

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* TERHADAP TINGKAT KEPERCAYAAN  
DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMA N 1 JAMBLANG  
KABUPATEN CIREBON**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik  
dalam memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYEKH NURJATI CIREBON  
TAHUN 2024**

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* TERHADAP TINGKAT KEPERCAYAAN  
DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMA N 1 JAMBLANG  
KABUPATEN CIREBON**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik  
dalam memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYEKH NURJATI CIREBON  
TAHUN 2024**

## ABSTRAK

### **Vina Feliana (1908306093) : HUBUNGAN *BODY IMAGE* TERHADAP TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMA N 1 JAMBLANG KABUPATEN CIREBON**

*Body Image* merupakan konsep pemahaman terhadap cara pandang diri melalui pemberian penilaian atas yang dirasakan dan difikirkan terhadap ukuran tubuh dan bentuk tubuh. *Body image* yang positif dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Fase remaja merupakan fase yang paling cepat mengalami perubahan baik kemampuan kognitif, emosional, bentuk tubuh dan lain sebagainya.

Tujuan penelitian ini yaitu Mengetahui profil *body image* pada remaja putri serta profil kepercayaan diri pada remaja putri kelas XI di SMA N 1 Jamblang dan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan tingkat kepercayaan diri pada remaja putri kelas XI di SMA N 1 Jamblang.

Hubungan antara *Body Image* dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja putri menjadi hal yang penting. Hal ini bertujuan agar seorang remaja dapat mengerahkan seluruh kemampuannya untuk dapat mengembangkan dirinya kearah yang positif.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif adapun metode yang digunakan yaitu kuantitatif korelasional. Dengan jumlah populasi sebanyak 190 dan sampel sebanyak 48 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah angket atau kuesioner, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis yang digunakan yaitu uji normalitas, uji korelasi, uji linieritas dan uji hipotesis.

Hasil dari penelitian ini ialah 1) Profil *Body Image* yang dimiliki oleh remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Jamblang termasuk kedalam kategori Tinggi dengan presentase sebesar 80,14%. 2) Tingkat Kepercayaan diri yang dimiliki oleh remaja putri kelas XI SMA Negeri 1 Jamblang termasuk kedalam kategori tinggi dengan presentase 76,35%. 3) Hubungan *Body Image* dengan tingkat kepercayaan diri remaja putri di kelas XI SMA Negeri 1 Jamblang memiliki hubungan yang kuat atau tinggi dengan nilai 0,799 atau berada pada interval 0,70 – 0,90. Sedangkan besar nilai sig. 0,000 jika dibandingkan nilai  $\alpha$  maka  $\text{Sig } 0,000 < 0,05$  dengan begitu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara profil *Body Image* dengan tingkat kepercayaan diri.

**Kata Kunci** : *Body Image, Kepercayaan Diri, Remaja Putri*

## ABSTRACT

**Vina Feliana (1908306093) : THE RELATIONSHIP OF BODY IMAGE TO LEVEL OF SELF-CONFIDENCE IN CLASS XI ADOLESCENT WOMEN IN SMA N 1 JAMBLANG, CIREBON DISTRICT**

*Body Image is a concept of understanding how one views oneself through assessing what one feels and thinks about body size and body shape. A positive body image can increase a person's self-confidence. The adolescent phase is the phase that experiences the most rapid changes in cognitive, emotional abilities, body shape and so on.*

*The aim of this research is to find out the body image profile of teenage girls and the profile of self-confidence in class XI girls at SMA N 1 Jamblang and to find out the relationship between body image and the level of self-confidence in class XI girls at SMA N 1 Jamblang.*

*The relationship between body image and the level of self-confidence in young women is important. This aims to ensure that a teenager can mobilize all his abilities to develop himself in a positive direction.*

*This research uses a quantitative approach, the method used is quantitative correlational. With a population of 190 and a sample of 48 people with a sampling technique using purposive sampling technique. The data collection techniques used are questionnaires, observation and documentation. The analysis techniques used are normality test, correlation test, linearity test and hypothesis test.*

*The results of this research are 1) The body image profile of class XI teenage girls at SMA Negeri 1 Jamblang is included in the High category with a percentage of 80.14%. 2) The level of self-confidence possessed by class XI teenage girls at SMA Negeri 1 Jamblang is included in the high category with a percentage of 76.35%. 3) The relationship between Body Image and the level of self-confidence of young women in class XI SMA Negeri 1 Jamblang has a strong or high relationship with a value of 0.799 or in the interval 0.70 – 0.90. Meanwhile, the large sig value. 0.000 when compared to the  $\alpha$  value, then  $\text{Sig } 0.000 < 0.05$ , so  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, meaning there is a significant relationship between the Body Image profile and the level of self-confidence.*

**Keywords:** *Body Image, Self-Confidence, Young Women*

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

### *Bismillahirrokhmanirrokhim*

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya dengan judul “Hubungan *Body Image* Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMA N 1 Jamblang Kabupaten Cirebon” ini beserta seluruh isinya adalah karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi atau apapun yang dijatuhkan kepada saya dengan peraturan yang berlaku. Apabila di kemudian hari adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan, atau ada klaim terhadap keaslian karya yang telah saya buat ini.



Cirebon, 19 Maret 2024

Yang membuat pernyataan



**Vina Feliana**

**NIM 1908306093**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING**  
**HUBUNGAN *BODY IMAGE* TERHADAP TINGKAT KEPERCAYAAN**  
**DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMA N 1 JAMBLANG**  
**KABUPATEN CIREBON**

Disusun Oleh :

Vina Feliana

NIM. 1908306093

**Menyetujui :**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

  
**Bambang Setiawan, M.Pd**

NIP.198907062018011002

  
**Nurhannah Widiанти, M.Pd**

NIP. 19920811 201903 2 011

**Mengetahui :**

**Ketua Jurusan BKI**

  
**Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I**

NIP. 198307052011011014

## NOTA DINAS

Kepada  
Yth. Ketua Jurusan Bimbingan  
Konseling Islam  
IAIN Syekh Nurjati Cirebon  
Di Cirebon

*Assalamu'alaikum Wr.Wb*

Setelah melaksanakan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Vina Feliana

NIM : 1908306093

Judul : **HUBUNGAN *BODY IMAGE* TERHADAP TINGKAT  
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS XI  
DI SMA N 1 JAMBLANG KABUPATEN CIREBON**

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk di Munaqosahkan.

*Wassalu'alaikum Wr.Wb*

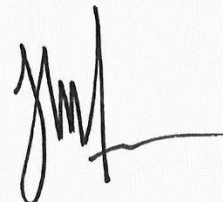
Cirebon, 19 Maret 2024

**Pembimbing I**



**Bambang Setiawan, M.Pd**  
NIP.198907062018011002

**Pembimbing II**




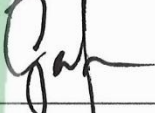
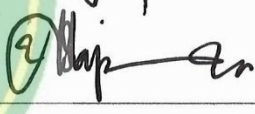

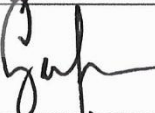
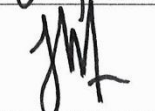
**Nurhannah Widiанти, M.Pd**  
NIP. 19920811 201903 2 011

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “*Hubungan Body Image Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMA N 1 Jamblang Kabupaten Cirebon*” oleh Vina Feliana, NIM 1908306093, telah dimunaqosyahkan pada hari kamis tanggal 07 Maret 2024 di hadapan dewan penguji dan di nyatakan LULUS.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

Cirebon, 14 Mei 2024

Panitia Munaqosah	Tanggal	Tanda Tangan
<b>Ketua Jurusan</b> Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 198307052011011014	20 / 05 - 2024	
<b>Sekretaris Jurusan</b> Bambang Setiawan, M.Pd NIP. 198907062018011002	20 / 05 - 2024	
<b>Penguji I</b> Eha Julaeha, M.A NIP. 19721215 201411 2 001	20 / 05 - 2024	
<b>Penguji II</b> Dr. Hj. Rina Rindanah, S.Ag, M.Pd NIP. 19731009 199703 2 003	20 / 05 - 2024	
<b>Pembimbing I</b> Bambang Setiawan, M.Pd NIP.198907062018011002	20 / 05 - 2024	
<b>Pembimbing II</b> Nurhannah Widianti, M.Pd NIP. 19920811 201903 2 011	20 / 05 - 2024	

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam



Dr. Siti Fatimah, M.Hum

NIP. 196509141998032001



## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Bismillahirrahmanirrahim*

*Alhamdulillah* rabbil' alamin, Puji syukur kupanjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan setiap kesempatan yang telah Engkau berikan. Segala keberkahan yang didapat mengantarkanku pada satu titik yang sangat ku syukuri serta telah diberi begitu banyak anugerah, tempat yang indah dengan jalan takdir yang tak kalah indah dan dikelilingi orang-orang baik yang menyayangi dan mendukung saya. Terimakasih atas karunia yang Engkau berikan kepadaku untuk dapat menuntut ilmu di bangku perkuliahan ini, selesainya tugas akhir skripsi ini merupakan awal dari kehidupan baru yang akan dimulai.

Dengan rasa syukur yang mendalam serta setulus hati kupersembahkan skripsi ini teruntuk diri sendiri dan mereka yang selalu mendukung dan mendo'akan sepanjang perjalanan ini kepada:

1. Almarhum papah Nasuha, terimakasih telah banyak memberikan pelajaran bagi penulis, rasa kasih sayang, dan perjalanan waktu yang telah dihabiskan bersama penulis. Semoga Allah tempatkan Engkau bersamanya. Aamiin...
2. Kepada Mamah dan bapak Eliyah & Bpk. H Tuwadi atas kasih sayang yang selalu telercurahkan kepada putrimu ini. Tidak ada kata selain Terimakasih untuk membalas segala do'a, ridho, pengorbanan, bimbingan, dukungan, semangat, dan motivasi yang selalu diberikan. Besar harapan saya semoga bisa membanggakan kalian. *Aamiin*
3. Teruntuk kedua Dosen Pembimbing Skripsiku yaitu bapak Bambang Setiawan M.Pd, ibu Nurhannah Widianti M.Pd dan ibu Mumtaz Afridah M. Psi yang telah dengan sabar membimbing dan mengarahkan mahasiswanya yang satu ini dalam penyusunan skripsi ini, semoga semua kebaikan bapak dalam membimbing mendapatkan pahala dari Allah SWT. *Aamiin*
4. Teruntuk kakak Novia Fariani, Elan Maulana, Wulan Afriliani, Evayani, Asnal yang telah banyak memberikan dukungan, bantuan, kasih sayang, perhatian kepada penulis untuk dapat menyelesaikan Studi Sarjana S1 ini.
5. Teruntuk sahabatku Atika, Setiana, Desi, Amalia, Devi yang telah banyak

memberikan dukungan, motivasi, kasih sayang dan banyak menghibur kepada penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Teruntuk Teman seperjuangan Yuyun Yuniarti, Aulia Fitri Amalia terimakasih atas kerjasama, dukungan, motivasi, bantuan yang telah banyak diberikan kepada penulis dalam mewarnai masa perkuliahan ini.
7. Teruntuk Teman pelaku Pariwisata dan biro perjalanan *Tour and Travel* Ciayumajakuning dan Brebes yang telah membantu memotivasi, dan mendorong saya agar segera menyelesaikan Skripsi ini.

Akhir kata yang dapat penulis sampaikan, terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis selama masa perkuliahan di IAIN Syekh Nurjati Cirebon baik bantuan secara moril maupun materil yang tidak dapat disebutkan satu persatu.



## RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Vina Feliana  
Tempat Tanggal Lahir : Cirebon, 27 Juni 2000  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Ds. Setu Wetan  
Blok. Blongsongan RT 03 RW  
02 Kec. Weru Kabupaten  
Cirebon  
Email : [vinafeliana2706@gmail.com](mailto:vinafeliana2706@gmail.com)  
No. Handphone : 08978445031

Latar Belakang Pendidikan :

1. Sekolah Dasar Negeri 2 Setu Wetan Bank Jabar
2. Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Weru
3. Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jamblang
4. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon Jurusan Bimbingan Konseling Islam Tahun 2019 dan Lulus Tahun 2024.

Pengalaman Organisasi :

1. Anggota PMR Madya Smpn 1 Weru (2014)
2. Ketua Futsal Putri Sman 1 Jamblang (2017)
3. Anggota Osis Sman 1 Jamblang (2017)
4. Anggota Rohis Sman 1 Jamblang (2016)
5. Anggota Teather Awal (2021)

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Alhamdulillah puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt yang telah melimpahkan rahmat serta kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

Shalawat serta salam tak lupa penulis limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan insya allah kita sebagai umatnya hingga akhir zaman aamiin ya rabbal alamiin.

Skripsi yang berjudul “Hubungan *Body Image* Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMA N 1 Jamblang Kabupaten Cirebon” ini ditulis dan disusun untuk memenuhi syarat kelulusan pada pendidikan Strata 1 di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, sulit rasanya dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan rendah hati sebagai ungkapan rasa syukur, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M.Ag selaku Rektor IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
2. Ibu Dr. Siti Fatimah, M.Hum Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon
3. Bapak Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
4. Bapak Bambang Setiawan, M.Pd Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati.
5. Teruntuk kedua Dosen Pembimbing Bapak Bambang Setiawan, M.Pd dan Ibu Nurhannah Widianti, M.Pd yang senantiasa bersedia membimbing serta memberikan arahan agar penulisan skripsi berjalan dengan baik dan benar. (Semoga setiap ikhlas dan arahan yang terulur mendapat balasan dari Allah SWT).

6. Bapak selaku orang tua penulis yang selalu mendoakan, sabar, menasehati, mendukung, membimbing dan memberikan semangat selama kuliah dan penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh dosen dan staf jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon atas dedikasi, serta ilmu dan nasehat yang telah diberikan selama penulis menempuh pendidikan strata 1 di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
8. Segenap teman-teman mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam Khususnya angkatan 2019 yang telah berjuang bersama, membantu, serta memberikan semangat satu sama lain
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu telah membantu dalam penyusunan skripsi ini baik secara moril maupun materil.

Dengan segala kerendahan hati penulis menyampikan mohon maaf yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang terikat atas segala kehilafan dan kekurangan dalam penyusunan serta penulisan skripsi ini, karena penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kata sempurna dan pada hakikatnya tiada manusia yang sempurna, kesempurnaan hanya milik Allah Swt semata.

Tiada kata yang dapat penulis sampaikan selain ucapan doa dan terimakasih teriring untuk semua pihak, semoga segala amal kebaikan yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balsan yang lebih dari Allah Swt. *Aamiin.. Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Cirebon, 19 Maret 2024

Penulis

Vina Feliana

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>v</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
1. Secara Teoritis .....	5
2. Secara Praktis .....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>7</b>
A. Kepercayaan Diri .....	7
B. Body Image .....	14
C. Remaja Putri.....	20
D. Penelitian Terdahulu .....	23
E. Kerangka Pikiran.....	24
F. Hipotesis Statistik .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Metode dan Pendekatan Penelitian .....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
C. Penentuan Populasi dan Sampel.....	29
D. Definisi Operasional Variabel.....	31
E. Teknik Pengumpulan Data.....	33
F. Instrumen Penelitian.....	34
G. Kisi-Kisi Instrumen.....	35
H. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	44

I. Teknik Analisis Data.....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>54</b>
A. Hasil Penelitian .....	54
B. Pembahasan.....	66
C. Keterbatasan Penelitian.....	74
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>75</b>
A. Kesimpulan .....	75
B. Saran.....	76
C. Implikasi Penelitian.....	76
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>



## DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3.2 Skala Likert .....	37
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Kepercayaan Diri (Sebelum Uji Validitas) .....	40
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Instrumen Kepercayaan Diri (Sesudah Uji Validitas) .....	42
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Body Image .....	45
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Body Image Ke-Dua .....	46
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri .....	48
Tabel 3.10 Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri Ke-Dua .....	47
Tabel 3.11 Interpretasi Reliabilitas .....	48
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas Variabel X Body Image .....	48
Tabel 3.13 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y Kepercayaan Diri .....	49
Tabel 3.14 Interpretasi Kategorisasi Body Image .....	51
Tabel 3.15 Interpretasi Kategorisasi Body Image .....	51
Tabel 4.1 Hasil Deskripsi Data Profil Body Image pada Remaja Putri di Kelas XI SMAN 1 Jamblang .....	54
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Profil Body Image pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Jamblang .....	55
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Profil Body Image Remaja Putri kelas XI di SMA Negeri 1 Jamblang Berdasarkan Aspek .....	56
Tabel 4.4 Hasil Deskripsi Data Profil Kepercayaan Diri pada Remaja Putri di Kelas XI SMAN 1 Jamblang .....	59
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Profil Body Image pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Jamblang .....	60
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri Berdasarkan Aspek .....	61
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test .....	64
Tabel 4.9 Hasil Uji Linieritas .....	65
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi .....	66