

**PENGARUH *BODY DISSATISFACTION* TERHADAP *SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY* PADA REMAJA AKHIR PEREMPUAN DI DKI JAKARTA**



**Disusun Oleh:  
Yolanda Novita Sari  
1801617149**

**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 *Body Dissatisfaction* terhadap *Social Physique Anxiety* pada Remaja Akhir  
Perempuan di DKI Jakarta”

Nama Mahasiswa : Yolanda Novita Sari  
Nomor Registrasi : 1801617149  
Jurusan/Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 12 Agustus 2021

Pembimbing I



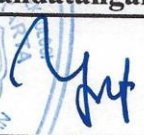
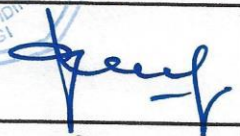



Santi Yudhistira, M.Psi.  
NIP. 198708182019032012

Pembimbing II



Irma Rosalinda Lubis, M.Si.  
NIP. 197101282005012001

**Panitia Ujian Sidang Skripsi**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		2 Sep 21
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		2 sept 21
Prof. Dr. Burhanuddin Tola, MA. (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2021
Fellianti Muzdalifah, M.Psi (Anggota)****		31 Agustus 2021
Dr.phil. Zarina Akbar, M.Psi. (Anggota)		31 Agustus 2021

Catatan:

\*Dekan FPPsi

\*\*Wakil Dekan I

\*\*\*Ketua Penguji

\*\*\*\*Dosen Penguji selain pembimbing

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Yolanda Novita Sari

NIM : 1801617149

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh *Body Dissatisfaction* terhadap *Social Physique Anxiety* pada Remaja Akhir Perempuan di DKI Jakarta" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari bulan Maret 2021 sampai bulan Juli 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, 31 Agustus 2021

Yang membuat pernyataan,



(Yolanda Novita Sari)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Yolanda Novita Sari  
NIM : 1801617149  
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Ps kologi/Psikologi  
Alamat email : yolandnvt@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 *Body Dissatisfaction* terhadap *Social Physique Anxiety* pada Remaja Akhir Perempuan di DKI 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, 10 September 2021

Penulis

( Yolanda Novita Sari )

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Yolanda Novita Sari  
NIM : 1801617149  
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 Non Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul

**“Pengaruh *Body Dissatisfaction* terhadap *Social Physique Anxiety* pada Remaja Akhir Perempuan di DKI Jakarta”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif 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 : 31 Agustus 2021

Yang menyatakan,



(Yolanda Novita Sari)

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*Let it flow like water, but make it strong like a wave*

*-Saya*

### **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orangtua saya yang telah menopang saya selama ini dan untuk diri saya di masa depan untuk dapat melihat kemampuan dan keinginan saya saat ini.

**Yolanda Novita Sari**

PENGARUH *BODY DISSATISFACTION* TERHADAP *SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY* PADA REMAJA AKHIR PEREMPUAN DI DKI JAKARTA

Skripsi

Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi  
Universitas Negeri Jakarta  
2021

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *body dissatisfaction* terhadap pada remaja perempuan berusia 18-22 tahun di DKI Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Variabel *Social Physique Anxiety* diukur menggunakan *Social Physique Anxiety Scale* (SPAS), sedangkan variabel *body dissatisfaction* diukur menggunakan *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS). Sampel pada penelitian ini ada sebanyak 137 orang dan pengumpulan data menggunakan kuesioner *online* yang kemudian disebar. Analisis data pada penelitian menggunakan analisis regresi linear sederhana. Hasil analisis menunjukkan nilai  $F\text{-hitung} = 24,519 > F\text{-tabel} = 3,92$  dan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$  sehingga dinyatakan bahwa terdapat pengaruh *body dissatisfaction* terhadap *Social Physique Anxiety* pada penelitian ini.

Kata kunci: Kecemasan Fisik Sosial, Ketidakpuasan Bentuk Tubuh, Remaja, Perempuan

**Yolanda Novita Sari**

**THE IMPACT OF BODY DISSATISFACTION ON SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY  
OF LATE FEMALE ADOLESCENCE IN DKI JAKARTA**

Skripsi

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

***Abstract***

*This study aims to examine the impact of body dissatisfaction on Social Physique Anxiety in adolescent girls aged 18-22 years in DKI Jakarta. The research method used is a quantitative method. The Social Physique Anxiety variable was measured using the Social Physique Anxiety Scale (SPAS), while the body dissatisfaction variable was measured using the Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale (MBSRQ-AS). The sample in this study was 137 people and data were collected using an online questionnaire which was then distributed. Data analysis in this study used simple linear regression analysis. The results of the analysis show that the  $F\text{-value} = 24,519 > F\text{-table} = 3,92$ , and the  $p\text{ value} = 0,00 < = 0,05$  so that it is stated that there is an impact of body dissatisfaction on Social Physique Anxiety of late female adolescence in this study.*

*Keywords: Social Physique Anxiety, Body Dissatisfaction, Adolescence, Female*



## KATA PENGANTAR

Segala Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas rahmatnya sehingga peneliti mampu menyelesaikan proses penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Body Dissatisfaction* terhadap *Social Physique Anxiety* pada Remaja Akhir Perempuan di DKI Jakarta” dengan baik dan lancar. Skripsi ini dibuat dengan tujuan untuk memenuhi salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Selama penyusunan skripsi ini, peneliti mendapatkan banyak bantuan dan dukungan. Oleh karena itu, pada 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. Gungum Gumelar, M.Si., selaku Wakil Dekan I 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 Mira Ariyani, Ph.D., 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 Santi Yudhistira, S.Psi, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing I peneliti yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing, membantu, mendorong, memberikan masukan serta saran dan mendengarkan keluh kesah peneliti selama proses penyusunan proposal skripsi ini.
7. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., selaku Dosen Pembimbing II peneliti yang memberikan dukungan, doa, bantuan, serta saran selama proses penyusunan proposal skripsi ini.
8. Ibu Deasyanti Ph.D., selaku Dosen Penasehat Akademik peneliti.

9. Seluruh Dosen Prodi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, wawasan, serta pengalamannya kepada peneliti.
10. Jajaran Staf Prodi Psikologi dan Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah meluangkan waktunya untuk membantu dan mempermudah perkuliahan peneliti selama ini.
11. Seluruh subjek penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya dan mengisi kuesioner penelitian ini.
12. Kepada kedua orang tua peneliti yang selalu mengingatkan dan menenangkan peneliti setiap kali peneliti merasa kesulitan dalam proses penyusunan skripsi ini. Kepada abang dan adik peneliti yang menghibur dengan cara masing-masing.
13. Kepada Ayu, Alfi, Fanny, dan Keke yang selalu hadir di setiap proses penyusunan skripsi peneliti dan membantu peneliti dalam setiap langkahnya. Juga kepada Nathania karena telah mengizinkan peneliti mengadopsi alat ukurnya dan menemani peneliti selama kuliah bersama Nada.
14. Kepada sahabat-sahabat dari SD dan SMA peneliti yang memberikan dukungan moril serta hiburan kepada peneliti selama penyusunan skripsi ini.
15. Kepada seluruh teman seangkatan peneliti yang membantu peneliti selama perkuliahan dan penyusunan

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun pada penelitian yang telah dilakukan ini. Peneliti juga berharap tulisan peneliti ini dapat membantu berbagai pihak yang membutuhkan informasi maupun pengetahuan dari penelitian ini.

Jakarta, 8 Agustus 2021

Penulis,

Yolanda Novita Sari

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
Abstrak .....	vi
<i>Abstract</i> .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GRAFIK.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian .....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
1.6.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.6.2 Manfaat Praktis .....	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	9

2.1	<i>Social Physique Anxiety</i> .....	9
2.1.1	Definisi.....	9
2.1.2	Aspek <i>Social Physique Anxiety</i> .....	10
2.1.3	Faktor yang Mempengaruhi <i>Social Physique Anxiety</i> .....	10
2.1.4	Pengukuran <i>Social Physique Anxiety</i> .....	12
2.2	<i>Body Dissatisfaction</i> .....	12
2.2.1	Definisi.....	12
2.2.2	Dimensi <i>Body Dissatisfaction</i> .....	13
2.2.3	Pengukuran <i>Body Dissatisfaction</i> .....	14
2.3	Remaja Akhir.....	14
2.4	Dinamika Hubungan Antara <i>Social Physique Anxiety</i> dan <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Remaja Akhir Perempuan.....	15
2.5	Kerangka Konseptual atau Kerangka Pemikiran.....	16
2.6	Hipotesis.....	17
2.7	Hasil Penelitian yang Relevan.....	18
BAB III METODE PENELITIAN.....		23
3.1	Tipe Penelitian.....	23
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian .....	23
3.2.1	Definisi Konseptual Variabel Penelitian .....	23
3.2.1.1	<i>Social Physique Anxiety</i> .....	23
3.2.1.2	<i>Body Dissatisfaction</i> .....	24
3.2.2	Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	24
3.2.2.1	<i>Social Physique Anxiety</i> .....	24
3.2.2.2	<i>Body Dissatisfaction</i> .....	24

3.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
3.3.1	Populasi.....	25
3.3.2	Sampel.....	25
3.3.2.1	Teknik Pengambilan Sampel .....	25
3.4	Teknik Pengumpulan Data .....	25
3.4.1	Instrumen Penelitian.....	25
3.4.1.1	<i>Social Physique Anxiety</i> .....	25
3.4.1.2	<i>Body Dissatisfaction</i> .....	26
3.5	Uji Coba Terpakai Instrumen .....	28
3.5.1	<i>Hasil Instrumen Social Physique Anxiety</i> .....	28
3.5.2	<i>Hasil Instrumen Body Dissatisfaction</i> .....	30
3.6	Analisis Data .....	32
3.6.1	Uji Statistik.....	32
3.6.2	Uji Normalitas .....	32
3.6.3	Uji Linearitas.....	32
3.6.4	Analisis Regresi .....	32
3.6.5	Hipotesis.....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>33</b>
4.1	Gambaran Subjek Penelitian .....	33
4.1.1	Gambaran Usia Subjek Penelitian.....	33
4.1.2	Gambaran Domisili Subjek Penelitian .....	34
4.1.3	Gambaran BMI Subjek Penelitian .....	34
4.2	Prosedur Penelitian.....	35
4.2.1	Persiapan Penelitian .....	35

4.2.2	Pelaksanaan Penelitian .....	37
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian .....	38
4.3.1	Data Deskriptif <i>Social Physique Anxiety</i> .....	38
4.3.1.1	Kategorisasi Skor <i>Social Physique Anxiety</i> .....	39
4.3.2	Data Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i> .....	40
4.3.2.1	Kategorisasi Skor <i>Body Dissatisfaction</i> .....	41
4.3.3	Uji Normalitas .....	42
4.3.4	Uji Linearitas.....	42
4.3.5	Uji Korelasi .....	43
4.3.6	Analisis Regresi .....	44
4.4	Pembahasan .....	44
4.5	Keterbatasan Penelitian .....	46
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>		<b>47</b>
5.1	Kesimpulan.....	47
5.2	Implikasi .....	47
5.3	Saran .....	48
5.3.1	Bagi Remaja .....	48
5.3.2	Bagi Peneliti Selanjutnya .....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>49</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>53</b>

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Histogram Distribusi Deskriptif dari *Social Physique Anxiety*..... 39

Grafik 4. 2 Histogram Distribusi Deskriptif *Body Dissatisfaction* ..... 41



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen <i>Social Physique Anxiety Scale</i> .....	26
Tabel 3.2 Skoring Instrumen <i>Social Physique Anxiety</i> .....	26
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen <i>Multidimensional Body Self Relations Questionnaire- Appearance Scale</i> .....	27
Tabel 3.4 Skoring Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i> .....	28
Tabel 3.5 Daya Diskriminasi Item Instrumen <i>Social Physique Anxiety</i> .....	29
Tabel 3.6 Kisi-kisi Final Instrumen <i>Social Physique Anxiety Scale</i> .....	30
Tabel 3.7 Daya Diskriminasi Item Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i> .....	30
Tabel 3.8 Kisi-kisi Final Instrumen <i>Multidimensional Body Self Relations Questionnaire-Appearance Scale</i> .....	31
Tabel 4. 1 Gambaran Usia Subjek Penelitian.....	33
Tabel 4. 2 Gambaran Domisili Subjek Penelitian .....	34
Tabel 4. 3 Gambaran BMI Subjek Penelitian.....	35
Tabel 4. 4 Data Deskriptif <i>Social Physique Anxiety</i> .....	38
Tabel 4. 5 Kategorisasi <i>Social Physique Anxiety</i> .....	39
Tabel 4. 6 Data Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i> .....	40
Tabel 4. 7 Hasil Uji Linearitas .....	43
Tabel 4. 8 Hasil Uji Korelasi.....	43
Tabel 4. 9 Hasil Analisis Regresi .....	44