

**HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH *AUTHORITATIVE*
DENGAN PERILAKU ASERTIF TERHADAP *BODY SHAMING*
PADA DEWASA AWAL GENERASI Z DI SURABAYA**

SKRIPSI



Oleh:

RARA JUFITA SARI

20221770110

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH *AUTHORITATIVE*
DENGAN PERILAKU ASERTIF TERHADAP *BODY SHAMING*
PADA DEWASA AWAL GENERASI Z DI SURABAYA**

SKRIPSI



**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**

Oleh:

RARA JUFITA SARI

20221770110

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini

Nama Rara Jufita Sari

NIM : 20221770110

Fakultas : Psikologi

Program Studi S1 Psikologi

Judul Skripsi Hubungan Antara Pola Asuh *Authoritative*

Dengan Perilaku Asertif Terhadap *Body Shaming*

Pada Dewasa Awal Generasi Z Di Surabaya

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini merupakan karya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Bila di kemudian hari terbukti sebagai hasil plagiasi maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 20 April 2026



Rara Jufita Sari

NIM. 20221770110

**HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH *AUTHORITATIVE*
DENGAN PERILAKU ASERTIF TERHADAP *BODY SHAMING*
PADA DEWASA AWAL GENERASI Z DI SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan oleh :
Rara Jufita Sari
NIM 20221770110

Disetujui untuk diujut
Surabaya, 27 Januari 2026

Dosen Pembimbing 1

Andini Dwi Arumsari, M.Psi., Psikolog

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH *AUTHORITATIVE*
DENGAN PERILAKU ASERTIF TERHADAP *BODY SHAMING*
PADA DEWASA AWAL GENERASI Z DI SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan oleh :
Rara Jufita Sari
NIM 20221770110

Disetujui untuk diujikan
Surabaya, 27 Januari 2026

Dosen Pembimbing II


Dzulkipli, S.Psi, M.Si

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH *AUTHORITATIVE*
DENGAN PERILAKU ASERTIF TERHADAP *BODY SHAMING*
PADA DEWASA AWAL GENERASI Z DI SURABAYA**

SKRIPSI

**Diajukan oleh :
Rara Jufita Sari
NIM 20221770110**

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Surabaya dan Diterima Untuk Memenuhi sebagian dari Syarat-
syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi.**

**Pada Tanggal, 27 April 2026
Dekan Fakultas Psikologi**

Universitas Muhammadiyah Surabaya



Dr. Dewi Ilma Antawati, M.Psi., Psikolog

Dewan Penguji :

Ketua : Dr. Dewi Ilma Antawati, M.Psi., Psi

Anggota 1 : Andini Dwi Arumanti, S.Psi., M.Psi., Psi

Anggota 2 : Dzul kifli, S.Psi, M.Si

MOTTO

“Barangkali hikmah itu tidak terletak pada hasil,
barangkali hikmah itu tersebar di sepanjang jalan.”

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Pola Asuh *Authoritative* Dengan Perilaku Asertif Terhadap *Body Shaming* Pada Dewasa Awal Generasi Z Di Surabaya” ini sesuai harapan. Tak lekang, shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, teladan dan inspirator hidup umat manusia.

Skripsi ini disusun dan diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Muhammadiyah Surabaya. Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik bukan saja hanya karena usaha tunggal, penulis juga mendapatkan serangkaian dukungan, doa, dan bimbingan dari berbagai pihak.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, terdapat kekurangan baik dari segi bahasa, materi, maupun penulisan di dalamnya. Meskipun demikian, penulis berharap dalam skripsi ini tetap dapat ditemui celah kebermanfaatan bagi pembaca dan pengembangan ilmu pengetahuan mendatang.

Surabaya, 27 Januari 2026

Rara Jufita Sari
NIM. 20221770110

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Pola Asuh *Authoritative* Dengan Perilaku Asertif Terhadap *Body Shaming* Pada Dewasa Awal Generasi Z Di Surabaya” ini sesuai harapan. Tak lekang, shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, teladan dan inspirator hidup umat manusia.

Dalam menyusun skripsi ini penulis juga banyak mendapat bimbingan dan bantuan, serta dukungan dari berbagai pihak. Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep., FISQua. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan jenjang pendidikan perkuliahan di Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Ibu Dr. Dewi Ilma Antawati, M.Psi., Psikolog selaku Dekan sekaligus dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
3. Ibu Hetty Murdiyani, S.Psi., M.Kes, selaku Wakil Dekan sekaligus dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
4. Ibu Rinanti Resmadewi, M.Psi, Psikolog, selaku Ketua Program Studi sekaligus dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
5. Ibu Dr. Imtihanatul Ma'isyatuts Tsalitsah, S.Ud., M.Pd, selaku Sekretaris Program Studi sekaligus dosen pengajar mata kuliah di

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.

6. Ibu Andini Dwi Arumsari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing utama yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, pikiran, dan dorongan supaya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas dedikasi dan kesabarannya dalam menuntun penulis sedari awal penelitian dirancang hingga paragraf kesimpulan digoreskan.
7. Bapak Dzulkifli, S.Psi, M.Si, selaku dosen wali sekaligus dosen pembimbing utama yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, pikiran, dan dorongan supaya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas dedikasi dan kesabarannya dalam menuntun penulis sedari awal penelitian dirancang hingga paragraf kesimpulan digoreskan.
8. Ibu Fety Khosianah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
9. Ibu Dr. Wiwik Juwarini Prihastiwi, M.Si., Psikolog, selaku dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
10. Bapak Agus Poerwanto, S.Psi., M.Kes., selaku dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
11. Ibu Marini, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.

12. Ibu Ummi Masrufah Maulidiyah, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
13. Ibu Dra. S.A. Fahiroh, M.Si, selaku dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
14. Ibu Dr. Iffah Rosyiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pengajar mata kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
15. Segenap dosen pengajar Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
16. Segenap staf beserta admin Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya, atas ilmu dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan sarjana Psikologi.
17. Bapak Jon dan Ibu Sul yang namanya selalu penulis bawa dalam hidup. Terima kasih atas kelapangan dalam membesarkan penulis sebagai pribadi yang penuh mimpi dan narasi, menunggu penulis untuk bangkit dari setiap jatuh, serta mendoakan dan mendukung penuh penulis dalam setiap langkah kehidupan, salah satunya dalam proses menempuh pendidikan sarjana Psikologi ini.
18. Kedua saudara laki-laki penulis, dua yang membebani untuk tumbuh menjadi lebih baik. Terima kasih untuk Farel yang abadi dalam masa kecil penulis dan terima kasih juga untuk Fajar yang penulis harap akan tumbuh selantang namanya. Terima kasih karena telah menjadi bahan bakar semangat penulis dalam menempuh pendidikan sarjana ini.
19. Teman-teman dari penulis, mereka adalah Risvanda, Ella, Umi, Dini, dan juga nama-nama lain yang tak muat tertulis. Terima kasih telah

menjadi teman yang membantu dan mendukung penulis dalam proses menempuh pendidikan sarjana ini.

20. Teman-teman semasa perkuliahan penulis, mereka adalah Santi, Nisa, Ilmi, serta teman-teman sekelas lainnya, teman-teman se fakultas, dan teman-teman semasa KKN. Terima kasih atas bantuan dan kerja sama selama penulis menempuh pendidikan sarjana ini.
21. Mereka yang namanya masih samar, tapi senantiasa mendorong penulis untuk tetap bertahan, bertumbuh, dan belajar. Terima kasih lebih awal, semoga kita berjumpa dengan hati yang lapang.
22. Teruntuk Rara kecil, gadis berponi rata yang mencintai buku dan cerita, terima kasih telah bertahan dan tetap kokoh meranjut mimpi yang sempat kusut dan menyakiti. Semoga ini menjadi awal dituliskannya paragraf-paragraf baru yang jauh lebih membahagiakan akal dan hati. Teruntuk Rara remaja yang bergelora dan sempat padam, semoga ini menjadi momentum untuk lepas dari segala perasaan tidak nyaman. Skripsi ini sekali lagi bukanlah akhir, tetapi pembuktian awal bahwa Rara Jufita Sari telah mampu membawa dirinya untuk kembali bangkit dan tumbuh meski perlahan.
23. Terima kasih untuk seluruh nama yang berperan dalam proses yang telah penulis jalani, mohon maaf atas keterbatasan dalam merinci.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Rara Jufita Sari

NIM : 20221770110

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surabaya Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalti-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Hubungan Antara Pola Asuh *Authoritative* Dengan Perilaku Asertif Terhadap *Body Shaming* Pada Dewasa Awal Generasi Z Di Surabaya, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Surabaya berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan karya saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surabaya

Pada Tanggal : 21 April 2026

Yang Menyatakan,

Rara Jufita Sari
NIM. 20221770110

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
SURAT PERNYATAAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING I	iii
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING II	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
ABSTRAK	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Dewasa Awal Generasi Z.....	14
1. Definisi dan Batasan Usia Dewasa Awal.....	14
2. Karakteristik Dewasa Awal.....	15
3. Tugas Dewasa Awal.....	16
4. Generasi Z	18
5. Karakteristik Generasi Z	19
B. <i>Body Shaming</i>	21
1. Definisi <i>Body shaming</i>	21
2. Penyebab <i>Body shaming</i>	22
3. Bentuk <i>Body shaming</i>	23
4. Dampak <i>Body shaming</i>	24

C. Perilaku Asertif	25
1. Definisi Perilaku Asertif.....	25
2. Faktor-Faktor Perilaku Asertif	26
3. Aspek-Aspek Perilaku Asertif	29
4. Ciri-ciri Perilaku Asertif.....	31
D. Pola Asuh <i>Authoritative</i>	32
1. Definisi Pola Asuh Orang Tua	32
2. Klasifikasi Pola Asuh	33
3. Definisi Pola Asuh <i>Authoritative</i>	35
4. Karakteristik Pola Asuh <i>Authoritative</i>	36
5. Aspek Pola Asuh <i>Authoritative</i>	37
E. Hubungan Pola Asuh <i>Authoritative</i> dan Perilaku Asertif	38
F. Kerangka Berpikir.....	40
G. Hipotesis	40
BAB III METODE PENELITIAN.....	41
A. Desain Penelitian	41
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	42
D. Populasi, Sampel, Besar Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	43
1. Populasi	43
2. Sampel.....	44
3. Besar Sampel.....	44
4. Teknik Pengambilan Sampel.....	45
E. Teknik Pengumpulan Data.....	45
F. Validitas dan Relibilitas	49
1. Uji Validitas	49
2. Uji Reliabilitas.....	50
G. Teknik Analisa Data	50
H. Kerangka Kerja.....	52
BAB IV HASIL PENELITIAN	53
A. Pelaksanaan Penelitian.....	53
1. Gambaran Tempat Penelitian	53
2. Tanggal Penelitian.....	53
3. Gambaran Umum Subjek Penelitian	53

B. Hasil Penelitian	54
1. Hasil Uji Daya Diskriminasi Aitem	54
2. Hasil Uji Reliabilitas	57
2. Hasil Uji Asumsi	59
3. Hasil Uji Hipotesis	61
C. Pembahasan.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala Variabel Perilaku Asertif	46
Tabel 3.2 Skor Skala Variabel Pola Asuh	47
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Instrumen Perilaku Asertif Terhadap <i>Body Shaming</i>	47
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Instrumen Pola Asuh <i>Authoritative</i>	48
Tabel 4.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	54
Tabel 4.2 Diskriminasi Aitem Perilaku Asertif Terhadap <i>Body Shaming</i>	55
Tabel 4.3 Diskriminasi Aitem Pola Asuh <i>Authoritative</i>	56
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Instrumen Pola Asuh.....	58
Tabel 4.5 Uji Reliabilitas Instrumen Pola Asuh.....	58
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas	59
Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas	60
Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi.....	61
Tabel 4.9 Tingkat Hubungan.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	40
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Hasil <i>Expert Judgement</i>	72
Lampiran 2: Kuesioner Penelitian.....	77
Lampiran 3: Google Form Kuesioner	81
Lampiran 4: Tabulasi Data Skala Perilaku	82
Lampiran 5: Tabulasi Data Skala Pola Asuh	94
Lampiran 6: Hasil Uji Daya Diskriminasi Aitem	102
Lampiran 7: Hasil Uji Reliabilitas	107
Lampiran 8: Hasil Uji Linieritas	108
Lampiran 9: Hasil Uji Korelasi	108
Lampiran 10: <i>Endorsement Letter</i>	109
Lampiran 11: Bukti Absensi Konsultasi	110
Lampiran 12: Surat Pernyataan Bebas Plagiasi	111
Lampiran 13: Hasil Plagiasi	112

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH *AUTHORITATIVE* DENGAN PERILAKU ASERTIF TERHADAP *BODY SHAMING* PADA DEWASA AWAL GENERASI Z DI SURABAYA

Rara Jufita Sari
Universitas Muhammadiyah Surabaya
jufitarara@gmail.com

Standar ideal mengenai penampilan fisik senantiasa direproduksi melalui media, lingkungan sosial, dan budaya. Ketika kondisi fisik individu tidak sesuai dengan standar ideal tersebut, individu berpotensi menerima kecaman berupa penilaian negatif terhadap tubuhnya yang dikenal sebagai *body shaming*. Dalam menghadapi *body shaming*, perilaku asertif menjadi kemampuan yang penting bagi individu. Salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan perilaku asertif adalah pola asuh *authoritative*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh *authoritative* dengan perilaku asertif terhadap *body shaming* pada dewasa awal Generasi Z di Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel sebanyak 163 individu. Data dikumpulkan menggunakan skala Likert, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara pola asuh *authoritative* dengan perilaku asertif terhadap *body shaming*, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,601 yang dalam kategori tinggi atau kuat. Hal tersebut berarti semakin tinggi pola asuh *authoritative*, maka semakin tinggi perilaku asertif terhadap *body shaming*.

Kata Kunci: Pola Asuh *Authoritative*, Perilaku Asertif, *Body Shaming*, Generasi Z.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN AUTHORITATIVE PARENTING STYLE AND ASSERTIVE BEHAVIOR TOWARDS BODY SHAMING IN EARLY ADULTS OF GENERATION Z IN SURABAYA

Rara Jufita Sari
Universitas Muhammadiyah Surabaya
jufitarara@gmail.com

Ideal standards regarding physical appearance are constantly reproduced through the media, social environment, and culture. When an individual's physical condition does not conform to these ideal standards, they are at risk of receiving criticism in the form of negative judgments about their body, known as body shaming. In dealing with body shaming, assertive behavior becomes an important skill for individuals. One factor that plays a role in the formation of assertive behavior is authoritative parenting. This study aims to determine the relationship between authoritative parenting and assertive behavior to body shaming in early adults of Generation Z in Surabaya. This study used a quantitative approach with a sample of 163 individuals. Data were collected using a Likert scale and then analyzed using the Spearman Rank correlation test using SPSS. The results of the study indicate a positive relationship between authoritative parenting and assertive behavior toward body shaming, with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of 0.601, which is considered high or strong. This means that the higher the authoritative parenting style, the higher the assertive behavior toward body shaming.

Keywords: *Authoritative Parenting, Assertive Behavior, Body Shaming, Generation Z*