

**HUBUNGAN ANTARA *PERFECTIONISM* DAN *BODY*
DISSATISFACTION PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA
SOSIAL TIKTOK DI JEMBER.**

SKRIPSI

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



Oleh :

Langgam Cintatya Wijaya

NIM : 2210811069

**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

3 Agustus 2026

Mengesahkan
Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Jember
Dekan

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

NIP. 197505292005012001

Dewan Penguji

Tanda tangan

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

(NPK. 1975053111312445)

Ria Wiyatfi Linsiya S.Psi., M.Si., M.Psi., Psikolog

(NPK.1992011812003915)

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

(NIP.197303032005012001)

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya :

Nama : Langgam Cintatya Wijaya

NIM : 2210811069

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana pada perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya maupun pendapat yang telah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang telah dirujuk secara tertulis dalam naskah ini dan dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan isi pernyataan ini, saya bersedia menerima segala konsekuensi, termasuk pencabutan gelar sarjana yang telah saya peroleh.

Jember, 3 Agustus 2026

Yang menyatakan,



Langgam Cintatya Wijaya

HALAMAN PERSEMBAHAN

Berkat kehendak Allah SWT, dengan segala puji syukur, penulis
mempersembahkan skripsi ini untuk:

Orang Tua Tercinta

Terima kasih atas segala kasih sayang, doa, pengorbanan, kesabaran, serta dukungan yang tidak pernah berhenti diberikan kepada penulis. Terima kasih karena selalu menjadi tempat pulang, sumber kekuatan, dan alasan untuk terus berjuang dalam setiap proses kehidupan. Semoga segala kebaikan, keikhlasan, dan doa yang telah diberikan senantiasa mendapat balasan terbaik dari Allah SWT.

Adik-adikku Tersayang

Terima kasih atas kebersamaan, semangat, dan kebahagiaan sederhana yang selalu kalian hadirkan. Kehadiran kalian menjadi salah satu penyemangat bagi penulis untuk terus berusaha menyelesaikan setiap tanggung jawab hingga mencapai tahap ini.

MOTTO

*“We are not always perfect. Remember that we are still young, we will be wrong
but we will learn from it”*

-Jake Sim



KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, hidayah, serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Selama proses penyusunannya, penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya doa, dukungan, bimbingan, motivasi, serta bantuan dari berbagai pihak. Proses ini menjadi perjalanan yang penuh dengan pembelajaran, tantangan, dan pengalaman berharga yang memberikan makna bagi perkembangan akademik maupun pribadi penulis. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan 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 kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan serta menciptakan lingkungan akademik yang mendukung proses belajar dan pengembangan diri.
2. Ibu Istiqomah, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dosen Penguji, yang telah memberikan berbagai masukan, kritik, dan saran yang sangat berharga sehingga skripsi ini menjadi lebih baik dan lebih layak sebagai karya ilmiah.
3. Ibu Panca Kursistin Handayani, S.Psi., M.A., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dengan penuh kesabaran. Terima kasih atas setiap arahan, masukan, perhatian, serta motivasi yang diberikan selama proses penyusunan skripsi ini hingga akhirnya dapat terselesaikan.

4. Ibu Ria Wiyatfi Linsiya, S.Psi., M.Si., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II dan Dosen Wali, yang dengan ketelitian, kesabaran, dan kepeduliannya senantiasa memberikan bimbingan, kritik, serta saran yang membangun sehingga penulis dapat terus belajar dan memperbaiki setiap kekurangan dalam penelitian ini.
5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, bimbingan, motivasi, serta berbagai pembelajaran yang sangat berharga kepada penulis selama menempuh pendidikan. Ilmu dan pengalaman yang diberikan menjadi bekal yang sangat berarti dalam proses penyusunan hingga penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh Staf Layanan Akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan pelayanan administrasi dengan baik, membantu kelancaran berbagai proses akademik, serta memberikan informasi dan bantuan yang penulis perlukan selama menjalani perkuliahan hingga proses penyelesaian skripsi ini. Segala bentuk bantuan yang diberikan sangat berarti bagi penulis.
7. Mama dan Papa tercinta, dua orang yang menjadi alasan terbesar penulis untuk terus bertahan dan berjuang hingga berada di titik ini. Terima kasih atas cinta yang tidak pernah berkurang, doa yang tidak pernah putus, pengorbanan yang tidak pernah diminta balasannya, serta kepercayaan yang selalu diberikan kepada penulis. Tidak ada kata yang mampu menggambarkan besarnya kasih sayang dan perjuangan yang telah Mama dan Papa berikan. Semoga setiap

pencapaian kecil ini dapat menjadi salah satu bentuk kebahagiaan dan kebanggaan untuk kalian.

8. Kakak dan adik-adikku tersayang, yang selalu menjadi tempat pulang, sumber semangat, pengingat bahwa penulis tidak pernah berjuang sendirian, dan yang selalu menghibur. Terima kasih atas doa, perhatian, dukungan, dan kehadiran kalian yang selalu memberikan kekuatan dalam setiap proses yang dilalui.
9. Farhan Amrullah Imron, terima kasih telah menjadi sosok yang selalu hadir dalam setiap fase perjalanan ini. Terima kasih karena telah mendengarkan setiap keluh kesah, menguatkan ketika penulis merasa lelah, menemani dalam proses yang panjang, serta selalu mengingatkan bahwa setiap kesulitan pasti memiliki akhirnya. Terima kasih atas kesabaran, perhatian, doa, dan kasih sayang yang diberikan tanpa lelah. Kehadiranmu menjadi salah satu alasan yang membuat perjalanan ini terasa lebih ringan untuk dijalani.
10. Teman-teman terdekat Alya Yustisia dan Anggun Lestari Karomah yang selalu memberikan dukungan, semangat, doa, canda, serta kebersamaan yang menghangatkan di tengah padatnya proses penyusunan skripsi. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, saling menguatkan, dan menghadirkan begitu banyak kenangan yang akan selalu penulis ingat.
11. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan perhatian, serta berpartisipasi secara sukarela dalam mengisi instrumen penelitian. Kejujuran, keterbukaan, dan kerja sama yang telah diberikan menjadi bagian yang sangat penting dalam keberhasilan pelaksanaan penelitian ini. Tanpa partisipasi dari seluruh responden, penelitian ini tidak akan

dapat terlaksana dengan baik. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat serta menjadi salah satu kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya mengenai hubungan antara *perfectionism* dan *body dissatisfaction* pada remaja pengguna media sosial tiktok.

12. Teman-teman angkatan 2022 Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan akademik yang penuh cerita, tantangan, dan pembelajaran. Terima kasih atas kebersamaan, semangat, dukungan, kerja sama, serta berbagai pengalaman yang telah kita lalui bersama sejak awal perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Semoga setiap langkah yang kita tempuh setelah ini dipenuhi dengan keberhasilan, kebahagiaan, serta kesempatan untuk terus bertumbuh dan menggapai cita-cita masing-masing.
13. Untuk diri sendiri, terima kasih karena telah memilih untuk bertahan, bangkit setiap kali merasa lelah, dan tidak menyerah meskipun perjalanan ini sering kali terasa berat. Terima kasih telah berani melangkah melewati rasa takut, keraguan, dan berbagai tantangan yang hadir selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa setiap proses yang dijalani dengan kesabaran, keikhlasan, dan keyakinan akan selalu menemukan hasil terbaik pada waktunya. Teruslah bertumbuh, belajar, dan percaya bahwa perjalanan yang lebih indah masih menanti di masa depan.

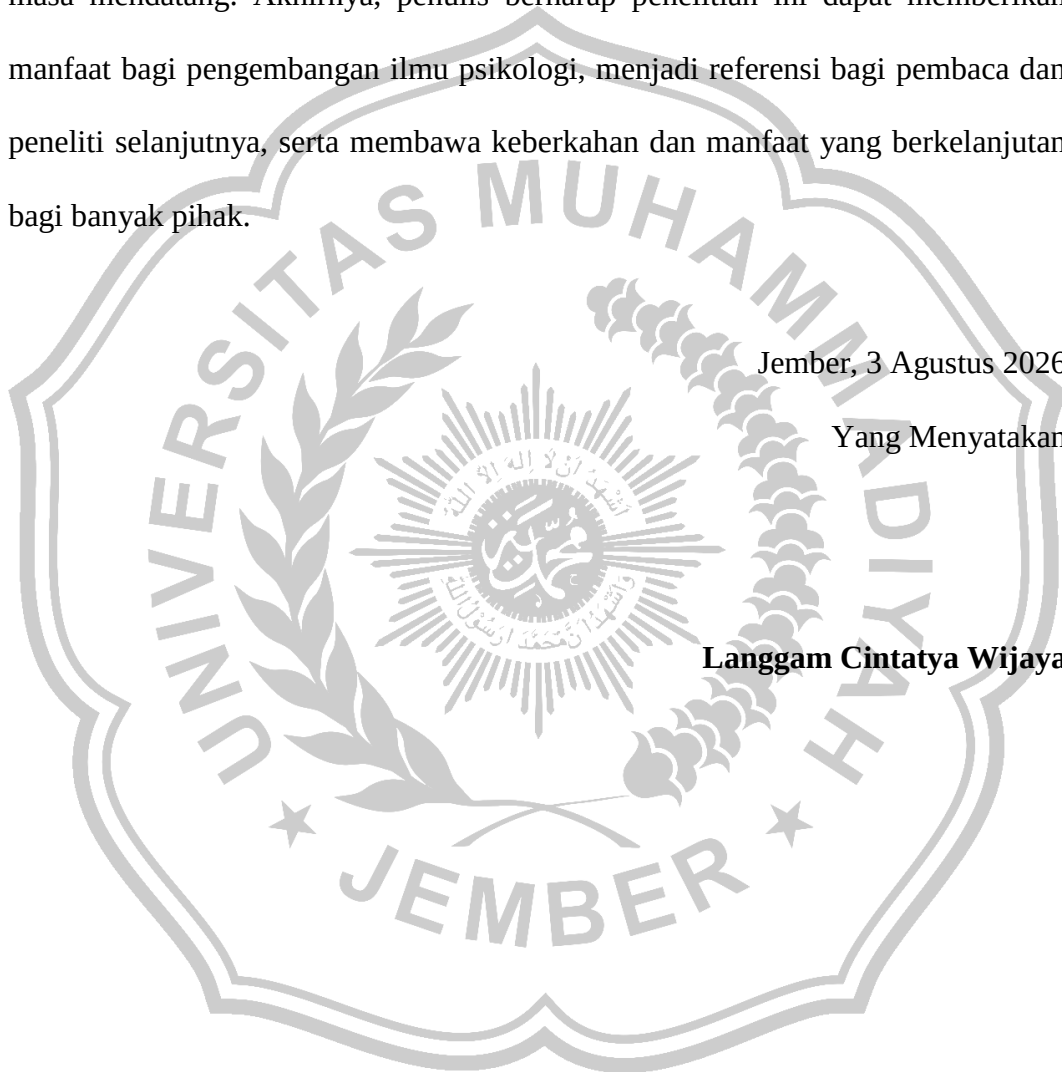
Proses penyusunan skripsi ini merupakan perjalanan yang penuh pembelajaran, tantangan, dan pengalaman berharga yang melatih ketangguhan, kedisiplinan, serta kemampuan penulis dalam menghadapi berbagai hambatan. Melalui proses

tersebut, penulis belajar bahwa usaha yang disertai kesungguhan, kesabaran, dan doa akan membawa seseorang semakin dekat dengan tujuan yang ingin dicapai. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan sebagai bahan penyempurnaan di masa mendatang. Akhirnya, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi, menjadi referensi bagi pembaca dan peneliti selanjutnya, serta membawa keberkahan dan manfaat yang berkelanjutan bagi banyak pihak.

Jember, 3 Agustus 2026

Yang Menyatakan

Langgam Cintatya Wijaya



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah/ Masalah Penelitian	13
C. Tujuan Penelitian	14
D. Manfaat Penelitian	14
E. Keaslian Penelitian.....	15
BAB II.....	19
TINJAUAN PUSTAKA	19
A. <i>Body dissatisfaction</i>	19
1. Definisi <i>body dissatisfaction</i>	19
2. Aspek-aspek <i>body dissatisfaction</i>	20
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>body dissatisfaction</i>	21
4. Dampak <i>Body Dissatisfaction</i>	23
5. Proses pembentukan <i>body dissatisfaction</i>	24
B. <i>Perfectionism</i>	26
1. Definisi <i>perfectionism</i>	26
2. Aspek-aspek <i>perfectionism</i>	27
3. Faktor yang membentuk <i>perfectionism</i>	29

C. Hubungan antara <i>body dissatisfaction</i> dengan kepribadian perfeksionisme	30
D. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III	36
METODE PENELITIAN.....	36
A. Jenis Penelitian.....	36
B. Identifikasi Variabel.....	37
C. Definisi Operasional.....	37
D. Populasi dan Sampel	38
E. Metode Pengumpulan Data	40
F. Metode Analisis Data	42
BAB IV	46
PELAKSANAAN DAN HASIL PEMBAHASAN	46
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian.....	46
1. Orientasi Kancan	46
2. Persiapan Penelitian	47
3. Pelaksanaan Penelitian	49
B. Hasil Analisa Data.....	52
1. Hasil Uji Coba Data	52
2. Hasil Pengambilan Data	54
C. Pembahasan.....	65
BAB V.....	81
PENUTUP.....	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN.....	88

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blueprint Body Dissatisfaction</i>	33
Tabel 2. <i>Blueprint Perfectionism</i>	34
Tabel 3. Distribusi Demografis Partisipan	42
Tabel 4. Hasil Validitas Uji Coba Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	43
Tabel 5 Hasil Validitas Uji Coba Skala <i>Perfectionism</i>	44
Tabel 6. Hasil Realibilitas Uji Coba	45
Tabel 7. Hasil Validitas Uji Sebenarnya Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	45
Tabel 8. Hasil Validitas Uji Sebenarnya Skala <i>Perfectionism</i>	46
Tabel 9. Hasil Reliabilitas Uji Sebenarnya	47
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 11. Hasil Uji Linearitas	49
Tabel 12. Hasil Uji Korelasi.....	49
Tabel 13. Hasil Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i>	50
Tabel 14. Hasil Deskriptif <i>Perfectionism</i>	52
Tabel 15. Hasil Deskriptif Aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	53
Tabel 16. Hasil Deskriptif Aspek <i>Perfectionism</i>	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat keterangan kelayakan penelitian	88
Lampiran 2. Kuesioner <i>Body Dissatisfaction</i>	89
Lampiran 3. Kuesioner <i>Perfectionism</i>	89
Lampiran 4. Tabulasi pengambilan data variabel <i>body dissatisfaction</i>	91
Lampiran 5. Tabulasi pengambilan data variabel <i>perfectionism</i>	105
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas <i>Body Dissatisfaction</i>	120
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas <i>Perfectionism</i>	121
Lampiran 8. Hasil Uji Realibilitas <i>Body Dissatisfaction</i>	122
Lampiran 9. Hasil Uji Realibilitas <i>Perfectionism</i>	123
Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas.....	123
Lampiran 11. Hasil Uji Linearitas.....	123
Lampiran 12. Hasil Uji Hipotesis	124
Lampiran 13. Hasil Uji Deskriptif	124