

**HUBUNGAN ANTARA BODY SHAME DENGAN KEPERCAYAAN
DIRI SISWA JURUSAN KECANTIKAN DAN SPA DI SMKN 1 PANJI
SITUBONDO**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember**



Oleh :

Cattleya Lestari Puteri

NIM : 1910811076

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Diajukan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh Gelar Strata Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal

6 Desember 2025

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember

Dekan



Dr. Nurlaela Widyaningrum, S.Psi., M.Si

NIP. 197505292005012001

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Istiqomah, S.Psi, M.Si, Psikolog
NPK. 1975053111312445

Maulana Arif Muhibbin, S.Psi, M.Si
NPK. 19940718123031036

Panca Kursistin Handayani, S.Psi, M.A, Psikolog
NIP. 197303032005012001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Cattleya Lestari Puteri

NIM : 1910811076

Dengan disaksikan oleh penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 6 Desember 2025

Yang Menyatakan



Cattleya Lestari Puteri
1910811076

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur tak henti-hentinya penulis panjatkan kepada Allah S.W.T karena kehendaknya, penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

Untuk kedua Orang Tua

Skripsi ini di persembahkan untuk papa dan mama yang sudah bersabar atas segala proses dari anak kedua nya.

Untuk Kakak

Skripsi ini di persembahkan untuk kakakku Cynthia Grahady Puteri dari adik dunia akhirat.

Untuk Diri Sendiri

Terima kasih karena tidak pernah membandingkan pencapaianmu dengan siapaun.

MOTTO

Selalu ada harga dalam sebuah proses, nikmati saja lelah- lelah ini. Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau inversasikan untuk menjadi dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang- gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan.

(Boy Candra)

Hidup Bukan Saling Mendahului, Bermimpilah Sendiri – Sendiri.

(Hindia)



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, rasa syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberi kekuatan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing kita dari zaman kebodohan hingga zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti saat ini. Dalam proses penulisan dan penyusunan skripsi ini penulis telah banyak tantangan dan hambatan yang telah dilalui, namun dengan do'a, bimbingan, bantuan, dan dukungan dari berbagai pihak skripsi ini bisa terselesaikan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan fasilitas dan kenyamanan selama penulis menempuh pendidikan Sarjana Psikologi.
2. Ibu Anggraeni Swastika Sari, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen wali angkatan 19.
3. Ibu Panca Kursistin Handayani S.Psi, M.A. Psikolog selaku dosen pembimbing I yang memberikan bimbingan dan dukungan dengan penuh selama proses pengerjaan skripsi ini dari awal hingga akhir.
4. Bapak Maulana Arif Muhibbin, S.Psi, M,Si selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dengan penuh selama proses pengerjaan skripsi hingga penulis menyelesaikan skripsi.
5. Ibu istiqomah, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku dosen penguji.

6. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang turut berjasa dalam setiap momen belajar penulis selama menempuh studi jenjang sarjana dengan berbagai bentuk ilmu pengetahuan psikologi maupun ilmu umum dalam menjalani kehidupan sebagai manusia.
7. Kepada Kepala Sekolah SMKN 1 Panji Situbondo atas izin yang sudah di berikan kepada peneliti dalam proses pengambilan data skripsi.
8. Kepada pihak sekolah SMKN 1 Panji Situbondo yang tidak dapat penulis sebut satu persatu atas bantuan dalam proses pengambilan data skripsi.
9. Kepada siswa jurusan kecantikan di SMKN 1 Panji Situbondo atas waktu dan bantuan menjadi responden dalam penelitian.
10. Kepada kedua orang tua peneliti yaitu bapak Ir. Sentot Sugiyono, M.Si dan ibu Siwi Palupi Akhyarini terimakasih atas kasih sayang serta doa tulus yang menjadi kekuatan terbesar dalam setiap langkah penulis. Dari proses yang penuh warna inilah penulis belajar arti ketabahan, kemandirian, dan pengertian. Terima kasih atas kasih sayang yang adil dan doa yang tidak pernah pilih kasih. Walau rumah bukan lagi yang diharapkan, kebahagiaan kalian yang selalu ku doakan. Semoga setiap perjuangan dan pengorbanan yang telah mama dan papa berikan, Allah balas dengan kebahagiaan dan keberkahan tanpa batas.
11. Kepada alm. Kakakku tersayang yaitu Cynthia Grahady Puteri terima kasih atas kasih sayang yang tak pernah putus yang telah menjadi

sumber semangat penulis dalam menjalankan tanggung jawab kuliah. Untuk semua pelajaran hidup yang bermakna, Terima kasih telah memberikan motivasi kehidupan yang tak pernah terlupakan. Almarhumah akan selalu abadi di hati.

12. Kepada Abil Fida' Al Fatah sebagai seseorang spesial yang menemani penulis dari SMA. Terima kasih atas ketulusan, kasih sayang, dukungan selama ini dan atas waktu yang sudah diluangkan kepada peneliti karena telah mau mendengarkan keluh kesah penulis selama menyelesaikan skripsi hingga tuntas.
13. Adikku yaitu Mellysa Aulia Sugiyono, Nicholas Mirza Sugiyono dan ponakanku Vincent Saputra terima kasih atas dukungan dan kebersamaan selama proses penyelesaian kuliah.
14. Kepada sahabatku Rozymar Nazari Abdullah Bode terima kasih sudah banyak sekali membantu peneliti dalam proses penulisan skripsi dan untuk sahabatku Puspita Dwi Utami terima kasih karena telah memberi dukungan dan bantuan selama penulis dalam proses penelitian.
15. Teman – teman seperjuangan selama di Jember yaitu Putri Ayu Amy Lestari, Iil Lailatul Laidah Chusen, Herida Novita, Yuvita, dan Nanda Gea terima kasih atas bantuan, dukungan dan menemani penulis dalam proses pengerjaan skripsi. Terkhusus Putri dan Iil terimakasih karena telah mau berbagi kebahagiaan dan tidak pergi disaat penulis bersedih, serta terus berbagi tawa di kos mungil yang penuh kasih sayang.

16. Last but no least, untuk diri saya sendiri apresiasi sebesar- besarnya karena telah bertanggung jawab menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha dan tidak menyerah. Terimakasih sudah bertahan dan kuat.

Oleh karena itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan, baik dari segi substansi maupun tata bahasa. Dengan segala kerendahan hati, penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya apabila terdapat kesalahan, kekeliruan, atau ketidaksempurnaan yang tidak disengaja dalam penulisan karya ilmiah ini.

Jember, 6 Desember 2025

Cattleya Lestari Puteri

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	13
C. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian	13
1. Manfaat teoritis	13
2. Manfaat praktis.....	13
E. Keaslian Penelitian.....	14
BAB II	18
TINJAUAN PUSTAKA.....	18
A. Konsep Teori	18
1. Kepercayaan Diri.....	18
2. <i>Body Shame</i>	24

B. Hubungan Antara <i>Body Shame</i> dengan kepercayaan diri pada siswa jurusan kecantikan.....	26
C. Hipotesis	28
BAB III	29
METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Identifikasi Variabel.....	29
C. Populasi Dan Sampel.....	30
1. Populasi.....	30
2. Sampel	30
D. Definisi Oprasional.....	31
1. Kepercayaan diri	31
2. <i>Body Shame</i>	33
E. Metode Pengumpulan Data.....	34
1. Kepercayaan Diri.....	35
2. <i>Body Shame</i>	35
F. Metode Analisis Data	36
1. Uji Keabsahan Alat Ukur.....	36
2. Uji Asumsi	37
3. Uji Hipotesis	38

4. Uji Deskriptif	39
BAB IV	40
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian	40
1. Orientasi Kancan.....	40
2. Persian Penelitian	42
B. Analisis Data.....	45
C. Pembahasan.....	57
BAB V.....	66
KESIMPULAN DAN SARAN.....	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Blueprint kepercayaan Diri.....	35
Tabel 2 Blueprint <i>Body Shame</i>	36
Tabel 3 Hasil Uji Validitas <i>Body Shame</i>	45
Tabel 4 Validitas Skala kepercayaan Diri.....	46
Tabel 5 Hasil Uji Reabilitas	47
Tabel 6 Hasil Uji Normalitas.....	49
Tabel 7 Hasil uji Linieritas.....	50
Tabel 8 hasil Uji Hipotesis	50
Tabel 9 Kategorisasi Variabel Secara Keseluruhan.....	52
Tabel 10 Kategorisasi variabel berdasarkan Aspek <i>Body Shame</i>	53
Tabel 11 Kategorisasi variabel berdasarkan Aspek Kepercayaan diri	54
Tabel 12 <i>Body shame</i> berdasarkan kelas.....	56
Tabel 13 kepercayaan diri berdasarkan kelas	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian	76
Lampiran 2 Surat Perizinan Dari Instansi	77
Lampiran 3 Surat Izin Etik	78
Lampiran 4 Kuesioner Skala <i>Body Shame</i>	79
Lampiran 5 Kuesioner Skala Kepercayaan Diri	81
Lampiran 6 Tabulasi Skala <i>Body Shame</i>	83
Lampiran 7 Tabulasi Skala Kepercayaan Diri.....	86
Lampiran 8 Tabel Validasi Skala <i>Body Shame</i>	91
Lampiran 9 Tabel Validasi Skala Kepercayaan Diri	96
Lampiran 10 Hasil Uji Reabilitas Skala <i>Body Shame</i>	109
Lampiran 11 Hasil Uji Reabilitas Skala Kepercayaan Diri.....	110
Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas.....	110
Lampiran 13 Hasil Uji Linieritas	111
Lampiran 14 Hasil Uji Hipotesis	111
Lampiran 15 Uji Deskriptif	112