

**PENGARUH KEBERSYUKURAN DAN KEPERCAYAAN
DIRI TERHADAP *BODY IMAGE* PADA MAHASISWI
BERCADAR DI STIQ AMUNTAI**

SKRIPSI

**OLEH
NIDA AULIA**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2024 M/1445 H**

**PENGARUH KEBERSYUKURAN DAN KEPERCAYAAN
DIRI TERHADAP *BODY IMAGE* PADA MAHASISWI
BERCADAR DI STIQ AMUNTAI**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
dalam Ilmu Psikologi**

Oleh :

**Nida Aulia
NIM. 180103040100**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN
2024 M/1445 H**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:



Nama : Nida Aulia
NIM : 180103040100
Tempat/Tgl. Lahir : Palangkaraya/ 23 Maret 2000
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari
Banjarmasin

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Kebersyukuran dan Kepercayaan Diri terhadap *Body Image* pada Mahasiswi Bercadar di STIQ Amuntai” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Banjarmasin, 19 Desember 2023

Yang membuat pernyataan,

Tanda tangan



Nida Aulia

PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul : Pengaruh Kebersyukuran dan Kepercayaan Diri terhadap *Body Image* pada Mahasiswi Bercadar di STIQ Amuntai

Ditulis oleh : Nida Aulia

N I M : 180103040100

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Program : Strata Satu (S-1)

Program Studi : Psikologi Islam

Tahun Akademik : 2023/2024

Tempat dan tanggal lahir : Palangkaraya, 23 Maret 2000

Alamat : Desa Andang, kec. Haruyan, kab. Hulu Sungai Tengah

Setelah dilakukan evaluasi dan perbaikan seperlunya, kami dapat menyetujui skripsi ini untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari.

Banjarmasin, 27 Desember 2023

Pembimbing



Dra. Mulyani, M. Ag
NIP 19681010 199403 2 004

Mengetahui,
Ketua Program Studi Psikologi Islam
Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Antasari Banjarmasin,



Dra. Mulyani, M. Ag
NIP 19681010 199403 2 004

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGESAHAN SKRIPSI

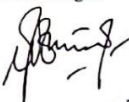




PENGARUH KEBERSYUKURAN DAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP *BODY IMAGE* PADA MAHASISWI BERCADAR DI STIQ AMUNTAI

Dipersembahkan dan disusun oleh:


Nida Aulia
180103040100

Telah Diujikan pada Tim Penguji
Pada: Hari Selasa, Tanggal 9 Januari 2024

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dra. Hj Siti Faridah, M. Ag (Ketua)	1. 
2. Mahdia Fadhila, M. Psi. Psikolog (Penguji I)	2. 
3. Dra. Mulyani, M. Ag (Penguji II)	3. 
4. Musfichin, MA (Penguji III)	4. 
5. Nurul Qaimah, S. H.I, M. Pd (Notulis)	5. 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Antasari Banjarmasin


Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag
NIP 197812272003121002

ABSTRAK

Nida Aulia, 180103040100. *Pengaruh Kebersyukuran dan Kepercayaan Diri terhadap Body Image pada Mahasiswi Bercadar di STIQ Amuntai*. Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. 2024. Pembimbing: Dra. Mulyani, M. Ag

Kata Kunci: Kebersyukuran, Kepercayaan Diri, *Body Image*, Mahasiswi Bercadar di STIQ Amuntai.

Media sering memperlihatkan perempuan-perempuan cantik dengan penampilan bertubuh tinggi, berkulit putih, hidung mancung, dan langsing. Akibatnya masyarakat menganggap penampilan seperti ini adalah standar ideal kecantikan. Bagi perempuan dewasa, penampilan fisik sangat penting. Karena sangat mempengaruhi kehidupan pribadi mereka. Perempuan lebih rentan terkena *body image* negatif dibanding laki-laki. Mereka merasa buruk dengan standar ideal kecantikan apabila tidak sesuai dengan penampilan fisik mereka. Pakaian perempuan muslimah yakni cadar, melindungi pemakainya dari standar ideal kecantikan. Karena cadar adalah pakaian yang sangat tertutup. Orang lain tidak dapat melihat fisik perempuan yang memakai cadar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kebersyukuran dan kepercayaan diri terhadap *body image* mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian tiga variabel dan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *field research*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner berupa skala Likert dengan tiga macam skala: kebersyukuran, kepercayaan diri, dan *body image*. Sampel penelitian ini berjumlah 49 mahasiswi bercadar STIQ Amuntai dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Cara analisis data menggunakan uji regresi linear berganda dengan bantuan aplikasi SPSS *for Windows* versi 26.

Ditemukan hasil penelitian: 1) Tingkat kebersyukuran mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai didominasi di kategori tinggi, sebanyak 43 orang dengan persentase 43%. 2) Tingkat kepercayaan diri mahasiswi didominasi di kategori sedang, sebanyak 28 orang dengan persentase 28%. 3) Tingkat *body image* mahasiswi didominasi di kategori sedang, sebanyak 27 orang dengan persentase 27%. 4) Terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap *body image* dengan hasil uji t $2,836 > 1,679$. 5) Terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap *body image* dengan hasil uji t $2,117 > 1,679$. 6) Terjadi pengaruh antara kebersyukuran dan kepercayaan diri terhadap *body image* dengan melihat hasil uji regresi linear berganda nilai F sebesar 31,38 lebih besar dari nilai f_{tabel} 3,20. Ditemukan persentase sumbangan pengaruh variabel kebersyukuran dan kepercayaan diri terhadap *body image* sebesar 55,9%. Kesimpulannya, terdapat pengaruh yang kuat antara kebersyukuran dan kepercayaan diri terhadap *body image* pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai.

MOTTO

“Hidup ini bagai perjalanan dan bersyukur adalah bekal terbaik yang kita bawa dalam perjalanan tersebut.”

-Imam Al-Haddad

“Ketika kamu percaya pada dirimu sendiri, setengah perjalanan menuju sukses sudah kamu raih.”

-The Heirs

“Cantik itu relatif, tetapi kesehatan dan kebahagiaanmu lebih penting daripada mencocokkan standar kecantikan orang lain.”

-My Love from the Star

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT., atas segala pertolongan-Nya yang telah membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Kepada keluarga tersayang: abah, mama, adikku Raysa Aulia, sepupu-sepupuku; Muhammad Rifani, Hafizhatun Nisa, terima kasih atas do'a, dukungan, dan bantuan yang selalu mengalir tanpa henti. Kalian adalah sumber kekuatan bagi saya.

Kepada Ibu Dosen Pembimbing Dra. Mulyani, M. Ag, terima kasih atas bimbingan, arahan, dan kesabaran yang diberikan selama proses penulisan skripsi ini. Ilmu yang diberikan sangat berharga bagi saya.

Tidak lupa kepada teman-teman Munirah, Hadenah, Khoirunnisa Fauziah, Hikmah Mauliddina, Rabiatul Adawiyah, dan Ervina yang selalu memberikan semangat dan dukungan, terima kasih atas waktu, energi, dan kesediaan untuk bantuan kalian.

Akhirnya, kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas segala bentuk bantuan dan dukungan yang telah diberikan selama perjalanan skripsi ini

Segala puji bagi Allah SWT., yang telah memberikan kekuatan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

Transliterasi kata Arab ke dalam huruf Latin dalam skripsi ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Tanggal 22 Januari 1988 Nomor 157/1987 dan 0593/1987.

I. Konsonan tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	ta'	T	Te
ث	s\{a'	s\	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	h\{a'	h\}	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha'	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	z\{al	z\	zet (dengan titik di atas)
ر	ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	s\{ad	s\}	es (dengan titik di bawah)
ض	d\{ad\}	d\}	de (dengan titik di bawah)
ط	t\{a'	t\}	te (dengan titik di bawah)
ظ	z\{a'	z\}	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	koma terbalik di atas
غ	Gain	G	ge
ف	fa'	F	ef

ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	'el
م	Mim	M	'em
ن	Nun	N	'en
و	Waw	W	We
ه	ha'	H	Ha
ء	Hamzah	`	Apostrof
ي	ya'	Y	Ye

II. Konsonan rangkap karena syaddah ditulis rangkap

متكبر	Ditulis	<i>Mutakabbir</i>
القدوس	Ditulis	<i>al-qudu>s</i>

III. Ta' marbutah di akhir kata

a. Bila dimatikan ditulis *h*

جامعة	Ditulis	<i>ja>mi'ah</i>
مكتبة	Ditulis	<i>Maktabah</i>

(ketentuan ini tidak diperlukan untuk kata-kata Arab yang sudah terserap dalam bahasa Indonesia, seperti salat, surat, ayat, zakat dan zebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya).

b. Bila diikuti dengan kata sandang 'al' serta bacaan kedua terpisah, maka ditulis dengan *h*

المكتبة الجميلة	Ditulis	<i>al-maktabah al-jami>lah</i>
-----------------	---------	-----------------------------------

IV. Vokal pendek

َ	Fathah	Ditulis	A
ِ	Kasrah	Ditulis	I

◌ِ			
◌ُ	Dammah	Ditulis	u
شكر	Fathah	Ditulis	syakara
قرأ	Kasrah	Ditulis	quri'a
ينطق	Dammah	Ditulis	yant}iqu

V. Vokal panjang

1	fathah + alif كاملة	ditulis ditulis	<i>a></i> <i>ka>milah</i>
2	fathah + ya mati صلى	ditulis ditulis	<i>a></i> <i>s}alla></i>
3	kasrah + ya mati شديد	ditulis ditulis	<i>i></i> <i>syadi>d</i>
4	dammah + wawu mati صدر	ditulis ditulis	<i>u></i> <i>s}udu>r</i>

VI. Vokal rangkap

1	fathah + ya mati رويد	ditulis ditulis	ai <i>ruwaidun</i>
2	fathah + wawu mati وفرعون ذي الأوتاد	ditulis ditulis	au <i>wa fir'auna z}i al-auta>d</i>

VII. Vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof

أنتم أشد خلقا	Ditulis	<i>a'antum asyaddu khalqan</i>
---------------	---------	--------------------------------

VIII. Kata sandang alif+lam

a. Bila diikuti huruf *Qamariyyah*

القران	Ditulis	<i>al-Qur'a>n</i>
الكتاب	Ditulis	<i>al-kita>b</i>

b. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis dengan *diidgamkan*

الصبح	Ditulis	<i>as}-s}ubh}u</i>
الساهرة	Ditulis	<i>as-sa>hirah</i>

IX. Penulisan Kata-Kata Dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dengan menulis penulisannya

بر الوالدين	Ditulis	<i>birru al-wa>lidaini</i>
إذا الشمس	Ditulis	<i>Iz\ a asy-syamsu</i>

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا ومولانا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين، أما بعد

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji hanya bagi Allah SWT., Penguasa alam semesta. Kiranya rahmat dan keselamatan senantiasa turunkan untuk baginda Rasul yang mulia yaitu Nabi besar Muhammad SAW., beserta keluarga dan para sahabat setianya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini memiliki banyak kekurangan dan kelemahan, seperti air yang mencari arah dalam samudra pengetahuan dan pengalaman yang terbatas. Namun, penulis merasa sangat bersyukur telah berhasil menyalurkan karya berjudul "Pengaruh Kebersyukuran dan Kepercayaan Diri terhadap *Body Image* pada Mahasiswi Bercadar di STIQ Amuntai", sebuah permata yang menari dalam lembaran kesatuan psikologi, menghantarkan langkah untuk mencapai gelar strata satu Sarjana Psikologi dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

Sungguh, di dalam peluk cakrawala ilmu, tumbuhlah hikmat dan nikmat, yang tak dapat diraih sendirian. Penulis, dalam pelipur rindu rasa syukur, ingin merentangkan sayap terima kasih, untuk melambaikan cinta dan penghormatan kepada:

1. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, yang telah memberi ruang bagi penulis meniti perjalanan di kampus tercinta. Semangatnya mengilhami penulis untuk meraih mimpi.
2. Ibu Dra. Mulyani, M. Ag., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam, atas dukungan dan perhatiannya telah mengarahkan langkah penulis dalam memetik inspirasi dari bidang psikologi ini.
3. Bapak Musfichin, M.A, selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Islam, dengan keramahannya senantiasa membantu penulis dalam berbagai hal, mulai dari konsultasi hingga memberikan layanan administrasi akademik dengan penuh keikhlasan.
4. Ibu Dra. Mulyani, M. Ag., selaku Pembimbing Skripsi sekaligus Dosen Penasehat Akademik dengan keramahan dan kelembutannya selalu membantu penulis selama menempuh pendidikan S1 hingga dapat menyelesaikan tugas akhir kuliah.
5. Ibu Mahdia Fadhila, M. Psi. Psikolog, selaku Pembimbing Skripsi kedua dengan bijaksana memberi saran dalam perjalanan menyelesaikan skripsi penulis, meskipun tidak membimbing sampai skripsi ini selesai.

6. Ibu Nor Fatmah, M. Si, selaku Dosen Mata Kuliah Statistik Psikologi dan Aplikasi Komputer Psikologi yang ditengah-tengah kesibukan beliau mau meluangkan waktunya untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan penulis berkaitan dengan analisis data. Sehingga penulis tidak kesulitan menggarap BAB 4.
7. Bapak Musfichin, M.A, dan Ibu Yulia Hairina, M. Psi. Psikolog, selaku *Professional Judgment* yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam pembuatan skala penelitian sehingga peneliti dapat melanjutkan penulisan skripsi.
8. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan penuh dedikasi memberikan ilmu pengetahuan, menginspirasi, dan membantu penulis memahami berbagai materi perkuliahan.
9. Bapak dan Ibu Tenaga Kependidikan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, atas usaha dan kerja keras dalam menyediakan fasilitas, dukungan administratif, serta membantu kelancaran kegiatan akademik penulis.
10. Abah dan Mama selaku sumber motivasi, doa dan dukungannya secara materiil membuat penulis berhasil menyelesaikan skripsi ini.
11. Munirah, Hadenah, Khoirunnisa Fauziah, Hikmah Mauliddina, dan Ervina, teman-teman seperjuangan yang dengan sigap membantu dan memberikan semangat kala penulis kesusahan dalam menyelesaikan skripsi.
12. Hafizhatun Nisa dan Muhammad Rifani, kedua adik sepupu yang selalu ada untuk menemani dan membantu penulis sepanjang penyelesaian skripsi ini.
13. Pihak-pihak STIQ Amuntai yang mau membantu penulis sehingga penelitian ini berjalan lancar.
14. Rabiatul Adawiyah, teman MTs hingga MA yang dengan sukarela meluangkan waktunya untuk membantu penulis saat pengambilan data.
15. Wahyu Mustika Ningsih, Noor Maulida, Noormalina, Hikmawati, Ramadina, Hilda, Muhammad Burhani, Normaziah, dan teman-teman Psikologi Islam 2018 lainnya atas persahabatan, kebersamaan, dan bantuannya kepada penulis dalam memahami ilmu selama duduk dibangku perkuliahan.

Semoga limpahan kasih sayang Allah Swt. senantiasa menghampiri pihak-pihak yang telah disebutkan dan yang tidak sempat penulis sebutkan. Akhir kata, penulis dengan penuh kerendahan hati berharap atas ampunan dan ridha-Nya. Semoga karya tulis ini menjadi berkah dan memberikan manfaat serta menjadi penambah kekayaan ilmu pengetahuan bagi seluruh Sivitas Akademika. Amin

Banjarmasin, 27 Desember 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA	xii
KATA PENGANTAR.....	xvi
DAFTAR ISI.....	xviii
DAFTAR TABEL	xx
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	26
C. Tujuan Penelitian.....	27
D. Signifikansi Penelitian.....	27
E. Definisi Operasional.....	28
F. Penelitian Terdahulu	31
G. Asumsi Dasar dan Hipotesis Penelitian	38
H. Sistematika Penulisan.....	39
BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR	41
A. <i>Body Image</i>	41
1. Definisi <i>Body Image</i>	41
2. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	42
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	46
4. <i>Body Image</i> dalam Perspektif Islam	51
B. Kebersyukuran	53
1. Definisi Kebersyukuran	53
2. Aspek-aspek Kebersyukuran	55
3. Manfaat Kebersyukuran	57
4. Faktor-Faktor Kebersyukuran	61
5. Kebersyukuran dalam Perspektif Psikologi.....	62
C. Kepercayaan Diri.....	66
1. Definisi Kepercayaan Diri	66
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	67
3. Aspek-aspek Kepercayaan Diri	71
4. Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam	73
D. Pengaruh Kebersyukuran dan Kepercayaan Diri terhadap <i>Body Image</i> ...	75
E. Kerangka Pikir.....	82
BAB III METODE PENELITIAN	83
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	83

B. Desain Penelitian.....	85
C. Lokasi Penelitian.....	85
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	85
E. Data dan Sumber Data.....	86
F. Teknik Pengumpulan Data.....	87
G. Desain Pengukuran.....	93
H. Teknik Analisis Data.....	94
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	98
A. Hasil Penelitian.....	98
B. Pembahasan atau Analisis.....	125
C. Temuan Penelitian.....	135
D. Keterbatasan Penelitian.....	137
BAB V PENUTUP.....	138
A. Kesimpulan.....	138
B. Rekomendasi.....	140
DAFTAR PUSTAKA.....	143

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Tabel Berat Badan Ideal Untuk Wanita	2
Tabel 3. 1 Blue Print Skala Kebersyukuran.....	88
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Kepercayaan Diri	90
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Body Image.....	91
Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas Skala Kebersyukuran.....	103
Tabel 4. 2 Blue Print Skala Kebersyukuran Dan Sebaran Item Yang Telah Valid	104
Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri	105
Tabel 4. 4 Blue Print Skala Kepercayaan Diri Dan Sebaran Item Yang Telah Valid	106
Tabel 4. 5 Blue Print Skala Body Image Dan Sebaran Item Yang Telah Valid .	107
Tabel 4. 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kebersyukuran, Kepercayaan Diri, Dan Body Image.....	109
Tabel 4. 7 Hasil Uji Normalitas	110
Tabel 4. 8 Hasil Uji Linieritas	111
Tabel 4. 9 Hasil Uji Multikolinearitas.....	112
Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	113
Tabel 4. 11 Hasil Uji Deskriptif Data Penelitian	119
Tabel 4. 12 Kategorisasi Variabel Kebersyukuran	119
Tabel 4. 13 Kategorisasi Variabel Kepercayaan Diri.....	120
Tabel 4. 14 Kategorisasi Variabel Body Image	121

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Diagram responden berdasarkan jurusan kuliah	101
Gambar 4. 2 Diagram responden berdasarkan semester	101