

**PENGARUH SIFAT KEPERIBADIAN *SOCIAL INHIBITION* TERHADAP
CITRA TUBUH REMAJA DENGAN *UNHEALTHY WEIGHT* DI JAKARTA**



Disusun Oleh:

Nathania Tiominar

1801617151

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

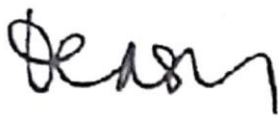
2021

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Pengaruh Sifat Kepribadian *Social Inhibition* terhadap Citra Tubuh Remaja dengan
Unhealthy Weight di Jakarta”

Nama Mahasiswa : Nathania Tiominar
 Nomor Registrasi : 1801617151
 Jurusan/Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 27 Januari 2021

Pembimbing I



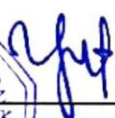



Deasyanti, Ph.D
 NIP. 196612072005012001

Pembimbing II



Rahmadianty Gazadinda, M.Sc
 NIP. 199206162019032038

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		22/2-2021
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		23/02/21
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi. (Ketua Penguji)***		18 Februari 2021
Mauna, M.Psi (Anggota)****	Mauna	18 Februari 2021
Santi Yudhistira, M.Psi (Anggota)		18 Februari 2021

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama Mahasiswa : Nathania Tiominar

NIM : 1801617151

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Sifat Kepribadian *Social Inhibition* terhadap Citra Tubuh Remaja dengan *Unhealthy Weight* di Jakarta” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Oktober 2020 sampai dengan bulan Januari 2021.
 2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.
- Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya tidak benar.

Jakarta, 14 Januari 2021

Yang membuat pernyataan,



(Nathania Tiominar)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Nathania Tiominar
NIM : 1801617151
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul

“Pengaruh Sifat Kepribadian *Social Inhibition* terhadap Citra Tubuh Remaja dengan *Unhealthy Weight* di Jakarta”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 14 Januari 2021

Yang menyatakan,



(Nathania Tiominar)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nathania Tiominar
NIM : 1801617151
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : nataniatiominar@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Sifat Kepribadian *Social Inhibition* terhadap Remaja dengan *Unhealthy Weight* di Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 28 Februari 2021

Penulis

(Nathania Tiominar)
nama dan tanda tangan

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

With God's power working in us, He can do much, much more than anything we can ask or think of.

St. Paul the Apostle

The most important thing in life is to learn how to give out love and to let it come in.

Morrie Schwartz

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini saya persembahkan kepada Tuhan Yesus, terima kasih atas segalanya.

Nathania Tiominar

PENGARUH SIFAT KEPERIBADIAN *SOCIAL INHIBITION* TERHADAP CITRA
TUBUH REMAJA DENGAN *UNHEALTHY WEIGHT* DI JAKARTA

Skripsi

Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2021

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh sifat kepribadian *social inhibition* terhadap citra tubuh remaja dengan *unhealthy weight* di Jakarta. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Pengambilan data penelitian dilakukan menggunakan kuesioner online, yang terdiri dari skala *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) dan *The-15 Item of Social Inhibition* (SIQ-15). Sampel penelitian menggunakan teknik *convenience sampling* berjumlah 125 remaja dengan *unhealthy weight* di Jakarta. Uji analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan nilai $F_{\text{hitung}} = 6,071 > F_{\text{tabel}} = 3,92$ dan nilai $p = 0,015 < \alpha = 0,05$, di mana terdapat pengaruh signifikan sifat kepribadian *social inhibition* terhadap citra tubuh remaja dengan *unhealthy weight* di Jakarta. Nilai r -square dari hasil analisis data menunjukkan pengaruh sifat kepribadian *social inhibition* terhadap citra tubuh remaja dengan *unhealthy weight* di Jakarta sebesar 4,7%. Hasil uji regresi data menghasilkan koefisien regresi sebesar -0,266, di mana menjelaskan bahwa kenaikan nilai sifat kepribadian *social inhibition* akan menurunkan nilai citra tubuh, dan sebaliknya.

Kata Kunci: Citra Tubuh, *Social Inhibition*, Remaja, *Unhealthy Weight*

Nathania Tiominar

**THE IMPACT OF SOCIAL INHIBITION PERSONALITY TRAIT ON BODY IMAGE
OF ADOLESCENT WITH UNHEALTHY WEIGHT IN JAKARTA**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2021

Abstract

This research was conducted to determine the impact of social inhibition personality traits on the body image of adolescents with unhealthy weight in Jakarta. This research was conducted using quantitative methods. Data was collected using an online questionnaire form, which consists of Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales (MBSRQ-AS) and The-15 Item of Social Inhibition Questionnaire (SIQ-15) scales. The research sample was obtained by convenience sampling technique. The total sample for this research is 125 adolescents with unhealthy weight in Jakarta. The statistical analysis used to test the hypothesis of this research is simple linear regression. The result shows that $F\text{-value} = 6,071 > F\text{-table} = 3,92$ and $p\text{-value} = 0,015 < \alpha = 0,05$, which explain there is a significant impact of social inhibition personality traits on body image of the adolescent with unhealthy weight in Jakarta. R-value from data analysis shows the impact percentages of social inhibition personality traits on body image of the adolescent with unhealthy weight in Jakarta is 4,7%. The result of the regression test shows the regression coefficient score is -0,266, which explains that every improvement in social inhibition personality trait score will lead to a more negative body image, vice versa.

Key Words: Body Image, Social Inhibition, Adolescent, Unhealthy Weight

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan karuniaNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Sifat Kepribadian *Social Inhibition* terhadap Citra Tubuh Remaja dengan *Unhealthy Weight* di Jakarta”. Skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari bahwa banyak pihak yang telah mendukung dan membantu peneliti dalam setiap proses penyusunan proposal penelitian ini. Maka dalam kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si., selaku wakil Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Dr.phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Deasyanti, Ph.D., selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah meluangkan waktunya untuk membimbing saya dalam menyelesaikan skripsi saya ini.
7. Ibu Rahmadianty Gazadinda, M.Sc., selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah meluangkan waktunya untuk membimbing saya dalam menyelesaikan skripsi saya ini.
8. Seluruh jajaran dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang sudah membagikan ilmu, pengalaman, dan nilai hidup pada saya selama masa studi.

9. Seluruh staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah mendukung kelancaran aktivitas akademik dan non-akademik saya selama masa studi.
10. Seluruh subjek penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi sampel penelitian skripsi ini dan kepada seluruh pihak yang telah membantu proses pengumpulan data skripsi.
11. Kedua orang tua penulis, papa dan mama yang selalu memberikan doa, bimbingan, dan dukungan kepada penulis sepenuhnya dan tidak pernah terputus hingga saat ini.
12. Kedua saudara saya, Kak Erika Ruth dan Keisha Revina yang selalu mendukung dan tersedia bagi penulis di setiap waktu. Terima kasih telah menghibur dan membangun peneliti menjadi pribadi yang lebih baik.
13. Keluarga dekat peneliti yang turut mendukung setiap aktivitas penulis serta senantiasa mendoakan penulis.
14. Chiko, Kiyo, dan Popo yang merupakan teman-teman dekat penulis yang menghibur penulis dalam setiap kesulitan.
15. Teman-teman penulis selama menempuh pendidikan di Universitas Negeri Jakarta yang selalu mendukung penulis dalam aktivitas perkuliahan.
16. Kepada seluruh pihak yang sudah mau membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari setiap pihak terkait, dengan harapan tercapainya kesempurnaan tulisan yang dibuat. Penulis berharap tulisan ini dapat memberikan ilmu pengetahuan baru dan informasi yang bermanfaat kepada setiap individu.

Jakarta, Januari 2021

Penulis,

Nathania Tiominar

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Persetujuan Pembimbing dan Pengesahan Panitia Skripsi	ii
Lembar Pernyataan Keaslian Skripsi	iii
Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi	iv
Lembar Motto dan Persembahan.....	vi
Abstrak.....	vii
Abstract.....	viii
Kata Pengantar	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel.....	xv
Daftar Gambar dan Grafik.....	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	8
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.6.2 Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Citra Tubuh	10
2.1.1 Definisi Citra Tubuh.....	10
2.1.2 Dimensi Citra Tubuh.....	10

2.1.3 Faktor yang Memengaruhi Citra Tubuh.....	12
2.1.4 Pengukuran Citra Tubuh.....	13
2.2 <i>Social Inhibition</i>	14
2.2.1 Definisi <i>Social Inhibition</i>	14
2.2.2 Aspek <i>Social Inhibition</i>	15
2.2.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Social Inhibition</i>	15
2.2.4 Pengukuran <i>Social Inhibition</i>	17
2.3 Remaja.....	17
2.3.1 Definisi Remaja.....	17
2.4 <i>Unhealthy Weight</i>	18
2.4.1 Definisi <i>Unhealthy Weight</i>	18
2.5 Remaja dengan <i>Unhealthy Weight</i>	19
2.5.1 Definisi Remaja dengan <i>Unhealthy Weight</i>	19
2.6 Dinamika Hubungan Antara <i>Social Inhibition</i> dan Citra Tubuh pada Remaja dengan <i>Unhealthy Weight</i>	19
2.7 Kerangka Pemikiran.....	21
2.8 Hipotesis.....	22
2.9 Hasil Penelitian yang Relevan.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Tipe Penelitian.....	27
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	27
3.2.1 Definisi Konseptual Variabel Penelitian.....	27
3.2.1.1 Citra Tubuh.....	27
3.2.1.2 <i>Social Inhibition</i>	28
3.2.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	28
3.2.2.1 Citra Tubuh.....	28
3.2.2.2 <i>Social Inhibition</i>	28
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
3.3.1 Populasi.....	28
3.3.2 Sampel.....	29

3.3.2.1 Teknik Pengambilan Sampel	29
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	30
3.4.1 Instrumen Penelitian	30
3.4.1.1 Instrumen Citra Tubuh	30
3.4.1.2 Instrumen <i>Social Inhibition</i>	32
3.5 Uji Coba Instrumen.....	34
3.5.1 Hasil Uji Coba Instrumen Citra Tubuh.....	35
3.5.2 Hasil Uji Coba Instrumen <i>Social Inhibition</i>	37
3.6 Analisis Data	39
3.6.1 Uji Statistik	39
3.6.2 Analisis Deskriptif	39
3.6.3 Uji Normalitas.....	39
3.6.4 Uji Linearitas	39
3.6.5 Uji Analisis Regresi	40
3.6.6 Uji Hipotesis	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....	41
4.1.1 Gambaran Subjek Berdasarkan Usia	41
4.1.2 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	42
4.1.3 Gambaran Subjek Berdasarkan Pengalaman Menerima Ledekan atau Ejekan terkait Kondisi Tubuh	42
4.1.4 Gambaran Subjek Berdasarkan <i>Body Mass Index</i> (BMI).....	43
4.1.5 Gambaran Subjek Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	43
4.1.6 Gambaran Subjek Berdasarkan Pekerjaan.....	44
4.2 Prosedur Penelitian	44
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	44
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	46
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	46
4.3.1 Data Deskriptif Citra Tubuh.....	46
4.3.1.1 Kategorisasi Skor Citra Tubuh	47

4.3.2 Data Deskriptif <i>Social Inhibition</i>	48
4.3.2.1 Kategorisasi <i>Social Inhibition</i>	49
4.3.3 Uji Normalitas	50
4.3.4 Uji Linearitas	51
4.3.5 Uji Korelasi	51
4.3.6 Analisis Regresi.....	52
4.3.7 Tabulasi Silang	53
4.3.7.1 Tabulasi Silang Citra Tubuh.....	54
4.3.7.2 Tabulasi Silang <i>Social Inhibition</i>	55
4.3.7.3 Tabulasi Silang <i>Social Inhibition</i> dan Citra Tubuh	57
4.4 Pembahasan.....	57
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	60
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	61
5.1 Kesimpulan	61
5.2 Implikasi.....	61
5.3 Saran.....	62
5.3.1 Subjek Penelitian	62
5.3.2 Penelitian Selanjutnya.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN.....	73
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	106

Daftar Tabel

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Skala <i>Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire – Appearance Scale</i>	31
Tabel 3.2 Skoring Skala Citra Tubuh.....	32
Tabel 3.3 Kisi-kisi Skala <i>The 15 Social Inhibition Questionnaire</i>	33
Tabel 3.4 Skoring Skala <i>Social Inhibition</i>	34
Tabel 3.5 Hasil Perhitungan Uji Coba Instrumen Citra Tubuh.....	35
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Uji Coba Final Instrumen Citra Tubuh.....	36
Tabel 3.7 Hasil Perhitungan Uji Coba Instrumen <i>Social Inhibition</i>	38
Tabel 3.8 Kisi-Kisi Uji Coba Final Instrumen <i>Social Inhibition</i>	38
Tabel 4.1 Distribusi Usia Subjek Penelitian	41
Tabel 4.2 Distribusi Jenis Kelamin Subjek Penelitian	42
Tabel 4.3 Distribusi Pengalaman Menerima Ledekan atau Ejekan terkait Kondisi Tubuh Subjek Penelitian.....	42
Tabel 4.4 Distribusi <i>Body Mass Index</i> (BMI) Subjek Penelitian	43
Tabel 4.5 Distribusi Pendidikan Terakhir Subjek Penelitian	43
Tabel 4.6 Distribusi Pekerjaan Subjek Penelitian	44
Tabel 4.7 Distribusi Deskriptif Citra Tubuh	46
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Citra Tubuh.....	48
Tabel 4.9 Distribusi Deskriptif <i>Social Inhibition</i>	48
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor <i>Social Inhibition</i>	50
Tabel 4.11 Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	50
Tabel 4.12 Uji Linearitas.....	51
Tabel 4.13 Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	51
Tabel 4.14 Uji Regresi	52
Tabel 4.15 Uji Persamaan Regresi	53
Tabel 4.16 Gambaran Variabel Penelitian Berdasarkan Data Demografis.....	53
Tabel 4.17 Uji Tabulasi Silang Citra Tubuh	54
Tabel 4.18 Uji Tabulasi Silang <i>Social Inhibition</i>	55
Tabel 4.19 Uji Tabulasi Silang <i>Social Inhibition</i> dan Citra Tubuh.....	57

Daftar Gambar dan Grafik

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	22
Grafik 4.1 Histogram Distribusi Deskriptif Citra Tubuh.....	47
Grafik 4.2 Histogram Distribusi Deskriptif <i>Social Inhibition</i>	49



Daftar Lampiran

Lampiran 1. Instrumen Uji Coba	73
Lampiran 2. Analisis Uji Coba.....	78
Lampiran 3. Analisis Data Final	81
Lampiran 4. Data Demografis.....	100
Lampiran 5. Expert Judgment	104
Lampiran 6. Riwayat Hidup	106

