

**TANDA PENGESAHAN SKRIPSI**

Nama : Ronald Oktavian  
705170174  
N.I.M. :  
Psikologi  
Program Studi :

**Judul Skripsi**

Hubungan Body Image Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Perempuan

.....

.....

.....

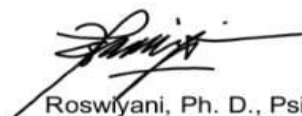
.....

Telah diuji dalam sidang Sarjana pada tanggal 21 Juli 2021 dan dinyatakan lulus, dengan majelis penguji terdiri atas:

1. Ketua : Pamela H. H. S. Pd., M. P. H., M. A., Ph. D.
  2. Anggota : Dra. Ninawati, M. M.  
Roswiyani, Ph. D., Psi.
- .....
- .....

Jakarta, 23 Juli 2021

Pembimbing

  
Roswiyani, Ph. D., Psi.

Pembimbing Pendamping

  
Dr. Heryanti Satyadi, Psi.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas karunia, tuntunan dan penyertaanya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Walaupun penyelesaian skripsi ini merupakan proses yang tidak mudah, namun karena kemurahan hati dan kebesaran-Nya saja skripsi ini dapat terselesaikan. Peneliti juga mengucapkan terima kasih atas bantuan dan arahan yang diberikan oleh berbagai pihak dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Ibu Roswiyani, PhD., Psikolog selaku pembimbing pertama atas arahan dan Ibu Dr. Heryanti, M. Psi., Psikolog selaku pembimbing kedua atas arahan dan bimbingan yang diberikan dalam penyusunan skripsi ini. Peneliti berterima kasih untuk setiap waktu yang diluangkan dan usaha serta tenaga yang diberikan dalam memberikan bimbingan terlebih khusus di tengah keterbatasan akibat pandemi yang sedang terjadi. Tidak lupa juga peneliti berterima kasih kepada Bapak Erik Wijaya, M.Si atas bantuan yang sudah diberikan dalam hal pengadaan alat ukur.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua yang sangat peneliti kasihi, adik, beserta keluarga dan saudara yang terus membantu, mendorong dan menyemangati peneliti sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini. Peneliti juga berterima kasih kepada setiap partisipan dalam penelitian ini untuk kontribusi yang diberikan dalam mengisi kuesioner penelitian ini dan untuk turut menyebarkan kuesioner sehingga data yang diperlukan dapat terkumpul.

Peneliti tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada teman-teman di grup “Yuk Jalan Yuk” yang sudah bersama-sama berjuang dalam pengerjaan skripsi. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada teman-teman bimbingan dan juga seluruh angkatan 2017 yang sudah membantu dan menyemangati selama penyusunan skripsi ini. Terakhir, untuk setiap pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu, yang turut membantu dalam penyelesaian skripsi ini, peneliti ucapkan banyak terima kasih.

Akhir kata, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna bagi pembaca dan bagi peneliti lainnya. Peneliti juga mengharapkan kritik dan saran yang membangun sebagai masukan bagi Peneliti. Dengan segala kerendahan hati, peneliti menyatakan sepenuhnya bertanggung jawab atas keseluruhan isi dari skripsi ini.

Terima Kasih.

Jakarta, 29 Juni 2021

**Ronald Oktavian**

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis .....	7
1.5 Sistematika Penulisan .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
2.1 Body Image .....	8
2.1.1 Definisi Body Image .....	8
2.1.2 Dimensi Body Image .....	9
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Body Image .....	10
2.1.4 Gangguan Body Image .....	12
2.2 Kecemasan Sosial .....	13
2.2.1 Definisi Kecemasan Sosial .....	13
2.2.2 Dimensi Body Image.....	14



2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Sosial .....	15
2.2.4 Gejala Kecemasan Sosial.....	15
2.3 Remaja .....	16
2.3.1 Definisi Remaja .....	16
2.5. Kerangka Berpikir .....	17
2.6. Hipotesis Penelitian.....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>20</b>
3.1 Partisipan Penelitian .....	20
3.1.1 Kriteria Partisipan .....	20
3.1.2 Teknik Sampling .....	21
3.1.3 Gambaran Partisipan berdasarkan Usia .....	21
3.1.4 Gambaran Partisipan berdasarkan Domisili .....	22
3.1.5 Gambaran Partisipan berdasarkan Pendidikan .....	23
3.1.6 Gambaran Partisipan berdasarkan Pekerjaan .....	23
3.2 Jenis Penelitian.....	24
3.3 Setting dan Peralatan Penelitian.....	24
3.4 Alat Ukur Penelitian.....	25
3.4.1 Pengukuran Variabel <i>Body Image</i> .....	25
3.4.2 Pengukuran Variabel Kecemasan Sosial .....	29
3.5 Prosedur Penelitian .....	31
3.5.1 Persiapan Penelitian .....	31
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian .....	32
3.6 Pengolahan dan Teknis Analisis Data .....	32

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA</b> .....	34
4.1 Gambaran Variabel Penelitian .....	34
4.1.1 Pengukuran Variabel <i>Body Image</i> .....	34
4.1.2 Pengukuran Variabel Kecemasan Sosial .....	37
4.2 Uji Asumsi .....	39
4.2.1 Uji Normalitas Data .....	39
4.3 Analisis Hipotesis.....	39
4.3.1 Uji Korelasi antara <i>Body Image</i> dengan Kecemasan Sosial .....	39
4.3.2 Uji Korelasi antara Dimensi <i>Body Image</i> dengan Dimensi Kecemasan Sosial.....	41
4.4 Analisis Data Tambahan .....	45
4.4.1 Uji Beda <i>Body Image</i> Ditinjau dari Usia .....	45
4.4.2 Uji Beda Kecemasan Sosial Ditinjau dari Usia .....	46
<b>BAB 5 KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN</b> .....	47
5.1 Simpulan .....	47
5.2 Diskusi .....	48
5.3 Saran .....	48
5.3.1 Saran Teoritis .....	49
5.3.2 Saran Praktis .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	P-1

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1</b>	Gambaran Subjek berdasarkan Usia .....	21
<b>Tabel 2</b>	Gambaran Subjek berdasarkan Domisili .....	22
<b>Tabel 3</b>	Gambaran Subjek berdasarkan Pendidikan .....	23
<b>Tabel 4</b>	Gambaran Subjek berdasarkan Pekerjaan .....	24
<b>Tabel 5</b>	Uji Reabilitas Lima Dimensi pada MBSRQ-AS .....	28
<b>Tabel 6</b>	Uji Reabilitas Tiga Dimensi pada SAS-A .....	30
<b>Tabel 7</b>	Gambaran Data Body Image .....	36
<b>Tabel 8</b>	Gambaran Data Kecemasan Sosial .....	38
<b>Tabel 9</b>	Uji Korelasi Dimensi Body Image dengan Kecemasan sosial .....	40
<b>Tabel 10</b>	Uji Korelasi Dimensi Kecemasan Sosial dengan Body Image .....	42
<b>Tabel 11</b>	Uji Beda Body Image Ditinjau dari Usia .....	45
<b>Tabel 12</b>	Uji Beda Kecemasan Sosial Ditinjau dari Usia .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b>	Blue Print Alat Ukur Body Image .....	L-1
<b>Lampiran 2</b>	Alat Ukur Body Image .....	L-3
<b>Lampiran 3</b>	Blue Print Alat Ukur Kecemasan Sosial .....	L-7
<b>Lampiran 4</b>	Alat Ukur Kecemasan Sosial .....	L-8
<b>Lampiran 5</b>	Kuisisioner Penelitian .....	L-11
<b>Lampiran 6a</b>	Gambaran Subjek Berdasarkan Usia .....	L-36
<b>Lampiran 6b</b>	Gambaran Subjek Berdasarkan Domisili .....	L-37
<b>Lampiran 6c</b>	Gambaran Subjek Berdasarkan Pendidikan .....	L-38
<b>Lampiran 6d</b>	Gambaran Subjek Berdasarkan Pekerjaan .....	L-39
<b>Lampiran 7a</b>	Uji Validitas dan Reabilitas pada MBSRQ-ASDimensi Appearance Evaluation .....	L-40
<b>Lampiran 7b</b>	Uji Validitas dan Reabilitas pada MBSRQ-ASDimensi Appearance Orientation .....	L-41
<b>Lampiran 7c</b>	Uji Validitas dan Reabilitas pada MBSRQ-ASDimensi Body Areas Satisfaction Scale .....	L-42
<b>Lampiran 7d</b>	Uji Validitas dan Reabilitas pada MBSRQ-ASDimensi Self Classified Weight .....	L-43
<b>Lampiran 7e</b>	Uji Validitas dan Reabilitas pada MBSRQ-ASDimensi Overweight Preoccupation .....	L-44

<b>Lampiran 8a</b>	Uji Validitas dan Reabilitas pada SAS-ADimensi Fear of Negative Evaluation .....	L-45
<b>Lampiran 8b</b>	Uji Validitas dan Reabilitas pada Social Avoidance and Distress-New .....	L-46
<b>Lampiran 8c</b>	Uji Validitas dan Reabilitas pada Social Avoidance and Distress-General .....	L-47
<b>Lampiran 9a</b>	Gambaran Data Body Image .....	L-48
<b>Lampiran 9b</b>	Gambaran Data Kecemasan Sosial .....	L-48
<b>Lampiran 10a</b>	Uji Normalitas pada Dimensi Body Image .....	L-49
<b>Lampiran 10b</b>	Uji Normalitas pada Dimensi Kecemasan Sosial .....	L-49
<b>Lampiran 11a</b>	Uji Korelasi antara Dimensi Body Image-Appearance Evaluation dengan Kecemasan Sosial .....	L-50
<b>Lampiran 11b</b>	Uji Korelasi antara Dimensi Body Image-Appearance Orientation dengan Kecemasan Sosial .....	L-51
<b>Lampiran 11c</b>	Uji Korelasi antara Dimensi Body Image-Body Areas Satisfaction Scale dengan Kecemasan Sosial .....	L-52
<b>Lampiran 11d</b>	Uji Korelasi antara Dimensi Body Image-Self Classified Weight dengan Kecemasan Sosial .....	L-53
<b>Lampiran 11e</b>	Uji Korelasi antara Dimensi Body Image-Overweight Preoccupation dengan Kecemasan Sosial .....	L-54
<b>Lampiran 11f</b>	Uji Korelasi antara Dimensi Kecemasan Sosial-Dimensi Fear of Negative Evaluation dengan Body Image.....	L-55

<b>Lampiran 11g</b>	Uji Korelasi antara Dimensi Kecemasan Sosial- Dimensi Social Avoidance and Distress-New dengan Body Image .....	L-56
<b>Lampiran 11h</b>	Uji Korelasi antara Dimensi Kecemasan Sosial-Dimensi Social Avoidance and Distress-General dengan Body Image .....	L-57
<b>Lampiran 12a</b>	Uji Beda Dimensi Body Image Berdasarkan Usia .....	L-58
<b>Lampiran 12b</b>	Uji Beda Dimensi Kecemasan Sosial Berdasarkan Usia .....	L-58

## ABSTRAK

**Ronald Oktavian (705170174)**

**Hubungan Body Image dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Perempuan;  
Roswiyani, PhD., Psikolog & Dr. Heryanti, M. Psi., Psikolog. Program studi S-1  
Psikologi Universitas Tarumanagara, (i-x, 48 halaman, P1-P9, L1-L58)**

Masa remaja adalah masa perkembangan peralihan dari masa kanak-kanak hingga awal masa dewasa. Pada masa peralihan ini, remaja memiliki pandangan akan citra tubuhnya. Remaja perempuan memiliki citra tubuh yang lebih negatif dibandingkan dengan laki-laki. Citra tubuh atau *body image* yang positif akan membuat seseorang merasa nyaman dan percaya diri. Sedangkan *body image* negatif membuat seseorang menganggap tubuhnya tidak menarik, malu, tidak percaya diri dan memunculkan perasaan cemas akan evaluasi orang lain. Oleh karena itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kecemasan sosial pada remaja perempuan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimental dengan teknik purposive sampling dan melibatkan 166 remaja perempuan di Jabodetabek. Penelitian ini menggunakan alat ukur *body image* yaitu *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance* dan alat ukur kecemasan sosial yaitu *Social Anxiety Scale for Adolescent*. Hasil uji korelasi *Pearson* menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *body image* dengan kecemasan sosial pada remaja perempuan. Hal ini berarti bahwa semakin positif *body image* remaja perempuan maka semakin rendah kecemasan sosial yang dialaminya, begitupun sebaliknya semakin negatif *body image* remaja perempuan maka semakin tinggi kecemasan sosial yang dialami.

Kata Kunci : *Body image*, kecemasan sosial, remaja perempuan.