

**PENGARUH *BODY DISSATISFACTION* DAN DUKUNGAN
SOSIAL TERHADAP CITRA DIRI MAHASISWA PROGRAM
STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING UNIVERSITAS PGRI
MADIUN**

SKRIPSI



OLEH :

APIKA TRI SEPTIANI

NIM. 2102103039

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN**

Juli 2026

**PENGARUH *BODY DISSATISFACTION* DAN DUKUNGAN
SOSIAL TERHADAP CITRA DIRI MAHASISWA PROGRAM
STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING UNIVERSITAS PGRI
MADIUN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada UNIVERSITAS PGRI MADIUN untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata 1
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

OLEH :

APIKA TRI SEPTIANI

NIM. 2102103039

**PROGRAM STUDI BIMIBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN**

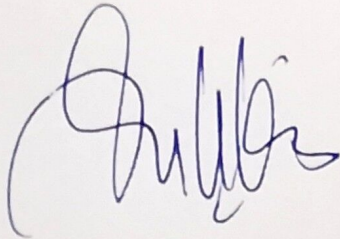
Juli 2026

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi oleh Apika Tri Septiani telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Madiun, 10 Juli 2026

Pembimbing I,

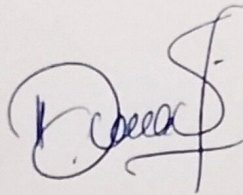


Dr. Dahlia Novarianing Asri, M. Si

NIDN. 0729117801

Madiun, 10 Juli 2026

Pembimbing II,



Dr. Diana Ariswanti Triningtyas, S.Pd., M.Psi

NIDN. 0705057807

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN

Skripsi oleh Apika Tri Septiani telah dipertahankan di depan panitia penguji pada Jum'at, 24 Juli 2026.

Panitia Penguji



Dr. Noviyanti Kartika Dewi, M.Pd. Kons
NIDN. 0704118503

Ketua



Dr. Suharni, S.Pd., M.Psi
NIDN. 0704127804

Sekretaris



Dr. Dahlia Novarianing Asri, M. Si
NIDN. 0729117801

Anggota



Dr. Diana Ariswanti Triningtyas, S.Pd., M.Psi
NIDN. 0705057807

Anggota



Dr. Suharni, S.Pd., M.Psi
NIDN. 0704127804

Anggota

Mengetahui:
Dekan FKIP,



Dr. Muh. Waskito Ardhi, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0725028401

Mengesahkan:

Kaprodi Bimbingan dan Konseling



Dr. Noviyanti Kartika Dewi, M.Pd, Kons
NIDN. 0704118503

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Apika Tri Septiani

NIM : 2102103039

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Madiun, 10 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Apika Tri Septiani

NIM. 2102103039

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

“Setiap insan memiliki takdir dan perjuangan masing – masing. Teruslah bertumbuh, melampaui batas diri dan menjadi versi terbaik dalam dirimu.”

SKRIPSI INI KU PERSEMBAHKAN KEPADA :

Diri sendiri yang telah berjuang tanpa henti

Alvin Hasby dan Gendisworo yang telah kebersamai dalam suka dan duka

Kedua orang tua yang mensupport dan mendoakan saya

Kedua kakak serta adik tercinta

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, dengan Rahmat, serta taufik dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Body Dissatisfaction dan Dukungan Sosial Terhadap Citra Diri Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun”.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis ucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. H. Supri Wahyudi Utomo, M.Pd., selaku rektor Universitas PGRI Madiun
2. Dr. Muh. Waskito Ardhi, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Madiun
3. Dr. Noviyanti Kartika Dewi., M.Pd, Kons., selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun
4. Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si., selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dengan sangat baik dan ramah kepada penulis
5. Dr. Diana Ariswanti Triningtyas, S.Pd., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan dengan sangat baik dan ramah kepada penulis
6. Dr. Muh. Waskito Ardhi, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Madiun yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di lingkup Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Madiun
7. Dr. Suharni, S.Pd., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu dan membimbing peneliti

8. Teman – teman Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun khususnya semester 8 angkatan 2022, semester 6 angkatan 2023, semester 4 angkatan 2024, dan semester 2 angkatan 2025 yang telah memberikan respon positif sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini sesuai tenggat waktu yang telah ditentukan
9. Alvin Hasby dan Gendisworo, yang selalu memberikan dukungan serta mencurahkan waktu dan tenaga sehingga penelitian ini selesai tepat waktu
10. Kedua orang tua yang selalu memberikan dukungan serta mendoakan saya
11. Kedua kakak saya Ririn dan Mamik serta adik tercinta Faulah yang selalu memberikan dukungan dan semangat
12. Fotocopy Bunda yang telah membantu penulis dalam mencetak berkas ini dari awal hingga akhir penyelesaian skripsi

Dalam penyusunan skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin, namun jika terdapat kesalahan dan kekurangan, hal ini semata – mata karena penulis adalah manusia biasa. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun. Semoga penulisan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang membaca, aamiin.

Madiun, 10 Juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan Masalah.....	6
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Kegunaan Penelitian.....	7
F. Definisi Operasional Variabel.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS PENELITIAN	11
A. Kajian Pustaka	11
B. Kerangka Berpikir	35
C. Hipotesis Penelitian	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
A. Tempat dan Waktu Penelitian	38
B. Desain Penelitian	39
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel / Bahan Uji	40
D. Teknik Pengumpulan Data	43
E. Instrument Penelitian.....	43
F. Pengolahan Data.....	47
G. Teknik Analisis Data	54

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	58
A. Deskripsi Data	58
B. Hasil Pengujian Hipotesis.....	67
C. Pembahasan	77
D. Keterbatasan.....	83
BAB V PENUTUP.....	86
A. Kesimpulan.....	86
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA.....	88
LAMPIRAN – LAMPIRAN	92
RIWAYAT HIDUP	163

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	37
Tabel 3.2	Jumlah Populasi Mahasiswa.....	38
Tabel 3.3	Nilai Item Favorable dan Unfavorable.....	42
Tabel 3.4	Blue Print Angket <i>Body Dissatisfaction</i>	43
Tabel 3.5	Blue Print Angket Dukungan Sosial.....	44
Tabel 3.6	Blue Print Angket Citra Diri.....	45
Tabel 3.7	Hasil Uji Validitas <i>Body Dissatisfaction</i>	46
Tabel 3.8	Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial.....	48
Tabel 3.9	Hasil Uji Validitas Citra Diri.....	49
Tabel 3.10	Hasil Uji Reliabilitas <i>Body Dissatisfaction</i>	50
Tabel 3.11	Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial.....	51
Tabel 3.12	Hasil Uji Reliabilitas Citra Diri.....	51
Tabel 4.1	Statistik Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i>	56
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi <i>Body Dissatisfaction</i>	57
Tabel 4.3	Statistik Deskriptif Dukungan Sosial.....	59
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial.....	60
Tabel 4.5	Statistik Deskriptif Citra Diri.....	62
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Citra Diri.....	63
Tabel 4.7	Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov.....	65
Tabel 4.8	Hasil Uji Linieritas <i>Body Dissatisfaction</i> dan Citra Diri.....	66
Tabel 4.9	Hasil Uji Linieritas Dukungan Sosial dan Citra Diri.....	67
Tabel 4.10	Hasil Uji Homogenitas <i>Body Dissatisfaction</i> dan Citra Diri.....	68
Tabel 4.11	Hasil Uji Homogenitas Dukungan Sosial dan Citra Diri.....	68
Tabel 4.12	Hasil Uji Parsial t.....	69
Tabel 4.13	Hasil Uji Simultan F.....	71
Tabel 4.14	Hasil Uji Determinasi.....	72
Tabel 4.15	Hasil Uji Regresi <i>Body Dissatisfaction</i> dan Citra Diri.....	72
Tabel 4.16	Hasil Uji Regresi Dukungan Sosial dan Citra Diri.....	73
Tabel 4.17	Hasil Uji Linier Berganda.....	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Desain Penelitian <i>Ex Post Facto</i>	38
Gambar 3.2	Rumus Slovin.....	39
Gambar 3.3	Rumus Korelasi Product Moment.....	46
Gambar 3.4	Rumus Regresi Linier Berganda.....	53
Gambar 4.1	Histogram <i>Body Dissatisfaction</i>	58
Gambar 4.2	Histogram Dukungan Sosial.....	61
Gambar 4.3	Histogram Citra Diri.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Nama Responden Uji Coba.....	93
Lampiran 2.	Instrumen Penelitian Sebelum Uji Coba.....	94
Lampiran 3.	Instrumen Penelitian Setelah Uji Coba.....	105
Lampiran 4.	Tabulasi Data Uji Coba.....	114
Lampiran 5.	Hasil Uji Validitas <i>Body Dissatisfaction</i> (X1).....	140
Lampiran 6.	Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial (X2).....	142
Lampiran 7.	Hasil Uji Validitas Citra Diri (Y).....	144
Lampiran 8.	Hasil Uji Reliabilitas.....	145
Lampiran 9.	Tabel rtabel.....	146
Lampiran 10.	Nama Responden Penelitian.....	147
Lampiran 11.	Tabulasi Data Penelitian <i>Body Dissatisfaction</i> (X1).....	148
Lampiran 12.	Tabulasi Data Penelitian Dukungan Sosial (X2).....	151
Lampiran 13.	Tabulasi Data Penelitian Citra Diri (Y).....	154
Lampiran 14.	Tabel Ftabel.....	157
Lampiran 15.	Surat Ijin Penelitian.....	160
Lampiran 16.	Surat Balasan Penelitian.....	161
Lampiran 17.	Dokumentasi.....	162