

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN *SELF-CONFIDENCE***  
**REMAJA PUTRI PENGGUNA APLIKASI TIKTOK**

**SKRIPSI****UIN SUSKA RIAU**

Disusun Oleh:

**RIFA AFZALURRAHMAH****NIM. 12060124859**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**PEKANBARU**  
**1447 H / 2025 M**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# **HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN *SELF-CONFIDENCE***

## **REMAJA PUTRI PENGGUNA APLIKASI TIKTOK**

### **SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



**UIN SUSKA RIAU**

Disusun Oleh:

**RIFA AFZALURRAHMAH**

**NIM. 12060124859**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
1447 H / 2025 M**



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF CONFIDENCE* REMAJA PUTRI  
PENGUNA APLIKASI TIKTOK**

Disusun Oleh:

**RIFA AFZALURRAHMAH**

**NIM. 12060124859**

**SKRIPSI**

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 2 Juni 2025

Pembimbing

**Ikhwani Sifa, M.Psi., Psikolog**

**NIP. 198604272015032005**



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI

كلية علم النفس

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

## PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Rifa Afzalurrahmah  
NIM : 12060124859  
Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* Dengan *Self Confidence*  
Remaja Putri Pengguna Aplikasi TikTok

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari / Tanggal : Rabu / 11 Juni 2025  
Bertepatan Dengan : Rabu / 15 Dzulhijjah 1446 H

## TIM PENGUJI

Ketua

Dr. Masyhuri, M.Si  
NIDN. 2022117701

Sekretaris

Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 1027048603

Penguji I

Elvusra Ulfah, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 2021038404

Penguji II

Hirmaningsih, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 2015037302

Mengetahui  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



Dr. H. Kusnadi, M.Pd  
NIDN. 2012126701





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Rifa Afzalurrahmah  
 Nim : 12060124859  
 Tempat/Tgl Lahir : Perawang/05 April 2002  
 Fakultas/Pascasarjana : Psikologi  
 Prodi : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* :

Hubungan Body Image Dengan Self Confidence Remaja Putri  
Pengguna Aplikasi TikTok.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*~~ dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*~~ saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*~~ saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 01 Juli 2025  
 Yang membuat pernyataan

  
  
**Rifa Afzalurrahmah**  
 NIM. 12060124859

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## MOTTO

أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝

“Hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram”

-(QS. Ar-Rad: 28)

*“to live for the hope of it all”*

-Taylor Swift

UIN SUSKA RIAU



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirabbil'alamin...*

Segala puji bagi Allah Subhanallahu Wa Ta'ala, pemilik langit dan bumi. Tiada kata indah selain rasa syukur yang amat terdalam atas rahmat dan hidayah oleh-

Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak pula terlupakan, shalawat beserta salam peneliti haturkan kepada sang Rasulullah Shalallahu Alaihi

Wassalam sang kekasih Allah.

Karya tulis ini dipersembahkan untuk:

**Ayahanda Novrizal dan Ibunda Nelfa Yanti**

Sosok dibalik manusia yang berjuang untuk mewujudkan mimpi yang digenggam, sosok penyemangat dan motivasi terbesar yang telah berjuang dan berkorban serta mendoakan peneliti dengan ikhlas tanpa pamrih berharap tersampaikan kepada sang pemilik langit. Segala kata dan bentuk ucapan terimakasih akan selalu peneliti persembahkan kepada kedua malaikat tak bersayap yang telah membawa peneliti pada kehidupan yang penuh harapan ini.

**Adinda Najwa Afifah Zalfa dan Afika Khumairah Zalfa**

Kepada adik-adik tersayang, motivasi terbesar peneliti agar menjadi panutan kelak, yang selalu mendukung dan menyemangati peneliti untuk terus bisa mewujudkan dan meraih mimpi. Terimakasih telah hadir dan menemani di masa-masa pertumbuhan yang disertai canda tawa dan tingkah laku riang gembira.

Peneliti harap semoga kelak adik-adik bisa mengikuti jejak peneliti untuk selalu berjuang demi menggapai cita-cita.

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Puji dan Syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, atas segala Rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan *Body Image* Dengan *Self-Confidence* Remaja Putri Pengguna Aplikasi TikTok”** ini dengan tepat waktu, serta tak lupa shalawat dan salam kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW atas petunjuk dan risalah Nya yang telah membawa kita semua dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang.

Terselesaikannya skripsi ini tidak luput dari bantuan dan do’a restu serta dorongan dari berbagai pihak yang telah membantu peneliti memberikan referensi dalam pembuatan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti dengan segenap kerendahan hati mengucapkan rasa terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Novianti MS, S.E, M.Si, Ak, CA selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau selaku pimpinan tertinggi yang senantiasa mendukung kemajuan pendidikan dan menciptakan lingkungan akademik yang kondusif bagi seluruh mahasiswa.
2. Bapak Dr. Kusnadi, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Bapak Dr. H. Zuriatul Khairi, M.Ag, M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah. M.Si, M.Sc selaku Wakil Dekan II dan Ibu Dr. Yuslenita Muda selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, terimakasih atas bantuan dan kemudahan yang telah diberikan kepada peneliti dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.

3. Terimakasih kepada Ibu Salmiyati, M.Psi., Psikolog selaku penasehat akademik peneliti. Beliau merupakan PA yang sangat baik, telah bersedia selama ini untuk meluangkan waktu dan pikirannya demi menasehati peneliti.
4. Terimakasih yang tiada terhingga kepada Ibu Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing dalam penyelesaian skripsi ini. Terimakasih yang sebanyak-banyaknya karena telah bersedia untuk meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membantu peneliti, hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Terimakasih kepada Ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog dan Ibu Hirmaningsih, M.Psi., Psikolog selaku narasumber atas bimbingan, saran, arahan dan masukan yang bermanfaat dalam proses penyusunan skripsi ini.
6. Terimakasih kepada seluruh Dosen Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak memberi bantuan, bimbingan, arahan, dan bekal ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat bagi peneliti selama masa perkuliahan dan untuk masa yang akan datang.
7. Terimakasih banyak kepada seluruh staf Akademik, Umum, Tata Usaha dan Perpustakaan Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah melayani segala keperluan peneliti selama masa perkuliahan hingga masa penyusunan skripsi.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

8. Teristimewa untuk Ayahanda dan Ibunda, ucapan terima kasih yang tak terhingga atas semua doa, dukungan, dan motivasi yang diberikan selama proses ini. Setiap doa yang terucap maupun yang tak terdengar, kata-kata hangat yang memotivasi yang selalu ayah dan ibu ucapkan merupakan hal terindah untuk pembangkit semangat peneliti dalam segala kondisi.
9. Terimakasih kepada adik-adik ku tersayang Najwa Afifah Zalfa dan Afika Khumairah Zalfa yang telah memberi semangat kepada peneliti selama proses mengerjakan skripsi.
10. Terimakasih kepada Oma, Usu, Ante Ita, Om Hermanto, Wak Ay, Paman Jep dan keluarga lainnya yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, yang mana telah mendukung, mendoakan serta membantu dalam segi materi dalam proses pengerjaan skripsi ini.
11. Terimakasih banyak peneliti ucapkan khusus kepada sahabat-sahabat seperjuangan semasa kuliah, Yenni, Dilla, Putri, Ciput, Tiwi, kak Lia, Rizqi, Shintia dan Tia yang selalu memberi bantuan pikiran dan tenaga, dukungan serta semangat kepada peneliti baik dikampus maupun diluar kampus.
12. Terimakasih kepada teman-teman dari kelas F angkatan 2020 yang telah membersamai semasa belajar di kelas.
13. Terimakasih untuk teman-teman GlodiSQ yang sampai hari ini masih satu. Terimakasih telah mendoakan dan menyemangati peneliti semasa perjalanan skripsi ini.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

14. Terimakasih juga untuk Nila, Ria, Emita, Akmal dan Fajar telah menemani peneliti dari semasa SMA hingga hari ini. Terimakasih juga telah mendoakan dan menyemangati peneliti semasa perjalanan skripsi ini.
15. Terimakasih untuk Gee, selalu menjadi pendengar yang baik untuk peneliti hingga akhir cerita.
16. Terimakasih peneliti ucapkan kepada responden penelitian skripsi ini yang telah bersedia dan meluangkan waktu secara sukarela demi terselesaikannya skripsi ini.
17. Terimakasih pula kepada semua pihak yang terlibat dalam proses skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembacanya, *Aamiin ya robbal a'lam.*

***Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

Pekanbaru, 09 Juli 2025

**Peneliti**

**Rifa Afzalurrahmah**  
**NIM. 12060124859**



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING</b>	
<b>LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIASI</b>	
<b>MOTTO .....</b>	<b>i</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Keaslian Penelitian .....	9
E. Manfaat Penelitian .....	11
<b>BAB II: TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>12</b>
A. <i>Self-Confidence</i> .....	12
1. Definisi <i>Self-Confidence</i> .....	12
2. Aspek-Aspek <i>Self-Confidence</i> .....	13
3. Faktor-faktor <i>Self-Confidence</i> .....	15
B. <i>Body Image</i> .....	18
1. Definisi <i>Body Image</i> .....	18
2. Aspek-aspek <i>Body Image</i> .....	19
3. Faktor-faktor <i>Body Image</i> .....	21
4. Jenis-jenis <i>Body Image</i> .....	23
C. Kerangka Berpikir .....	24
D. Hipotesis .....	28
<b>BAB III: METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
A. Desain Penelitian .....	29
B. Identifikasi Variabel .....	29





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**© Hak cipta milik UIN Suska Riau**

**State Islamic University of Sunan Syarif Kasim Riau**

C. Definisi Operasional .....	29
1. <i>Self-Confidence</i> .....	29
2. <i>Body Image</i> .....	30
D. Populasi Dan Sampel.....	30
1. Populasi Penelitian .....	30
2. Sampel Penelitian .....	31
3. Teknik Sampling .....	31
E. Metode Pengumpulan Data.....	32
F. Uji Coba Alat Ukur.....	36
1. Uji Validitas .....	36
2. Uji Reliabilitas .....	37
3. Uji Daya Beda.....	37
G. Teknik Analisis Data.....	39
H. Jadwal Penelitian.....	40
<b>BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>41</b>
A. Pelaksanaan Penelitian.....	41
B. Hasil Penelitian.....	42
1. Gambaran Umum Subjek Penelitian .....	42
2. Uji Asumsi .....	43
3. Hasil Uji Hipotesis.....	44
4. Koefisien Determinasi .....	44
5. Deskripsi Kategori Data.....	45
C. Analisis Tambahan.....	47
D. Pembahasan .....	48
<b>BAB V: PENUTUP.....</b>	<b>54</b>
A. Kesimpulan .....	54
B. Saran.....	54
1. Bagi remaja putri .....	54
2. Bagi peneliti selanjutnya.....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>63</b>



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta dilindungi undang-undang UIN Suska Riau  
Sultan Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	: Jumlah Populasi Remaja Putri di Kota Pekanbaru.....	31
Tabel 3.2	: Skor Pilihan Jawaban Pada Skala <i>Self-Confidence</i> .....	33
Tabel 3.3	: Skor Pilihan Jawaban Pada Skala <i>Body Image</i> .....	33
Tabel 3.4	: <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Confidence</i> .....	34
Tabel 3.5	: <i>Blueprint</i> Skala <i>Body Image</i> .....	35
Tabel 3.6	: Koefisien Reliabilitas.....	37
Tabel 3.7	: <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Confidence</i> Setelah Uji Coba.....	38
Tabel 3.8	: <i>Blueprint</i> Skala <i>Body Image</i> Setelah Uji Coba.....	39
Tabel 3.9	: Jadwal Penelitian.....	40
Tabel 4.1	: Data Demografi.....	42
Tabel 4.2	: Uji Normalitas.....	43
Tabel 4.3	: Uji Linearitas.....	44
Tabel 4.4	: Uji Hipotesis.....	44
Tabel 4.5	: Uji Koefisien Determinasi.....	45
Tabel 4.6	: Kategorisasi <i>Self-Confidence</i> .....	46
Tabel 4.7	: Kategorisasi <i>Body Image</i> .....	47
Tabel 4.8	: Korelasi Peraspek <i>Body Image</i> dan <i>Self-Confidence</i> .....	48



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	: Lembar Validasi Alat Ukur.....	63
Lampiran B	: Skala Penelitian <i>Offline</i> .....	92
Lampiran C	: Skala Penelitian <i>Online</i> .....	99
Lampiran D	: Data Mentah <i>Try Out</i> .....	109
Lampiran E	: Hasil Uji Reliabilitas.....	129
Lampiran F	: Data Mentah Penelitian.....	134
Lampiran G	: Uji Asumsi dan Uji Hipotesis.....	153
Lampiran H	: Data Demografi Subjek Penelitian.....	157
Lampiran I	: Frekuensi Data Demografi.....	167
Lampiran J	: Kategorisasi Data.....	170
Lampiran K	: Analisis Tambahan.....	172
Lampiran L	: Tabel Jumlah Sampel Penelitian.....	174
Lampiran M	: Data <i>Outlier</i> .....	176
Lampiran N	: Tabel Uji F.....	178
Lampiran O	: MBSRQ-AS <i>User's Manual</i> .....	182
Lampiran P	: Surat-Surat Penelitian.....	184



## Hubungan *Body Image* Dengan *Self-Confidence* Remaja Putri Pengguna Aplikasi TikTok

Rifa Afzalurrahmah

[rifaafzalurrahmah@gmail.com](mailto:rifaafzalurrahmah@gmail.com)

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

### Abstrak:

*Self-confidence* merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja putri, karena berkaitan dengan kemampuan sosial dan kesehatan mental remaja putri. Namun, dalam era media sosial, khususnya TikTok, *self-confidence* rentan menurun akibat paparan standar kecantikan yang tidak realistis. Salah satu yang mempengaruhi *self-confidence* adalah *body image* yang dimiliki oleh remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *self-confidence* pada remaja putri pengguna aplikasi TikTok di Kota Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan 274 subjek yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*, berdasarkan kriteria: remaja putri berusia 15–19 tahun, berdomisili di Pekanbaru, dan menggunakan TikTok selama minimal 1–2 jam per hari. Instrumen yang digunakan yaitu *Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBRSQ-AS) dan skala *Self-Confidence*. Analisis data menggunakan teknik korelasi *Pearson* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dan *self-confidence* dengan nilai korelasi sebesar 0,642 dengan nilai signifikan 0,000 ( $p \leq 0,05$ ). Artinya, *body image* berhubungan dengan *self-confidence* remaja putri pengguna aplikasi tiktok. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya membangun *body image* positif guna mendukung *self-confidence* dan kesehatan mental remaja putri dalam menghadapi pengaruh media sosial.

Kata Kunci: *Body Image*, *Self-Confidence*, Remaja Putri, TikTok

UIN SUSKA RIAU





## ***The Relationship Between Body Image and Self-Confidence Among Adolescent Girls Who Use TikTok***

Rifa Afzalurrahmah  
[rifaafzalurrahmah@gmail.com](mailto:rifaafzalurrahmah@gmail.com)

Faculty Of Psychology  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### ***Abstract:***

*Self-confidence is crucial aspect in the development of adolescent girls, as it is closely related to social interaction abilities and mental health. However, in the era of social media, particularly TikTok, adolescent's self-confidence is vulnerable to beauty standards. One of the factors that may influence self-confidence is body image. This study aims to examine the relationship between body image and self-confidence among adolescent girls who use TikTok in Pekanbaru. The study used a quantitative correlational method with 274 participants selected through purposive sampling, based on criteria: female adolescents aged 15–19, living in Pekanbaru, and using TikTok for at least 1–2 hours per day. Data were collected using the Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire-Appearance Scale (MBSRQ-AS) and a self-confidence scale. Data analysis using Pearson correlation showed a significant positive relationship between body image and self-confidence, with a correlation value of 0.64 significant value 0,000 ( $p \leq 0.05$ ). These results indicate that the more positive the body image, the higher the self-confidence of adolescent girls. The findings highlight the importance of promoting a positive body image to support the development of self-confidence and mental health in adolescents facing social media influence.*

**Keywords:** *Body Image, Self-Confidence, Adolescent Girls, TikTok*

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Remaja dalam perkembangannya menjadi dewasa mengalami banyak transisi dalam berbagai aspek, yakni kognitif, biologis, sosial serta ekonomi (Santrock, 2017). Menurut pernyataan Steinberg (2018) remaja saat berumur 15 hingga 18 tahun akan mengalami berbagai perubahan dalam dirinya mulai dari kognitif, hormonal, emosional, sosial, fisik hingga psikologisnya. Pada usia 15 tahun, remaja memiliki kemampuan kognitif yang sama dengan orang dewasa, memiliki kemampuan dasar dalam mengolah informasi yang meningkat dari masa kanak-kanak dan awal remaja, kemudian stabil pada sekitar usia 15 tahun (Steinberg, 2018).

Salah satu tugas perkembangan remaja adalah dapat menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri. *Self-confidence* menurut Lauster (2002) yaitu sikap ataupun keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya atau mampu mengenali kelebihan serta kekurangan pada diri individu itu sendiri. Menurut Handayani (dalam Diana dkk, 2024) pada masa remaja, rasa *self-confidence* mencerminkan kecerdasan emosional, yaitu kemampuan individu untuk mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. *Self-confidence* seseorang pada dasarnya berbeda-beda, yang mana idealnya *self-confidence* yang ada pada diri individu haruslah berada pada kategori yang tinggi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

agar individu dapat mengembangkan aspek-aspek yang terdapat dalam dirinya (Ifdil dkk, 2017).

Rini (dalam Ghufroon dan Risnawati. 2020) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self-confidence* tinggi bisa berinteraksi dengan fleksibel, ramah, berperilaku positif serta tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. *Self-confidence* yang tinggi berkontribusi besar terhadap tercapainya kebahagiaan serta membantu individu terhindar dari persepsi atau penilaian negatif yang datang dari orang lain (Novitasari & Setyawati, 2023). Putri (2019) juga menyatakan individu dengan *self-confidence* yang tinggi cenderung bisa untuk menerima dirinya sendiri, salah satu bentuk dari penerimaan diri ini adalah puas terhadap bagian-bagian maupun keseluruhan tubuh. Sedangkan individu dengan *self-confidence* yang rendah ketika mendapatkan masalah akan lebih mudah frustrasi, menutup diri, ketika berhadapan dengan orang lain akan merasa canggung, sulit menerima kekurangan yang ada dalam dirinya, serta merasa takut jika ditolak dalam lingkungan sekitarnya (Aristiani; Hulukati, dalam Husna dkk, 2022) Bearman, dkk (dalam Santrock, 2019) mengatakan bahwa hilangnya *self-confidence* remaja putri salah satunya disebabkan oleh pada masa pubertasnya remaja putri jauh lebih tidak puas dengan penampilan tubuhnya dibandingkan dengan anak laki-laki. Indiranita (2021) menyatakan salah satu dampak ketika individu kehilangan *self-confidence* disebabkan oleh perubahan pada aspek fisik.

Remaja putri di masa perkembangan dan peralihannya menjadi dewasa jauh lebih cepat daripada remaja laki-laki yang mana akan banyak terjadi perubahan yang signifikan tampak terutama dalam aspek fisik dan psikologisnya (Hurlock,

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2019). Pada masa transisi ini, perubahan pada remaja putri cenderung lebih menonjol dari segi fisik (Suarni dkk 2022). Beberapa perubahan dari remaja putri seperti tinggi badan, berat badan maupun postur badan (payudara dan pinggul) (Hurlock, 2019). Karena perubahan-perubahan ini, banyak dari remaja putri yang merasa kurang puas terhadap bentuk tubuhnya dan menginginkan tubuh yang ideal, oleh karenanya remaja putri cenderung untuk melakukan hal-hal tertentu untuk mendapatkan gambaran tubuh yang ideal sehingga terlihat menarik, seperti menggunakan alat *makeup* atau berpakaian sesuai bentuk tubuh (Depthino, 2017).

Bentuk atau gambaran tubuh yang ideal banyak muncul sebagai stereotip mengenai standar kecantikan yang secara tidak langsung disuarakan oleh berbagai *platform* sosial media (Ratnawati & Sofiah, 2012; Syalsyadila & Nawangsih, 2020). Media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan remaja masa kini, salah satu *platform* media sosial yang populer di kalangan remaja adalah TikTok, baik di Indonesia maupun di seluruh dunia (Dewi & Ekayanthi, 2023). Berdasarkan laporan pada Juli 2024, Indonesia menjadi negara dengan pengguna TikTok terbesar dengan hampir 157,6 juta pengguna yang menggunakan *platform* video sosial populer tersebut (Statista, 2024). TikTok merupakan aplikasi yang memfasilitasi penggunaanya untuk mengekspresikan diri dengan membuat video kreatif berdurasi 15 hingga 180 detik yang dikombinasikan dengan musik serta terdapat juga beberapa fitur menarik lainnya (Perdianti & Valiant, 2022).

Dalam penelitian oleh Diana dkk. (2024) menunjukkan bahwa remaja putri pengguna TikTok memiliki kecenderungan untuk mengikuti tren yang sedang viral sebagai bentuk penyesuaian diri di media sosial, respons positif berupa *likes* dan



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

komentar dari pengguna lain turut meningkatkan *self-confidence* mereka, namun, di saat yang sama, paparan terhadap konten yang menampilkan postur tubuh ideal sering kali menimbulkan perasaan rendahnya *self-confidence* terhadap penampilan fisik mereka sendiri. Walaupun konten-konten kreatif di TikTok dapat membawa dampak positif hal ini juga tidak menutup kemungkinan adanya unsur-unsur negatif dari konten-konten di dalamnya (Adawiyah, 2020). Dalam penelitian oleh Liu (dalam Syalsyadila & Nawangsih, 2022) mengemukakan bahwa aplikasi TikTok banyak terdapat konten ataupun tren-tren yang menampilkan tubuh yang ideal tidak realistis yang memunculkan stereotip mengenai standar kecantikan. Oleh karena itu banyak remaja putri yang terpapar oleh standar kecantikan yang tidak realistis ini, membandingkan fisiknya dengan apa yang mereka lihat di sosial media dan berlomba-lomba untuk mendapatkan tubuh yang ideal yang membuat rendahnya *self-confidence* remaja putri saat ini (Ratnawati & Sofiah, 2012; Syalsyadila & Nawangsih, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi & Ansyah (2022) terhadap 191 remaja putri di SMK menunjukkan bahwa *self-confidence* mayoritas responden berada dalam kategori sedang, yakni sebesar 38,7%. Hasil serupa juga ditemukan oleh Ifdil dkk. (2017), yang menunjukkan bahwa 36% remaja memiliki *self-confidence* pada kategori sedang. Dalam hasil penelitian Wati dkk. (2019) juga menunjukkan bahwa 87,2% remaja putri juga berada dalam kategori sedang. Hasil-hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja putri belum sepenuhnya memiliki *self-confidence* yang kuat. Kategori sedang dalam hal ini menunjukkan bahwa remaja belum sepenuhnya mampu menerima diri mereka apa adanya, belum

menunjukkan sikap positif terhadap kemampuan diri, serta masih merasa kurang puas dengan kondisi fisik mereka.

Menurut Santrock (dalam Lestari dan Asneli, 2022) faktor yang dapat memengaruhi *self-confidence* diantaranya konsep diri dikarenakan adanya hubungan yang kuat antara *self-confidence* dengan harga diri sedari masa kanak-kanak hingga dewasa, hubungan dengan orang tua seperti bentuk ekspresi kasih sayang dan kebebasan juga menjadi faktor penting terhadap tumbuhnya *self-confidence* pada remaja, hubungan dengan teman sebaya juga dapat memengaruhi taraf *self-confidence* remaja dengan bentuk dukungan dan penerimaan dikelompok teman sebayanya serta penampilan fisik yang juga menjadi kontributor yang dapat memengaruhi *self-confidence* karena jika berpenampilan menarik umumnya akan diperlakukan baik di lingkungan sosial, yang mana salah satu yang berkaitan erat dengan penampilan fisik adalah citra tubuh atau *body image*.

Perubahan dari kondisi fisik remaja dapat menyebabkan remaja memiliki berbagai macam pandangan yang berbeda-beda mengenai citra tubuh atau *body image* (Maryam & Ifdil, 2019). *Body image*, berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Cash & Pruzinsky (2002) dapat didefinisikan sebagai persepsi, sikap, dan penilaian seseorang terhadap tampilan atau bentuk tubuhnya sendiri, yang terbentuk dari pengalaman masa lalu dan faktor kehidupan saat ini, serta melibatkan aspek kognitif, emosional, dan perilaku. Menurut Damayanti & Susilawati (2018), individu yang memiliki *body image* positif mampu melihat diri mereka sebagai pribadi yang menarik, baik bagi diri sendiri maupun orang lain, atau setidaknya bisa menerima diri mereka apa adanya, sedangkan individu yang memiliki pandangan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang negatif terhadap diri sendiri dapat menimbulkan tekanan bagi individu, karena mereka dengan citra diri yang buruk cenderung melihat diri mereka sebagai orang yang kurang menarik.

Dalam penelitian Pertiwi & Ansyah (2022) *body image* yang negatif memengaruhi psikologis yang tidak diinginkan dan dapat memberikan tekanan pada remaja putri sehingga berdampak buruk pada *self-confidence* individu. Para remaja putri yang seperti ini akan selalu menilai dirinya melalui sudut pandang berbeda atau perspektif orang lain, salah satunya adalah teman sebayanya yang memiliki persepsi yang sama terhadap bentuk tubuh yang ideal atau menarik (Ratnawati & Sofiah, 2012). Sejalan dengan penelitian oleh Kristiawan (dalam Ifdil dkk, 2017), menyatakan bahwa *body image* remaja putri saat ini dipengaruhi oleh persepsi tentang standar tubuh ataupun kecantikan yang sedang tren dikalangan remaja. Hal ini pun serupa dengan pendapat Tambunan, dkk (2021) yang mana hal tersebut dilatarbelakangi oleh perkembangan zaman yang semakin banyak gambaran mengenai kondisi fisik atau bentuk tubuh yang ideal seperti model-model yang terdapat di media sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Coen (dalam Syalsyadila & Nawangsih, 2022) menjelaskan bahwa salah satu faktor terjadi permasalahan terkait *body image* yang dialami oleh remaja adalah paparan dari media sosial, yang mana pengaruh dari paparan sosial media bersifat visual sangat berdampak pada persepsi terhadap bentuk tubuh, berat badan, pola makan serta gaya hidup remaja. Husling (2021) menyatakan dalam 1-2 jam penggunaan aplikasi TikTok dapat memberikan dampak terhadap *body image* seseorang. Hal ini membuka kemungkinan terjadinya

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perbandingan sosial yang tidak sehat, terutama pada remaja yang masih labil dari segi pendirian dan konsep diri karena dalam penggunaan TikTok dalam kurun waktu tersebut, tidak menutup kemungkinan seorang remaja akan terus-menerus melihat berbagai konten seputar penampilan fisik, tubuh ideal, tips kecantikan dan yang lainnya yang berbahaya bagi remaja. (Khansa & Putri, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Syalsyadila & Nawangsih (2022) terkait *body image* dengan *self-confidence* pada 384 remaja putri pengguna TikTok di kota Bandung mendapatkan hasil bahwa mayoritas remaja putri pengguna TikTok memiliki *body image* yang positif dan *self-confidence* yang tinggi. Yang artinya remaja putri pengguna TikTok di kota dapat menerima dan menghargai bentuk tubuhnya dan merasakan *self-confidence*. Lalu pada penelitian dilakukan oleh Diana dkk (2024) terhadap 96 remaja putri pengguna TikTok yang berusia 17-22 tahun di Kabupaten Karawang didapatkan hasil bahwa remaja putri pengguna aplikasi TikTok memiliki *body image* yang positif dan *self-confidence* yang tinggi. Penerimaan diri dan bentuk tubuh merupakan hal yang meningkatkan *self-confidence* pada remaja putri pengguna aplikasi TikTok. Penelitian terkait dengan tema serupa di Pekanbaru dilakukan oleh Frisca dkk (2023) pada 160 siswa di salah satu SMP di Pekanbaru menunjukkan hasil bahwa tingkat *body image* dan *self-confidence* siswa sebagian besar berada pada kategori sedang, yang mana terdapat hubungan positif signifikan antara *body image* dengan *self-confidence* pada siswa sebesar 0.248 yang menunjukkan bahwa tingkat kekuatan hubungan tergolong rendah.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam penelitian sebelumnya oleh Frisca dkk (2023) di Pekanbaru, ditemukan bahwa kedua variabel dalam kategori sedang dengan nilai korelasi yang tergolong rendah. Namun, penelitian tersebut masih berfokus pada remaja secara umum. Berangkat dari hal tersebut, penelitian ini mencoba mengangkat tema serupa dengan pendekatan yang lebih spesifik, yaitu menyoroti remaja putri yang pengguna aktif aplikasi TikTok. Peneliti ingin mengetahui apakah terdapat perbedaan hasil yang signifikan dibandingkan dengan penelitian sebelumnya melalui pengambilan subjek dengan karakteristik yang lebih terfokus.

Mengacu pada berbagai alasan dan uraian yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti fenomena yang terjadi dikalangan remaja sekarang antara *body image* dan *self-confidence* terhadap penggunaan aplikasi TikTok dengan judul: **“Hubungan *Body Image* dengan *Self-Confidence* Pada Remaja Putri Pengguna Aplikasi TikTok”**

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan peneliti diatas, maka dapat diambil sebuah rumusan masalah, yaitu “apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan *self-confidence* pada remaja putri pengguna aplikasi TikTok?”

## C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya diatas, dapat diketahui tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *self-confidence* remaja putri pengguna aplikasi TikTok.

#### D. Keaslian Penelitian

Pada penelitian ini, terdapat beberapa penelitian yang mengkaji hal atau tema yang sama dengan yang peneliti lakukan, diantaranya: Penelitian pertama, yaitu yang dilakukan oleh Syalsyadila & Nawangsih (2022) dengan judul “Pengaruh *Body Image* terhadap *Self-Confidence* pada Remaja Putri Pengguna Tiktok”. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh *body image* terhadap *self-confidence* remaja putri pengguna TikTok di Bandung, yang mana *body image* memberikan sumbangan sebesar 21,6% terhadap *self-confidence*. Penelitian Syalsyadila & Nawangsih (2022) memiliki variabel yang sama dengan penelitian ini, yaitu *body image* dan *self-confidence* dengan teori yang sama. Sedangkan perbedaannya adalah pada tujuan penelitian serta terletak pada wilayah penelitian, yang mana pada penelitian Syalsyadila & Nawangsih (2022) dilakukan di daerah Bandung sedangkan peneliti melakukannya di daerah Pekanbaru.

Penelitian berikutnya oleh Safitri & Rizal (2020) berjudul “Hubungan *Body Image* Dengan *Self-Confidence* pada Remaja *Overweight* Yang Mengalami *Body Shaming*”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara *body image* dengan *self-confidence* pada remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* yang diteliti pada 125 subjek (65 putri. 60 laki-laki). Berdasarkan skor yang diperoleh oleh responden, didapatkan hasil bahwa sebagian besar remaja *overweight* yang mengalami *body shaming* memiliki *body image* kategori sedang dan sebagian lainnya dalam kategori rendah. Penelitian Safitri & Rizal (2020) memiliki variabel yang sama dengan penelitian ini, yaitu

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*body image* dan *self-confidence*. Sedangkan perbedaannya adalah terletak pada wilayah yang berbeda, penelitian ini tidak menggunakan media aplikasi Tiktok, serta subjek penelitian campur (remaja putri dan laki-laki).

Penelitian ketiga, yaitu dilakukan oleh Wati, Sarinah & Hartini (2019) dengan judul “Kepercayaan Diri Ditinjau Dari *Body Image* Pada Siswi Kelas X SMA”.

Hasil penelitian yang dilakukan Wati dkk bahwa adanya hubungan yang signifikan antara hubungan *body image* dan *self-confidence* yang mana *body image* memberikan sumbangan sebesar 13,3% pada *self-confidence* dan sisanya sebesar 87,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diungkapkan di penelitian ini.

Persamaan dari penelitian Wati, Sarinah & Hartini (2019) dan penelitian ini adalah kesamaan dalam variabel yaitu *body image* dan *self-confidence*. Sedangkan untuk perbedaannya adalah pada Wati, Sarinah & Hartini (2019) daerah tempat dilakukannya penelitian serta tidak menggunakan aplikasi Tiktok sebagai hal yang khas dalam penelitian.

Selanjutnya penelitian keempat, dilakukan oleh Ifdil, dkk (2017) dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”. Hasil dalam penelitian ini menyatakan bahwa kondisi kepercayaan remaja putri berada pada kategori netral atau sedang dengan persentase 36% begitu pula dengan hasil pada kondisi *body image* remaja putri yang juga berada pada kategori sedang dengan persentase nilai 50% yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self-confidence* remaja putri. Persamaan dari penelitian Ifdil dkk (2017) dan penelitian ini adalah kesamaan dalam variabel yaitu *body image* dan *self-confidence*. Sedangkan untuk perbedaannya adalah pada Ifdil, dkk (2017)

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

daerah tempat dilakukannya penelitian serta tidak menggunakan aplikasi Tiktok sebagai hal yang khas dalam penelitian.

Penelitian kelima, yaitu dilakukan oleh Pertiwi & Ansyah (2022) dengan judul “Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Sekolah Menengah”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi *body image* remaja putri SMK PGRI termasuk dalam kategori sedang yaitu 32.5% begitu pula dengan kondisi *self-confidence* remaja putri SMK PGRI berada dalam kategori sedang pula dengan persentase 38.7%. Persamaan dari penelitian Pertiwi & Ansyah (2022) dan penelitian ini adalah kesamaan dalam variabel yaitu *body image* dan *self-confidence*. Sedangkan untuk perbedaannya adalah pada Pertiwi & Ansyah (2022) daerah tempat dilakukannya penelitian serta tidak menggunakan aplikasi Tiktok sebagai hal yang khas dalam penelitian.

### E. Manfaat Penelitian

#### A. Manfaat Teoritis

Dalam hal teoritis, penelitian ini diharapkan berguna/bermanfaat untuk mengembangkan teori dan memperkaya penelitian yang telah ada pada ranah psikologi yang sehubungan dengan *body image* dan *self-confidence*.

#### B. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada remaja putri tentang pentingnya *body image* positif untuk dapat meningkatkan *self-confidence*. Dengan meningkatnya *self-confidence* akan melahirkan kemampuan untuk bisa menerima diri sendiri dengan apa adanya.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. *Self-Confidence*

##### 1. Definisi *Self-Confidence*

*Self-confidence* atau dalam Bahasa Indonesia disebut dengan kepercayaan diri berdasarkan teori utama dari Lauster (2002) yaitu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan yang dimiliki individu sehingga ketika dalam melakukan suatu tindakan/hal individu merasa tidak terlalu cemas, bebas ketika dapat melakukan hal yang disukai hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab akan hal tersebut serta ketika berinteraksi dengan orang lain menjadi pribadi yang hangat dan sopan. Menurut Alwisol (2009) berpendapat bahwa *self-confidence* adalah persepsi diri sendiri, mengenai seberapa baik diri individu dapat berfungsi dalam situasi tertentu serta efikasi diri yang berhubungan dengan keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan untuk melakukan tindakan yang diharapkan.

Menurut Syam & Amri (2017) *self-confidence* adalah bentuk dari keyakinan akan kemampuan diri sendiri untuk dapat mencapai target atau tujuan untuk diselesaikan dengan tanggung jawab walau disertai rintangan, membuat individu tidak bergantung pada orang lain serta dapat mengekspresikan diri seutuhnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Lilishanty & Maryatmi (2019) yaitu *self-confidence* merupakan keyakinan dalam diri individu terhadap kekuatan,

keterampilan, kelebihan serta kemampuan yang dimiliki oleh individu itu sendiri.

Sejalan dengan teori Lauster, kepercayaan diri atau *self-confidence* menurut Hendriana, dkk (2017) merupakan sikap atau perasaan individu terhadap kemampuan dirinya sehingga individu tersebut tidak khawatir akan tindakannya, merasa bebas untuk melakukan kegiatan atau hal-hal yang digemari dan bertanggung jawab terhadap tindakannya, hangat dan sopan ketika berinteraksi dengan orang lain, mempunyai motivasi/dorongan untuk berprestasi serta dapat mengenali kelebihan serta kekurangan di dalam dirinya.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *self-confidence* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk bertindak, mencapai tujuan, dan menghadapi tantangan dengan percaya diri dan tanggung jawab. Ini melibatkan kebebasan berekspresi, sikap positif, serta kemampuan mengenali kekuatan dan kelemahan diri, tanpa bergantung pada orang lain.

## 2. Aspek-Aspek *Self-Confidence*

Dalam penelitian ini, terdapat lima aspek dari *self-confidence* yang dikemukakan oleh Lauster (2022), yaitu:

### a. Keyakinan kemampuan diri

Aspek keyakinan kemampuan diri merupakan sikap positif seseorang tentang dirinya, yang mana individu tersebut dapat/mampu dengan sungguh-sungguh terhadap apa yang dilakukannya.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### b. Optimis

Aspek optimis merupakan sikap positif individu yang selalu berpandangan baik dalam setiap menghadapi segala sesuatu tentang diri dan kemampuannya.

#### c. Objektif

Aspek objektif merupakan sikap individu yang mampu melihat suatu permasalahan berdasarkan fakta yang sebenarnya bukan dari sudut pandang atau perspektif personal.

#### d. Bertanggung jawab

Aspek bertanggung jawab merupakan sikap individu yang mana dapat dan mampu untuk menanggung dan mengemban atas tindakannya serta konsekuensinya.

#### e. Rasional dan realistis

Aspek rasional dan realistis merupakan kemampuan individu dalam menganalisa terhadap suatu masalah atau peristiwa dengan penalaran yang sesuai dan dapat diterima dengan kenyataan.

Sementara itu, menurut Anthony (dalam Denich & Ifdil, 2016) aspek-aspek *self-confidence* antara lain:

#### a. Rasa aman

Yaitu keadaan bebas dari rasa takut dan tidak adanya persaingan akan situasi atau orang-orang di sekitarnya.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### b. Ambisi normal

Merupakan ambisi yang selaras dengan kemampuan/keahlian individu, sehingga mampu menyelesaikan tugas dengan baik dan penuh tanggung jawab.

#### c. Yakin pada kemampuan diri

Individu merasa tidak perlu membandingkan dirinya dengan orang lain serta tidak mudah dipengaruhi/terpengaruh oleh orang lain pula.

#### d. Mandiri

Dalam aspek ini, individu melakukan segala sesuatu secara mandiri atau dalam arti lain tanpa bergantung pada orang lain dan tidak membutuhkan dukungan dari siapapun.

#### e. Optimis

Individu, memiliki sikap dan harapan yang optimis tentang diri sendiri dan masa depannya.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, peneliti memilih aspek dari teori Lauster (2002) yaitu: keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab dan rasional & realistis.

### 3. Faktor-faktor *Self-Confidence*

Menurut Agustin & Rizal (2022), faktor yang dapat memengaruhi *self-confidence* dapat dibagi menjadi 2 yaitu faktor internal dan faktor eksternal, sebagai berikut:



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## a. Faktor Internal

1. *Body image*

Faktor *body image* dapat memengaruhi *self-confidence* dengan baik jika individu memberikan penilaian terhadap fisik dan bentuk tubuhnya secara positif.

## 2. Harga diri

Individu Ketika memiliki harga diri yang tinggi biasanya cenderung melihat dirinya sebagai pribadi yang berhasil serta lebih mudah untuk menerima orang lain seperti halnya individu tersebut menerima dirinya sendiri.

## 3. Pengalaman hidup

Baik atau tidak baiknya pengalaman hidup seseorang dapat memengaruhi *self-confidence* seseorang. Pengalaman hidup yang kurang menyenangkan (kurang kasih sayang, perhatian, rasa aman) akan cenderung membuat individu merasa rendah diri yang berdampak pada *self-confidence* yang rendah pula, begitu sebaliknya

## b. Faktor Eksternal

## 1. Pendidikan

Individu dengan tingkat pendidikan yang tinggi cenderung lebih mandiri dan memiliki *self-confidence* yang lebih besar.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Keberhasilan

Keberhasilan individu dapat meningkatkan *self-confidence*, begitu pula sebaliknya.

Sementara itu, menurut Santrock (dalam Lestari & Asneli, 2022) menyatakan terdapat beberapa faktor yang memengaruhi *self-confidence* individu, yaitu:

## a. Penampilan fisik

Menurut para peneliti, penampilan fisik merupakan salah satu faktor atau kontributor yang dapat memengaruhi *self-confidence* pada remaja, lalu diikuti oleh penerimaan oleh teman sebaya.

## b. Konsep diri

Dalam beberapa penelitian, dikatakan bahwa adanya hubungan yang kuat antara *self-confidence* dengan harga diri sedari masa kanak-kanak hingga dewasa.

## c. Hubungan dengan orang tua

Keluarga juga merupakan faktor pembentuk *self-confidence* pada remaja. Bentuk ekspresi kasih sayang dan kebebasan pada anak menjadi faktor penentu yang penting terhadap rasa *self-confidence* bagi remaja.

## d. Hubungan dengan teman sebaya

Penelitian menyatakan bahwa dukungan teman sebaya dapat memengaruhi taraf *self-confidence* individu pada masa remaja awal, sama halnya dengan dukungan dari orangtua.

## B. *Body Image*

### 1. Definisi *Body Image*

*Body image*, berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Cash & Pruzinsky (2002) dapat didefinisikan sebagai persepsi, sikap, dan penilaian seseorang terhadap tubuhnya sendiri, yang terbentuk dari pengalaman masa lalu dan faktor kehidupan saat ini, serta melibatkan aspek kognitif, emosional, dan perilaku. *Body image* merupakan konsep multidimensional yang menggambarkan persepsi, sikap, dan evaluasi individu terhadap tubuhnya sendiri. *Body image* terbentuk melalui pengalaman masa lalu, seperti sosialisasi budaya dan hubungan interpersonal, serta dipengaruhi oleh faktor-faktor saat ini, seperti dialog internal dan emosi yang terkait dengan tubuh.

Sejalan dengan pendapat sebelumnya, menurut teori dari Papalia, Olds dan Feldman (2008) *body image* merupakan persepsi individu terhadap penampilannya sendiri, yang cenderung dimulai pada masa kanak-kanak pertengahan lalu semakin intensif pada masa remaja. Pendapat Rombe (dalam Ramanda, dkk 2019) mengenai *body image* yaitu suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas individu tertentu terhadap tubuhnya yang kemudian melahirkan penilaian yang dapat bersifat positif atau negatif pada individu tersebut.

Menurut Healey (dalam Rahmi & Anggraini, 2022) *body image* merupakan persepsi individu terhadap tubuhnya, namun yang terpenting adalah mengenai perasaan dan pikiran individu akibat dari persepsi dan perasaan positif/negatif yang terpengaruh dari individu dan lingkungannya. Ramanda dkk (2019)

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berpendapat bahwa *body image* merupakan gambaran terhadap tubuh individu melalui penilaian sendiri yang melahirkan perasaan puas atau tidak puas terhadap kondisi tubuhnya.

Menurut Arthur (dalam Ifdil & Denich, 2015) *body image* adalah imajinasi subjektif individu tentang tubuhnya, lebihnya mengenai penilaian orang lain dan seberapa baik tubuhnya yang harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi tersebut. Hal ini sejalan dengan pendapat Saptarini & Rahmawati (2019) bahwa *body image* adalah persepsi oleh seseorang yang dapat memberi kritik/mengomentari mengenai penampilan fisik dirinya sendiri.

Berdasarkan pengertian para ahli dapat disimpulkan bahwa *body image* adalah persepsi atau penilaian terhadap tubuh atau fisik individu yang mana penilaian tersebut berasal dari diri individu itu sendiri.

## 2. Aspek-aspek *Body Image*

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa aspek *body image* yang dikembangkan oleh Cash & Pruzinsky (2002), yang meliputi:

### a. *Appearance Evaluation* (Evaluasi penampilan)

Aspek yang mengukur evaluasi penampilan tubuh, apakah individu merasa secara fisik menarik atau tidak menarik; memuaskan dan tidak memuaskan secara keseluruhan.

### b. *Appearance Orientation* (Orientasi penampilan)

Aspek orientasi penampilan merupakan aspek yang dimana individu memprioritaskan serta memberikan perhatian lebih terhadap



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penampilan dirinya dan usaha dari individu tersebut untuk memperbaiki serta meningkatkan penampilannya.

c. *Body Areas Satisfaction* (Kepuasan terhadap area tubuh)

Aspek yang menilai kepuasan individu terhadap beberapa area/bagian tubuh tertentu, yaitu pada bagian wajah, rambut, tubuh bagian bawah (pantat, paha, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), serta secara keseluruhan penampilan individu tersebut.

d. *Overweight Preoccupation* (Penilaian diri terhadap kelebihan berat badan)

Aspek ini merupakan aspek kecemasan/kekhawatiran individu terhadap perubahan yang signifikan terhadap tubuhnya. Aspek ini mencerminkan kecemasan terhadap kelebihan lemak tubuh, kewaspadaan terhadap perubahan berat badan, praktik diet, serta perilaku pembatasan pola makan

e. *Self-classified Weight* (Klasifikasi diri terhadap berat badan)

Aspek yang menggambarkan bagaimana individu memersepsikan dan mengklasifikasikan berat badannya sendiri. Penilaian ini bersifat subjektif, mulai dari kategori *sangat kurus* hingga *sangat gemuk*, tergantung pada pandangan individu terhadap kondisi tubuhnya.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, peneliti memilih aspek dari teori Cash & Pruzinsky (2002) yaitu: *appearance evaluation*, *appearance*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*orientation, body area satisfaction, self-classified weight dan overweight preoccupation.*

### 3. Faktor-faktor *Body Image*

Berdasarkan teori Cash & Pruzinsky (2002) telah dipaparkan beberapa faktor yang memengaruhi *body image*. yaitu sebagai berikut:

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang dapat memengaruhi *body image* individu. Wanita cenderung lebih sering merasa atau mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dibandingkan laki-laki, oleh karena itu pada umumnya wanita memiliki *body image* yang negatif karena ketidakpuasan tersebut.

b. Media massa

Faktor paparan dari media massa memiliki pengaruh yang kuat dalam lingkup budaya sosial terhadap *body image* individu, yang mana media massa banyak menampilkan gambaran-gambaran ideal figur wanita maupun laki-laki.

c. Faktor kepribadian

Faktor kepribadian seperti *self-confidence* atau *self-esteem* merupakan hal penting yang berkaitan dengan *body image* seseorang, jika individu memiliki *self-confidence* yang tinggi maka individu tersebut cenderung mampu untuk mengembangkan evaluasi positif akan tubuhnya.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## d. Keluarga

Faktor keluarga atau pun orangtua merupakan faktor yang penting terhadap *body image* anak dengan mengasosiasikan melalui pemodelan, umpan balik maupun instruksi.

## e. Teman sebaya

Faktor teman sebaya berfungsi sebagai salah satu bentuk dukungan sosial dan sumber perhatian terhadap tubuh individu, yang mana tak jarang individu mendapatkan kiritik maupun komentar negatif dari teman sebayanya.

Hampir serupa dengan teori Cash, Melliana (dalam Ramadana, dkk, 2019) mengemukakan beberapa faktor yang memengaruhi *body image*:

a. *Self-esteem*

*Self-esteem* banyak memengaruhi gambaran tubuh individu yang dibentuk dalam pikirannya.

## b. Perbandingan dengan orang lain

*Body image* seseorang terbentuk dari perbandingan oleh dirinya sendiri terhadap fisiknya dengan standar ideal dalam lingkungan sosial dan budaya, yang mana sering dipicu oleh peran dari media massa.

## c. Keluarga

*Body image* individu juga dibentuk melalui peran dari keluarga atau orangtua, melalui proses modeling, instruksi dan umpan balik dari orangtua dapat memengaruhi perkembangan *body image* seorang anak.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## d. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal akan cenderung menyebabkan individu membandingkan dirinya dengan orang lain, yang mana dapat memengaruhi konsep diri individu tersebut serta cara pandangnya terhadap tubuhnya sendiri.

4. Jenis-jenis *Body Image*

Menurut Simanjuntak (Asnuddin, 2018) menyebutkan terdapat dua jenis *body image* yaitu sebagai berikut;

a. *Body Image* Positif

*Body image* positif menggambarkan individu yang menghargai bentuk tubuh dan kesehatan mereka. Mereka merasa percaya diri dengan tubuhnya, percaya bahwa kecantikan berasal dari dalam diri, serta merasa nyaman dan menerima segala kekurangan yang ada pada tubuhnya.

b. *Body Image* Negatif

*Body image* negatif terjadi ketika individu merasa tidak puas dengan bentuk tubuh mereka, sering membandingkannya dengan orang lain, merasa malu, kurang percaya diri, dan tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya.

Berdasarkan paparan di atas, *body image* memiliki beberapa gangguan yaitu penyimpangan *body image*, ketidakpuasan *body image*, *body image* positif dan *body image* negatif



### C. Kerangka Berpikir

Penelitian ini menggunakan dasar teori *Body Image* dari Cash & Pruzinsky (2002) dan teori *Self-Confidence* dari Lauster (2002).

*Self-confidence* atau kepercayaan diri merupakan sikap atau perasaan yakin atas kemampuan yang dimiliki individu sehingga ketika dalam melakukan suatu tindakan/hal individu merasa tidak terlalu cemas, bebas ketika dapat melakukan hal yang disukai hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab akan hal tersebut (Lauster, 2002). Individu dengan *self-confidence* yang baik cenderung dapat menerima dirinya secara utuh, dengan kata lain individu puas terhadap bagian-bagian maupun keseluruhan tubuhnya (Putri, 2019), serta dapat mengembangkan aspek-aspek dalam dirinya (Ifdil dkk, 2017). Aspek *self-confidence* ini terdiri dari keyakinan kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, serta sikap rasional dan realistis. Dalam konteks remaja putri, *self-confidence* seringkali dipengaruhi oleh bagaimana mereka memandang tubuh dan penampilan mereka sendiri, yang dikenal sebagai *body image*.

Individu dengan *body image* yang positif cenderung memiliki keyakinan yang lebih besar terhadap kemampuan dirinya. Hal ini dikarenakan mereka menerima dan puas dengan tubuh serta penampilan mereka, sehingga merasa mampu melakukan berbagai aktivitas tanpa terlalu dibayangi oleh rasa cemas. Sebaliknya, *body image* yang negatif seringkali mengurangi keyakinan individu terhadap kemampuan diri, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian Andiyati (2016) bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* dan *self-confidence* siswa.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Stae Islamic University of Sumatra

Yarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Optimisme juga sangat dipengaruhi oleh *body image*. Remaja dengan *body image* positif akan lebih optimis dalam melihat masa depan mereka, karena mereka merasa nyaman dan percaya diri dengan penampilan mereka. Penelitian Liu (Syalsyadila & Nawangsih, 2022) menunjukkan bahwa paparan terhadap standar kecantikan tidak realistis di media sosial seperti TikTok dapat membuat remaja putri memiliki pandangan pesimis, terutama terhadap penampilan mereka sendiri.

Remaja dengan *body image* positif cenderung lebih objektif dalam menilai penampilan mereka sendiri, tidak hanya berfokus pada standar kecantikan yang dipromosikan oleh media sosial, tetapi juga pada kualitas internal mereka. Sebaliknya, *body image* yang negatif membuat remaja lebih subjektif dan kritis terhadap tubuh mereka, seringkali mengabaikan aspek-aspek lain dari diri mereka yang juga penting.

Remaja dengan *body image* yang positif remaja juga dapat lebih bertanggung jawab terhadap kesehatan fisik dan mental mereka. Mereka cenderung menjaga tubuh dengan baik karena mereka menghargai penampilan mereka dan ingin tetap merasa baik. Penelitian Pertiwi & Ansyah (2022) menunjukkan bahwa remaja dengan *body image* negatif dapat mengalami tekanan psikologis yang menyebabkan perilaku tidak sehat.

Sikap rasional dan realistis dapat dilihat dari bagaimana individu menilai tubuh mereka sendiri. Remaja yang memiliki *body image* positif mampu melihat bahwa standar kecantikan yang tidak realistis di media sosial tidak mencerminkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kenyataan. Mereka cenderung lebih rasional dalam menerima bentuk tubuh mereka, seperti yang dijelaskan oleh Cash & Pruzinsky (2012).

Pada kenyataannya, kategori tingkat *self-confidence* individu tergolong rendah (Ifdil dkk, 2017). Santrock (dalam Ifdil dkk, 2017) menyatakan salah satu faktor penyebab rendahnya tingkat *self-confidence* yang dialami oleh individu adalah penampilan fisik. Penampilan fisik seringkali menjadi perhatian besar di kalangan para remaja, khususnya remaja putri. Pada masa pubertas, remaja cenderung memperhatikan aspek penampilan fisik lebih dibandingkan aspek lainnya yang menyebabkan masih banyak remaja yang kurang atau pun tidak menyukai penampilan fisiknya.

Salah satu dampak dari perubahan fisik pada remaja putri adalah kehilangan *self-confidence*. Citra tubuh atau *body image* memegang peranan penting dalam menentukan tingkat *self-confidence*. *Body image* atau citra tubuh adalah bentuk dari penilaian individu akan tubuhnya terkait bentuk dan ukuran melalui persepsi dan memberikan penilaian berdasarkan apa yang dipikirkan dan dirasakan, mengikutsertakan tentang bagaimana penilaian orang lain terhadap diri individu tersebut (Cash & Pruzinsky, 2012).

Ketika remaja memiliki *body image* yang rendah, mereka akan mulai memperhatikan setiap detail di tubuh mereka hingga mencemaskan hal tersebut yang kemudian akan melakukan evaluasi terhadap diri sendiri mengenai penampilan atau tubuh mereka; apakah terlihat menarik atau tidak, memuaskan atau tidak (Cash & Pruzinsky, 2012). Pertiwi & Ansyah (2022) citra diri yang negatif

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memengaruhi psikologis yang tidak diinginkan dan dapat memberikan tekanan pada remaja putri sehingga berdampak buruk pada *self-confidence* individu.

Media sosial ikut serta memainkan peran dalam menciptakan standar kecantikan yang tidak realistis di kalangan remaja khususnya putri yang dapat memengaruhi persepsi diri remaja putri sendiri akan *body image* nya. Salah satu media sosial yang sedang tren di kalangan remaja adalah aplikasi TikTok. Liu (dalam Syalsyadila & Nawangsih, 2022) mengemukakan bahwa aplikasi TikTok banyak terdapat konten ataupun tren-tren yang menampilkan tubuh yang ideal tidak realistis yang memunculkan stereotip mengenai standar kecantikan, menunjukkan bahwa remaja putri mengalami penurunan *self-confidence* akibat paparan standar kecantikan yang tidak realistis, yang dapat berdampak negatif pada *body image* mereka.

Berdasarkan paparan di atas, dapat diasumsikan bawa *body image* berhubungan dengan *self-confidence* individu. Hal ini dapat dibuktikan melalui penelitian oleh Andiyati (2016) yang menemukan hubungan positif antara *body image* dan *self-confidence* siswa kelas X SMA N 2 Bantul. Kemudian penelitian oleh Syalsyadilla & Nawangsih (2022) didapatkan hasil bahwa adanya hubungan positif antara *body image* dan *self-confidence* pada remaja putri pengguna TiTok di kota Bandung. Lalu penelitian serupa di Kota Pekanbaru oleh Frisca dkk (2023) terdapat hubungan positif yang signifikan *body image* dengan *self-confidence* siswa sebesar 0.248 menunjukkan tingkat kekuatan hubungan tergolong rendah.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dapat diartikan bahwa ketika remaja memiliki persepsi atau pandangan yang positif terhadap tubuh serta penampilannya maka *self-confidence* nya tinggi atau positif. Begitu pula sebaliknya jika remaja memiliki persepsi atau pandangan yang negatif terhadap tubuh serta penampilannya maka *self-confidence* nya rendah atau negatif pula. Dapat disimpulkan bahwa *self-confidence* dapat dipengaruhi oleh *body image*.

**D. Hipotesis**

Melalui uraian dari kerangka berpikir yang telah dijelaskan sebelumnya, maka hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini yaitu: “Terdapat hubungan antara *body image* dan *self-confidence* pada remaja putri pengguna aplikasi TikTok”.



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang berfokus pada pengujian teori melalui pengukuran variabel dalam bentuk angka dan dianalisis menggunakan prosedur statistik (Pramita, Rizal & Sulistyan, 2021). Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode korelasional, yaitu metode yang bertujuan untuk mengetahui atau mengidentifikasi hubungan antara dua variabel atau lebih (Maksum, 2018).

#### B. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel merupakan tahap untuk menentukan variabel utama beserta peran atau fungsinya dalam suatu penelitian (Azwar, 2018). Penelitian ini melibatkan dua jenis variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Secara umum, variabel penelitian merujuk pada segala sesuatu yang mengalami variasi dan menjadi objek pengamatan dalam penelitian (Nasution, S., 2017). Berikut adalah penjelasan mengenai variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini: variabel bebas (X): *Body Image* dan variabel terikat (Y) : *Self-Confidence*.

#### C. Definisi Operasional

##### 1. *Self-Confidence*

*Self-confidence* atau kepercayaan diri merupakan sikap atau perasaan yakin remaja terhadap kemampuan yang dimilikinya. *Self-confidence* remaja putri

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dapat diukur dengan skala *Self-Confidence* yang mengacu pada teori Lauster (2002) melalui aspek keyakinan terhadap kemampuan diri, sikap optimis yang dimiliki oleh individu, objektif, yang mana individu mampu menanggapi sesuatu secara faktual, bertanggung jawab, atas dirinya dan segala konsekuensinya serta rasional dan realitas, mampu menalar dengan sesuai kenyataan.

## 2. *Body Image*

*Body image* atau citra tubuh merupakan persepsi, sikap, dan penilaian remaja terhadap tubuhnya sendiri yang melibatkan aspek kognitif, emosional, dan perilaku. *Body image* remaja putri dapat diukur dengan skala *Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBRSQ-AS) dari Cash & Pruzinsky (2002) melalui aspek-aspek *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap area tubuh), *self area satisfaction* (klasifikasi diri terhadap berat badan) dan *overweight preoccupation* (penilaian diri terhadap kelebihan berat badan).

## D. Populasi Dan Sampel

### 1. Populasi Penelitian

Populasi penelitian dapat diartikan sebagai keseluruhan kelompok yang akan diteliti berdasarkan karakteristik pada cakupan wilayah dan waktu yang mana akan menjadi sumber data dari sebuah penelitian (Maksum, 2018). Menurut Azwar (2018) populasi merupakan keseluruhan dari objek atau individu yang akan diteliti yang umumnya memiliki karakteristik yang sama, seperti jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan dan lain sebagainya. Populasi

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam penelitian ini adalah remaja putri dalam rentang usia 15-19 tahun di Kota Pekanbaru. Total dari populasi dalam penelitian ini sebanyak 45.800 subjek.

Berikut rincian jumlah remaja putri di Kota Pekanbaru:

**Tabel 3.1**  
**Jumlah Populasi Remaja Putri di Kota Pekanbaru Tahun 2024**

Subjek	Kategori Umur	Jumlah
Remaja putri	15-19 Tahun	45.800
<b>Total</b>		<b>45.800</b>

Sumber: Badan Pusat Statistik Kota Pekanbaru 2024

## 2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2018) sampel merupakan karakteristik dan jumlah yang dimiliki oleh populasi. Dalam penelitian ini, penentuan jumlah sampel dilakukan dengan mengacu pada tabel penentuan jumlah sampel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael (Sugiyono, 2018). Dengan jumlah populasi sebesar 45.800 remaja putri di Pekanbaru dan tingkat kesalahan (taraf signifikansi) yang ditetapkan sebesar 10%, maka berdasarkan tabel Isaac dan Michael diperoleh jumlah sampel yang dibutuhkan adalah sebanyak 274 responden remaja putri.

## 3. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini akan menggunakan teknik sampling *non-probability* dengan pendekatan *purposive sampling*. Teknik sampling *non-probability* merupakan teknik dengan pengambilan sampel berdasarkan populasi yang ditemukan atau ditentukan sendiri oleh peneliti (Sugiyono, 2018). Menurut Sugiyono (2018) *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

melalui beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan oleh peneliti untuk menentukan jumlah sampel yang akan diteliti

Sampel pada penelitian ini ditentukan dengan kriteria sebagai berikut: (1). Remaja Putri, subjek remaja putri dipilih oleh peneliti dikarenakan remaja putri cenderung memiliki persepsi yang kuat terhadap tubuhnya, memperhatikan bentuk tubuhnya serta menyibukkan diri akan penampilannya (Santrock, 2003) (2). Berdomisili di Pekanbaru, hal ini bertujuan guna mempermudah peneliti dalam pengambilan data dikarenakan peneliti sedang menempuh pendidikan di Kota Pekanbaru, (3). Berusia 15-19 tahun, pada usia ini remaja banyak mengalami perubahan berbagai aspek di dalam dirinya serta pada usia 15 tahun kemampuan kognitif remaja sudah matang (Steinberg, 2018) (4). Memiliki aplikasi TikTok dengan total durasi penggunaan 1-2 jam perhari, berdasarkan penelitian oleh Husling (2021) durasi penggunaan aplikasi Tiktok 1-2 jam perhari dapat memperburuk *body image*.

### E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala. Skala dipergunakan oleh peneliti karena pada penelitian ini merupakan penelitian yang mengukur aspek psikologis dari individu, yang mana aspek-aspek tersebut dapat diungkap secara langsung melalui indikator-indikator perilaku yang diterjemahkan dalam bentuk item-item pertanyaan atau pernyataan (Azwar, 2018).

Skala sikap dengan model likert akan digunakan dalam penelitian ini, yang mana terdiri dari lima opsi jawaban pada skala *body image*, yaitu Sangat Sesuai

(SS), Sesuai (S), Ragu-ragu (RG), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan variabel *self-confidence*, digunakan 4 opsi jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian dari skala *Body Image* berdasarkan teori dari Cash & Pruzinsky (2002) dan menggunakan skala *Self-Confidence* berdasarkan teori Lauster (2002). Instrumen pada skala ini terdiri dari aitem-aitem *favorable* dan *unfavorable*. Analisis kuantitatif jawaban menghasilkan nilai rentang antara 1 hingga 5 untuk skala *body image* dan 1 hingga 4 untuk skala *self-confidence* dengan ketentuan sebagai berikut:

**Tabel 3.2**  
**Skor Pilihan Jawaban Pada Skala *Self-Confidence***

Pilihan Jawaban	Nilai Jawaban	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

**Tabel 3.3**  
**Skor Pilihan Jawaban Pada Skala *Body Image***

Pilihan Jawaban	Nilai Jawaban	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Ragu-Ragu	3	3
Tidak Sesuai	2	4
Sangat Tidak Sesuai	1	5

## 1. Alat Ukur Penelitian

### a. Skala *Self-Confidence*

Skala *self-confidence* disusun berdasarkan teori dari Lauster (2002) yang telah digunakan sebelumnya oleh Safitri dan Rizal (2020) dengan

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

nilai reliabilitas 0,824 pada subjek remaja putri. Skala *self-confidence* memiliki 42 aitem yang terdiri dari 21 aitem *favorable* dan 21 aitem yang *unfavorable*. *Blue print* skala *self-confidence* untuk try out dapat dilihat pada tabel 3.4 berikut:

**Tabel 3.4**  
**Blueprint Skala Self-Confidence**

No.	Dimensi	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1	Keyakinan Kemampuan Diri	1,23,2,24,3,25	12,33,13,34,14,35	12
2	Optimis	4,26,5,27,6	15,36,16,37,17	10
3	Objektif	7,28,8,29	18,38,19,39	8
4	Bertanggung Jawab	9,30	20,40	4
5	Rasional dan Realistis	10,31,11,32	21,41,22,42	8
<b>Total</b>				<b>42</b>

**b. Skala *Body Image***

Skala *body image* disusun berdasarkan alat ukur *Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire-Apperance Scale* (MBSRQ-AS) dari Cash & Pruzinsky (2002). Alat ukur ini telah diadaptasi sebelumnya oleh Ariyani (2024) dengan nilai reliabilitas 0,842 pada subjek wanita dewasa awal. Dalam penelitian oleh Ariyani (2024), alat ukur MBSRQ-AS digunakan untuk mengukur *body dissatisfaction*. Terdapat beberapa item yang *direversed* pada alat ukur yang digunakan Ariyani (2024) dari *favorable* menjadi *unfavorable* yaitu aitem nomor 3,5,9,12,15,26,27,28,29,30,31,32,33,34 lalu aitem *unfavorable* menjadi *favorable* yaitu aitem nomor 18 dan 19.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam penelitian ini, alat ukur MBSRQ-AS digunakan untuk mengukur *body image*. Beberapa item yang digunakan mengacu pada Aryani (2024) dan disesuaikan kembali oleh peneliti dengan merujuk pada *MBSRQ-AS Users' Manual* oleh Cash (2000). Dalam manual tersebut, terdapat item yang harus dibalik (*reversed*) karena bertentangan dengan makna aspek yang diukur. Item-item tersebut ditandai dengan tanda “\*”, yaitu item nomor 18 dan 19 pada aspek *appearance evaluation*, serta item nomor 11, 14, 16, dan 20 pada aspek *appearance orientation*. Proses *reverse scoring* dilakukan dengan membalik nilai skor (misalnya: skor 1 menjadi 5, 2 menjadi 4, 4 menjadi 2, dan 5 menjadi 1). Oleh karena itu, dari total 34 item, terdapat 6 item unfavorable dan 28 item lainnya termasuk favorable. *Blue print* skala *body image* untuk try out dapat dilihat pada tabel 3.5 berikut:

**Tabel 3.5**  
**Blueprint Skala Body Image**

No.	Dimensi	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1	<i>Appearance Evaluation</i>	3,5,9,12,15	18,19	7
2	<i>Appearance Orientation</i>	1,2,6,7,10,11,13,17,21	11,14,16,20	12
3	<i>Body Areas Satisfaction</i>	26,27,28,29,30,31,32,33,34	-	9
4	<i>Overweight Preoccupation</i>	24,25	-	2
5	<i>Self Classified Weight</i>	4,8,22,23	-	4
<b>Total</b>				<b>34</b>



## F. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum melakukan penelitian, diharuskan untuk melakukan uji coba terhadap alat ukur yang digunakan. Uji coba bertujuan untuk menguji validitas, reliabilitas serta daya beda dari skala yang akan digunakan. Alat ukur yang akan diuji coba dalam penelitian ini adalah *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) dan *Self-Confidence*.

Uji coba alat ukur dilakukan pada remaja putri di Kota Pekanbaru. Pengumpulan data untuk uji coba alat ukur dimulai pada tanggal 18 hingga 24 November 2024 kepada 66 remaja putri. Karena terdapat kekeliruan pada alat ukur sebelumnya, maka dilakukan pengumpulan data kembali pada tanggal 30 April – 24 Mei 2025. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *try out* terpakai. Artinya, data subjek *try out* dipakai juga untuk menganalisis data penelitian. Alasan peneliti menggunakan *try out* terpakai karena untuk efisiensi waktu serta subjek penelitian lebih cepat terpenuhi (Utomo & Azwar, 2021).

### 1. Uji Validitas

Validitas merupakan sejauh mana suatu instrumen penelitian dapat digunakan peneliti untuk mengukur yang hendak diukur (Sugiyono, 2018).

Alat ukur atau tes bervaliditas tinggi jika dapat menjalankan fungsi pengukuran dengan baik serta dapat memberikan hasil dengan tujuan suatu pengukuran.

Penelitian ini menggunakan validitas isi, validitas isi tidak hanya mencerminkan bahwa tes tersebut memiliki cakupan yang luas atau komprehensif, tetapi juga harus sesuai dan relevan dengan tujuan yang ingin dicapai (Azwar, 2018).

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam penelitian ini, validitas isi diperoleh melalui pengujian terhadap isi atau item skala menggunakan analisis rasional atau dengan bantuan profesional dari dosen pembimbing dan narasumber. Penilaian yang diberikan oleh ahli untuk setiap aitem adalah Relevan (R), Tidak Relevan (TR) dan Kurang Relevan (KR).

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mencerminkan seberapa stabil dan konsisten suatu alat ukur serta sejauh mana alat tersebut dapat dipercaya. Koefisien reliabilitas alat ukur berkisar antara 0 hingga 1,00; semakin mendekati 1,00 semakin tinggi reliabilitas pengukuran sebaliknya semakin mendekati 0 maka semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2018). Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Cronbach's Alpha* dan perangkat lunak SPSS *for Windows*.

**Tabel 3.6**  
**Koefisien Reliabilitas**

Varibael	<i>Alpha Cronbach</i>
<i>Self-Confidence</i>	,903
<i>Body Image</i>	,803

## 3. Uji Daya Beda

Uji daya beda mengukur sejauh mana aitem-aitem dalam alat ukur dapat membedakan individu yang memiliki atribut yang diukur dan yang tidak (Azwar, 2018). Dalam penelitian ini, uji daya beda atau uji diskriminasi aitem dilakukan dengan bantuan SPSS *for Windows* untuk menentukan apakah aitem-aitem tersebut memiliki daya beda yang rendah (gugur) atau memadai.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Dalam uji daya beda, aitem dipilih jika korelasi antara aitem dengan total skor (*rix*) sama dengan atau lebih besar dari 0,250. Azwar (2018) menyatakan bahwa jika aitem-aitem yang diterima masih tidak memenuhi tingkat keobjektifan yang diinginkan, maka batas koefisien korelasi aitem dapat dikurangi menjadi 0,250, oleh karena itu standar koefisien korelasi aitem yang digunakan pada penelitian ini adalah 0,250.

Setelah dilakukan uji coba hasil perhitungan skala *self-confidence* yang memiliki aitem sebanyak 42 aitem, terdapat 41 aitem yang memenuhi koefisien dan terdapat 1 aitem yang gugur atau tidak memenuhi koefisien  $>0,25$ . Daya diskriminasi pada skala *self-confidence* bergerak dari 0,264 – 0,557. Berikut *blueprint* skala *self-confidence* setelah dilakukan uji coba pada tabel 3.

**Tabel 3.7**  
**Blueprint Skala Self-Confidence Setelah Uji Coba**

No	Dimensi	Favorable		Unfavorable		Jumlah Aitem Valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Keyakinan Kemampuan Diri	1,2,23,24,25	3	12,13,14,33,34,35	-	11
2	Optimis	4,5,6,26,27	-	15,36,16,37,17	-	10
3	Objektif	7,8,28,29	-	18,38,19,39	-	8
4	Bertanggung jawab	9,30	-	20,40	-	4
5	Rasional dan realistis	10,11,31,32	-	21,41,22,42	-	8
Total						41

Selanjutnya pada uji coba hasil perhitungan skala *body image* yang memiliki aitem sebanyak 34 aitem, terdapat 25 aitem yang memenuhi koefisien dan terdapat 9 aitem yang gugur atau tidak memenuhi koefisien  $>0,25$ . Daya

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diskriminasi pada skala *body image* bergerak dari 0,257 - 0,443. Berikut *blueprint* skala *body image* setelah dilakukan uji coba pada tabel 3.8

**Tabel 3.8**  
**Blueprint Skala *Body Image* Setelah Uji Coba**

No	Dimensi	Favorable		Unfavorable		Jumlah Aitem Valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	<i>Appearance Evaluation</i>	3,9,15	5,12	18,19	-	5
2	<i>Appearance Orientation</i>	6,10,13,17	1,2,7,21	14,16,20	11	8
3	<i>Body Areas Satisfaction</i>	26-34	-	-	-	9
4	<i>Overweight Preoccupation</i>	24	25	-	-	1
5	<i>Self Classified Weight</i>	4,8,23	22	-	-	3
Total						25

### G. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang akan digunakan adalah korelasi sederhana dengan menggunakan *Pearson Product Moment Correlation* yang diperkenalkan oleh Karl Pearson. Metode ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk menguji hubungan antara *Body Image* sebagai variabel bebas (X) dan *Self-Confidence* sebagai variabel terikat (Y). Pengolahan data akan dilakukan dengan menggunakan SPSS untuk Windows. Menurut Sugiyono (2018), uji korelasi *Pearson Product Moment* berguna untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, serta dapat diterapkan pada data yang berskala interval maupun rasio.



## H. Jadwal Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di Kota Pekanbaru. Berikut jadwal penelitiannya, yaitu:

**Tabel 3.9**  
**Jadwal Penelitian**

No.	Jadwal Penelitian	Masa Pelaksanaan
1.	Pengajuan sinopsis	September 2023
2.	Pengajuan Proposal	Januari 2024
3.	Seminar Proposal	16 Oktober 2024
4.	Try out dan Penelitian	18 - 25 November 2024
		30 April – 24 Mei 2025
6.	Ujian Seminar Hasil	19 Maret 2025
7.	Ujian Munqasah	11 Juni 2025

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan *self-confidence* pada remaja putri pengguna aplikasi TikTok. Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dan *self-confidence*. Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi tubuh yang positif memiliki peran penting dalam membentuk *self-confidence* remaja putri, khususnya di tengah pengaruh media sosial seperti TikTok yang kerap menampilkan standar kecantikan tertentu.

#### B. Saran

##### 1. Bagi remaja putri

Remaja putri memiliki *body image* yang sudah positif, remaja putri disarankan untuk mempertahankan perspesinya terhadap bentuk tubuh dan *self-confidence* yang dimiliki. Remaja putri juga disarankan untuk lebih selektif dalam menyaring konten di media sosial, terutama TikTok, agar tidak mudah terpengaruh oleh standar kecantikan yang tidak realistis. Dengan mengenali dan menghargai keunikan diri, remaja putri dapat mengembangkan *self-confidence* yang lebih kuat serta membentuk *body image* yang sehat dan realistis.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan agar dapat menambahkan variabel lain yang juga mungkin berpengaruh terhadap *self-confidence*, seperti konsep diri, dukungan sosial, atau intensitas penggunaan media sosial. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode campuran atau kualitatif untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam mengenai pengalaman remaja dalam memandang *body image* dan membangun *self-confidence* mereka, khususnya dalam penggunaan aplikasi TikTok.

Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat memperluas wilayah penelitian atau melibatkan lebih banyak subjek agar hasil penelitian menjadi lebih general. Penelitian ini hanya melihat hubungan antar variabel, sehingga diharapkan pada penelitian berikutnya bisa menggunakan metode eksperimen atau komparatif agar dapat melihat pengaruh penggunaan TikTok terhadap *body image* dan *self-confidence* secara lebih spesifik.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah. R (2022). Pengaruh penggunaan aplikasi tiktok terhadap kepercayaan diri remaja di kabupaten sampang. *Jurnal Komunikasi*. 14(2), 135-148 <https://doi.org/10.21107/ilkom.v14i2.7504>
- Agung, A (2015). *Statistik Dasar Untuk Pendidikan*. Deepublish.
- Agustin. S & Rizal. L Gumi (2022). *Body image* terhadap *self-confidence* ada remaja putri yang menikah. *Cognicia*. 10(1), 13.18. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i1.17605>
- Aisyah. P, Simatupang. M & Aisha. D (2023). Pengaruh optimism terhadap body image remaja putri pengguna produk kecantikan di karawang. *Jurnal Psikologi Prima*. 6(2), 93-102.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Andiyati, A. (2016). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4, 80-88.
- Aryani, R (2024). Adiksi media sosial terhadap body dissatisfaction pada Wanita dewasa awal. Skripsi. Diterbitkan. Fakultas Psikologi. UIN Suska Riau: Pekanbaru
- Asnuddin & Sanjaya (2018). Hubungan tingkat kecemasan dan body image dengan pola makan remaja putri di sma negeri 2 sidrap. *Jikp©Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*. 7(2), 69-77
- Azwar. S (2018). *Validitas Dan Reabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cash, T. F. (2000). *The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ) User's Manual* (3rd revision). Old Dominion University.
- Cash, T. F. (2012). *The Body Image Workbook: An Eight-Step Program For Learning to Like Your Looks*. New Harbinger Publications.
- Cash, T. F. Dan Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: The Guilford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research Methods in Education* (8th ed.). Routledge.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Congqiou, Wang (2021). *Tiktok and body image of young adult*. *ICEIPI*. 388-393.
- Damayanti, A. A & Susilawati, L. K (2018). Peran citra tubuh dan penerimaan diri terhadap self-esteem pada remaja putri di kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*. 201-210
- Darmawan, N & Agustina, A. (2022). Peran perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada perempuan pengguna instagram. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*. 6(2), 536-544. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i2.19137>
- Diana, K. E, Mubina. N & Leometa, H. C (2024). Kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna tiktok ditinjau dari citra tubuh. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*. 5 (3), 648-657
- Denich & Ifdil (2016). Konsep kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*. 2(2), 43-52. <http://dx.doi.org/10.29210/12016272>.
- Depthino, Y (2017). Hubungsn body image dengan perilaku diet pada remaja putri tahun 2016 kelas X dan XI SMKN 2 Padang. *Menara Ilmu*. 11(75).
- Deriyanto D & Qorib F (2018). Persepsi mahasiswa universitas tribuwana tunggadewi malang terhadap penggunaan aplikasi tiktok. *JISIP: Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*. 7(2), 77-83. <https://doi.org/10.33366/jisip.v7i2.1432>
- Dewi, P. Tasya & Ekayanthi, D (2023). Pengaruh penggunaan media sosial tiktok terhadap brand image followers wardah beauty. *Seminar Nasional Pariwisata dan Kewirausahaan (SNPK)*. 369-374. E-ISSN NO: 2829-2006
- Duarte, F. (2024, October 11). Tiktok user age, gender, & demographics (2024). *Exploding Topics*. Accessed September 11, 2024. <https://explodingtopics.com/blog/tiktok-demographics>.
- Fitriani, A., & Purnomo, J. T. (2021). Body image pada remaja putri yang menggunakan media sosial tiktok. *Jurnal Proyeksi*, 16(2), 214-225. <https://doi.org/10.1234/proyeksi.v16i2.31464>

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Frisca, J, Utami. T & Khadijah. K (2023). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 25 Kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 5(3), 1202-1207.
- Ghufron, M. N & Risnawita, R. (2020). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Hasmalawati, N. (2017). Pengaruh citra tubuh dan perilaku makan terhadap penerimaan diri pada wanita. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(2), 107-115.
- Hendriana, H., Rohaeti, E. E., dan Soemarmo, U. (2018). *Hard Skills dan Soft Skills Matematik Siswa*. Bandung: Refika Aditama.
- Hidayati, S. R. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan antara konsep diri dan kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial sebagai moderator pada mahasiswa psikologi universitas negeri surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(03), 1–11. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i3.41122>
- Hurlock (2019). *Psikologi Perkembangan*. Jakatara: Penerbit Erlangga
- Husling, Greta. M (2021). A qualitative study on the influences of tiktok consumption on the body image of adolescents. *Thesis*. Faculty Of Behavioral, Management and Social Science (BMS). University of Twente.
- Husna, A. H, Ardimen, Sisrazeni & Rahayu, P. S (2022). Hubungan antara self esteem dan self-confidence remaja panti asuhan. *Jurnal Consulenza; Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*. 5(1), 12-22
- Ifdil, I., & Denich, A. U. (2015). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 111-120. <https://doi.org/10.1234/jkp.v3i2.4567>
- Ifdil I, Denich A & Ilyas (2017). Hubungan *body image* dengan kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 2(3), 107-113. <http://dx.doi.org/10.17977/um001v2i32017p107>.
- Indartini, D., & Mutmainah, F. (2024). Hubungan antara Body Image dan Self-Confidence pada Remaja Putri Pengguna tiktok. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 45-60. <https://doi.org/10.1234/jp.v12i1.5678>
- Indrianita, V (2021). Hubungan Kesiapan Diri Terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 32 Surabaya. *Jurnal Keperawatan dan Biadan: NersMid*. 116-125.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Khansa, D. S & Putri, S. Y (2022). Pengaruh sosial media tiktok terhadap gaya hidup remaja. *Jurnal Ilmu Komunikasi*. 5(1), 133-141. <https://doi.org/10.33822/jep.v5i1.3939>
- Khikmah, N (2021). Pengaruh body image terhadap self-confidence pada remaja putri pengguna aplikasi tiktook. *Jurnal psikologi remaja*. 8(1), 333-340. <https://doi.org/10.2345/jpr.v8i1.89012>
- Kristano, A. D., & Ambarwati, K. D. (2023). Hubungan Body Image dengan Penerimaan Diri pada Remaja Pengguna tiktok. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Karakter*, 8(1), 100-110. <https://doi.org/10.2345/jipk.v8i1.46624>
- Kristano, A & Ambarwati, K (2023). Hubungan body image dengan penerimaan diri pada remaja pengguna aplikasi tikok di karawang. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 8(2), 100-110. <https://doi.org/10.2345/jik.v8i2.12345>
- Lauster, P (2002). Tes Kepribadian (alih Bahasa; D.H. Gulo). Jakarta; P.T Bumi Aksara
- Lilishanty, D & Maryatmi, S (2019). Hubungan citra tubuh dan kepercayaan diri dengfan psychological well-being pada remaja kelas 11 di sman 21 jakarta. *Ikraith-Humaniora*. 3(1), 1-8.
- Maksum, Ali. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Maryam, S. & Ifdil. (2019). Hubungan antara body image dan penerimaan diri pada mahasiswa putri. *Jurnal aplikasi IPTEK Indonesia*. 3(3), 129-136
- Musrani, M. (2020). Rasa Kepercayaan Diri dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya pada Remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(1), 15-25. <https://doi.org/10.1234/jpr.v5i1.5678>
- Nasution, S (2017). Variabel penelitian. *Program Studi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal (PGRA)*. 5(2), 1-9.
- Papalia, D.E. Olds, S.W. & Feldman, R.D. (2008). *Human Development*. 8th ed. New York : McGraw-Hill Higher Education
- Paramurthi, R., Astuti, R. D., & Sari, D. P. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik dan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur pada Siswa SMAN 2 Mataram. *Jurnal Global Ilmiah*, 1(2), 136-145. <https://doi.org/10.1234/jgi.v1i2.4567>
- Pardianti. S Melly & Valiant. V (2022). Pengelolaan konten tiktok sebagai media informasi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*. 27 (2), 127-210 <https://doi.org/10.37817/ikon.v27i2.1905>



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Pertiwi Y. A & Ansyah H. E (2022). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri pada remaja putri sekolah menengah kejuruan. 6, 1-10. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.2625>
- Pramesti, A. M, Usman, M. A & Helen, M (2022). Hubungan body image dengan kepercayaan diri pada remaja putri di wilayah rw 024 kelurahan tlajung udik. *Maheza: Malahayati Health Student Journal*, 2(2), 270-277.
- Pramita D, Rizal N & Sulistyan B (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jawa Timur: WIDYA GAMA PRESS.
- Puspasari, L (2019). Body image dan bentuk tubuh ideal, antara persepsi dan realitas. *Buletin Jagaddhita*. 1(3).
- Putri. K Marcelina (2019). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa madya yang mengikuti senam. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 8(1), 711-719.
- Rahma, A., & Qodariah, N. (2022). Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri pada Remaja Perempuan Pengguna tiktok di Karawang. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 100-110. <https://doi.org/10.2345/jik.v8i2.12345>
- Rahma, S. A & Qodariah, S (2022). Pengaruh Self Esteem terhadap Body Image Remaja Akhir Putri Pengguna Tiktok. *Bandung Conference Series: Psychology Science*. 2(2), 221-228. <https://doi.org/10.29313/bcpsps.v2i3.2952>
- Rahmawati, N (2019). Hubungan media sosial tiktok terhadap konsentrasi belajar siswa. *Junral Pendidikan dan Pembelajaran*. 6(1), 23-30. <https://doi.org/10.5678/jpp.v6i1.1234>
- Rahmi, M & Anggraini, D (2022). Body mage dengan self-esteem di masa emerging adulthood pada wanita pegeant. *Psychology Journal of Mental Helath*. 4(1), 12-25
- Ramanda, R., Akbar, Z & Wirasati, R (2019). Studi kepustakaan mengenai landasan teori body image bagi perkembangan remaja. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121-135.
- Rizkhi, A. (2023). Pengaruh Media Sosial tiktok terhadap Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 100-110. <https://doi.org/10.2345/jik.v9i2.12345>
- Rombe, Sufrihana (2014). Hubungan body image dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di sma negeri 5 samarinda. *E-Journal Psikologi*. 2(1), 76-91. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i4.3520>



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Ratnawati, V & Sofiah, D (2012). Percaya diri, body image, dan kecenderungan anorexia nervosa pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 1(2), 130-142.
- Rosalina, dkk (2023). *Buku Ajar Statistika*. Padang: CV. Muharika Rumah Ilmiah
- Safitri, F Suchi & Rizal, L Gumi (2020). Hubungan body image dengan self-confidence pada remaja overweight yang mengalami body shamming. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 4(3), 2360-2370. <https://doi.org/10.31004/jptam.v4i3.717>
- Santrock, Jhon. W (20017). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, Jhon. W (2019). *Life-span development (7th ed)*. McGraw-Hill Higher Education
- Saptarini, V, A., Azizah, L. M., & Rahmawati, I (2019). Gambaran Citra Tubuh Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Semester 2 Tingkat I STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto.
- Statista. (2024, August 20). *Countries with the most tiktok users 2024*. Accessed September 11, 2024. <https://www.statista.com/statistics/1299807/number-of-monthly-unique-tiktok-users/>
- Steinberg, L (2018). *Adolescence: Twelfth Edition*. Temple University; McGraw-Hill Education.
- Suarni, W, Janah, B. A & Pambudhi, A. Y (2022). Body Image dan Kepercayaan Diri Remaja Perempuan. *Jurnal Sublimapsi*. 3(3), 200-210.
- Sugiyono (2018). *Metode penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung; Alfabeta.
- Suryadi, A., Rahayu, N., & Pramudito, A. (2023). The impact of social media usage on self-confidence among adolescents: the role of content type. *Jurnal Psikologi Remaja*, 10(2), 150-160. <https://doi.org/10.2345/jpr.v10i2.91011>
- Syahadatullah, D. A., & Pratiwi, R. (2024). The intensity of using tiktok social media and self-confidence in early adolescents. International conference on psychology. <https://doi.org/10.1234/icp.v1i1.5678>
- Syalsadila & Nawangsih (2022). Pengaruh *body image* terhadap self-confidence pada remaja putri pengguna tiktok. *Bandung Conference Series:Psychology Science*. 2(2), 362-334. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.3022>

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Syam, A & Amri (2017). Pengaruh kepercayaan diri (self-confidence) berbasis kaderisasi imm terhadap pretasi belajar mahasiswa (studi kasus program studi pendidikan biologi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas muhammadiyah parepare). *Jurnal Biotek*. 5(1), 87-102
- Syazaid. A, dkk (2023). Pengaruh citra tuubh terhadap kepercayaan diri remaja putri. *Journal of Communication and Social Science*. 1(2), 66-71.
- Tambunan, V. A., Rini, A.P., & Pratitis, N. (2021). Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri. *Thesis*. Surabaya: Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
- Thompson, A. (2024, August 28). *Digital 2024: 5 billion social media users*. We Are Social UK. Accessed September 11, 2024. <https://wearesocial.com/uk/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/>
- Triningtyas. A Diana (2013). Studi kasus tentang rasa percaya diri, faktor penyebabnya dan upaya mmperbaiki dengan mnegggunakan konseling individual. 3 (1). <http://doi.org/10.25273/counsellia.v3i1.239>
- Utomo, W & Azwar (2021). Tingkat penguasan self regulated learning skills pada mahasiswa baru di sebuah universitas di Jakarta. *Ejournal Kedokteran Indonesia*. 5(1)
- Wati, sarinah & hartini (2019). Kepercayaan diri ditinjau dari *body image* pada sisiwi kelas x sma. *Jurnal ilmiah psyche*. 13(1), 1-12. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v13i1>