

SKRIPSI
HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWI
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU
TAMBUSAI KAMPUS 2 PEKANBARU
TAHUN 2021



NAMA : FENTI YONA RIZA
NIM : 1714201149

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
2021

SKRIPSI
HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWI
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU
TAMBUSAI KAMPUS 2 PEKANBARU
TAHUN 2021



NAMA : FENTI YONA RIZA

NIM : 1714201149

Diajukan Sebagai Persyaratan untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
2021



**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**

**Skripsi, Agustus 2021
FENTI YONA RIZA**

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN
DIRI PADA MAHASISWI UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU
TAMBUSAI KAMPUS 2 PEKANBARU TAHUN 2021**

xi + 55 Halaman + 12 Tabel + 3 Skema + 16 Lampiran

ABSTRAK

Kepercayaan diri mewakili keyakinan seseorang akan kemampuannya. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya persepsi terhadap tubuhnya yang memunculkan rasa malu dan membandingkan kondisi dirinya dengan orang lain. Ketika individu puas dengan keadaan tubuhnya, maka semakin tinggi kepercayaan dirinya, begitu juga sebaliknya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Penelitian dilakukan pada tanggal 31 Juli 2021 sampai dengan 7 Agustus 2021 dengan jumlah sampel 86 orang mahasiswa Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru menggunakan teknik sampel *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji non parametrik *Chi-Square*. Hasil analisa univariat diperoleh yaitu responden yang berusia 20 tahun berjumlah 26 mahasiswa (30,2%) dan sebagian besar responden dari kelas S1 Keperawatan semester 6 sebanyak 24 mahasiswa (27,9%). Hasil uji *chi-square* tidak ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri ($p\ value = 0,821$) pada mahasiswa Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri rendah dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dengan meningkatkan *body image* dengan cara menerima segala kekurangan yang ada pada tubuhnya.

Kata kunci : *Body Image*, Kepercayaan Diri, Mahasiswa

Daftar bacaan : 33 Bacaan (2011-2018)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat memperoleh kemampuan dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru 2021”**

Penelitian ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dalam penulisan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Amir Luthfi selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
2. Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
3. Ns. Alini, M.Kep selaku ketua prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
4. Ns. Nia Aprilla, M. Kep selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dalam membimbing peneliti hingga penulisan skripsi ini terselesaikan tepat pada waktunya.
5. Ns. Putri Eka Sudiarti, M. Kep selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu dalam membimbing peneliti hingga penulisan skripsi ini terselesaikan tepat pada waktunya.

6. Ns. M. Nurman, M. Kep sebagai penguji I yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini
7. Zurrahmi Z.R, S.Tr. Keb, M.Si sebagai penguji II yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini
8. Bapak dan Ibu dosen Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan bagi peneliti dalam menyelesaikan penyusunan skripsi.
9. Orang tua tercinta yang selalu memberikan doa dan dukungan dalam setiap langkah, Silvia Rahayu kakakku dan adik-adikku Henny Rahmah dan Aziz Faghriza Maulana yang selalu setia mendampingi perjuangan penulisan laporan hasil penelitian dan selalu memberikan dukungan moril maupun materil sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
10. Kamariah Comel yang selalu membantu dan memberikan support dalam menyelesaikan skripsi dengan baik.
11. Radika Putra Anggara yang membantu dan memberikan support dalam menyelesaikan skripsi dengan baik.
12. M. Iqbal Vonda Amaral yang selalu memberikan waktu dan fasilitas untuk menyelesaikan skripsi dengan baik.
13. Alisah Kris Rahayu Ningsih dan Wildan Muhammad Zakaria yang memberikan support dengan berbagai cara dan selalu menemani hari-hariku.
14. Rekan-rekan S1 keperawatan terkhusus kelas C Pekanbaru yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada peneliti dalam mengerjakan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih belum sempurna, sehingga peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun.

Bangkinang, Agustus 2021

Peneliti

FENTI YONA RIZA
1714201149

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Tinjauan Teoritis	
1. Konsep Kepercayaan Diri.....	7
a. Definisi Kepercayaan Diri	7
b. Aspek-aspek Kepercayaan Diri	9
c. Jenis-jenis Kepercayaan Diri	11
d. Ciri-ciri Individu yang Percayaan Diri dan Kurang Percaya Diri .	12
e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	12
f. Proses Pembentukan Kepercayaan Diri.....	16
2. Body Image.....	17
a. Definisi Body Image.....	17
b. Aspek-aspek Body Image	18
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Body Image	20
d. Body Image Positif	22
e. Body Image Negatif.....	23

3. Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri	25
B. Penelitian Terkait	27
C. Kerangka Teori	29
D. Kerangka Konsep.....	30
E. Hipotesis	30

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian	
1. Rancangan Penelitian	31
2. Alur Penelitian	32
3. Prosedur Penelitian	32
4. Variabel Penelitian	33
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	
1. Lokasi Penelitian	34
2. Waktu Penelitian	34
C. Populasi dan Sampel	
1. Populasi	34
2. Sampel	35
D. Etika Penelitian.....	38
E. Alat Pengumpulan Data.....	39
F. Uji Validitas dan Reabilitas	40
G. Prosedur Pengumpulan Data	41
H. Definisi Operasional	42
I. Teknik Pengumpulan Data	43
J. Rencana Analisa Data.....	44

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik Responden	47
B. Analisa Univariat.....	48
C. Analisa Bivariat	49

BAB V PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian	50
--------------------------------------	----

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan	54
---------------------	----

B. Saran

1. Aspek Teoritis	54
-------------------------	----

2. Aspek Praktis	55
------------------------	----

DAFTAR PUSTAKA**LAMPIRAN**

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Jumlah Sampel pada Setiap Kelas	37
Tabel 3.2 Penilaian Body Image	41
Tabel 3.3 Penilaian Kepercayaan Diri	42
Tabel 3.4 Definisi Operasional	43
Tabel 3.5 Penentuan Skor Minimal, Maksimal, Rentang dan <i>Mean</i> data <i>Body Image</i>	45
Tabel 3.6 Kriteria Kategorisasi <i>Body Image</i>	46
Tabel 3.7 Penentuan Skor Minimal, Maksimal, Rentang dan <i>Mean</i> data Kepercayaan Diri	46
Tabel 3.8 Kriteria Kategorisasi Kepercayaan Diri	47
Table 4.1 Distribusi Karakteristik Responden (Kelas dan Umur) Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru	50
Table 4.2 Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru Tahun 2021	51
Table 4.3 Distribusi Frekuensi <i>Body Image</i> Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru Tahun 2021	51
Table 4.5 Hubungan Antara <i>Body Image</i> dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2	52

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 Kerangka Teori.....	32
Skema 2.2 Kerangka Konsep	33
Skema 3.1 Alur Penelitian.....	35



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Format Pengajuan Judul Penelitian
 - Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian
 - Lampiran 3 : Kuesioner *Body Image*
 - Lampiran 4 : Kuesioner Kepercayaan Diri
 - Lampiran 5 : Surat Permohonan Kepada Calon Responden
 - Lampiran 6 : Lembar Persetujuan Responden
 - Lampiran 7 : Dokumentasi Kegiatan
 - Lampiran 8 : Master Tabel *Body Image*
 - Lampiran 9 : Master Tabel Kepercayaan Diri
 - Lampiran 10 : Hasil Uji Normalitas
 - Lampiran 11 : Hasil Uji Validitas dan Reabilitas *Body Image*
 - Lampiran 12 : Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Kepercayaan Diri
 - Lampiran 13 : Hasil Olahan SPSS Univariat
 - Lampiran 14 : Hasil Olahan SPSS Bivariat *Chi-Square*
 - Lampiran 15 : Lembar Konsultasi Pembimbing I
 - Lampiran 16 : Lembar Konsultasi Pembimbing II
- 



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kepercayaan diri adalah suatu kemampuan yang ada didalam diri seseorang untuk memperlihatkan kemampuannya dalam bidang-bidang baik dibidang akademik maupun non akademik. Apabila seseorang tidak memiliki kepercayaan dengan dirinya sendiri maka cenderung akan mengalami kesulitan dalam membuat keputusan sehingga mengalami keraguan. Biasanya kepercayaan diri terbentuk pada dari faktor dalam dan luar. Faktor dari luar seperti lingkungan, tingkat pendidikan, pekerjaan dan pengalaman hidup. Sedangkan faktor yang berasal dari dalam yaitu kondisi fisik dan harga diri (Rupang dkk, 2013).

Mahasiswa membutuhkan kepercayaan diri untuk melakukan aktivitasnya. Amri dan Hendrasmoto (2016) mengatakan bahwa mahasiswa memiliki peran untuk membimbing masyarakat dalam menjalankan aturan-aturan yang berlaku, mahasiswa sebagai *role model* pola tingkah laku, serta mahasiswa berperan sebagai *agent of change* dan *iron stock* estafet kepemimpinan bangsa. Kepercayaan diri dibutuhkan oleh mahasiswa untuk menjalankan peran-peran tersebut. Aktivitas-aktivitas yang menuntut kepercayaan diri yaitu seperti melakukan presentasi, berdiskusi dengan orang lain membaaur dengan masyarakat dan mengambil keputusan.

Terdapat beberapa permasalahan ketika seseorang tidak memiliki kepercayaan diri, seperti rasa tidak nyaman emosional yang sementara, kenakalan bahkan bunuh diri (Santrock, 2013). Mahasiswa yang tidak memiliki kepercayaan diri akan mengalami kesulitan dalam memulai pergaulan. Penelitian yang dilakukan oleh Syam dan Amri (2017) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi lebih mudah dalam melakukan interaksi dengan orang lain, dapat menyampaikan pendapat tanpa keraguan, dapat menghargai pendapat orang lain, serta mampu bertindak dan berpikir positif dalam mengambil keputusan. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi dapat dikatakan lebih mudah dalam melakukan adaptasi. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bidjuni (2016) bahwa terdapat hubungan yang erat antara kepercayaan diri dan interaksi social yaitu mahasiswa dengan interaksi social yang aktif memiliki tingkat percaya diri yang tinggi sedangkan mahasiswa yang kurang memiliki interaksi social memiliki tingkat percaya diri yang rendah.

Sebanyak 29% penduduk dunia terdiri dari remaja dan 80% diantaranya tinggal di negara berkembang. Berdasarkan sensus di Indonesia pada tahun 2005, jumlah remaja yang berusia 10-19 tahun adalah sekitar 41 juta orang (20% dari jumlah total penduduk Indonesia dalam tahun yang sama) (Aditya, 2018). Mengutip *Hello Giggles*, survei menyebutkan bahwa sebanyak 93% wanita dan 83% pria mengungkapkan rasa tidak percaya diri akibat *body shaming* yang dilontarkan orang-orang

disekitarnya. Perut dan kaki menjadi bagian tubuh yang sering membuat mereka malu, dan adanya perlakuan *body shame* tersebut akhirnya membuat beberapa menjadi krisis akan kepercayaan dirinya (CNN Indonesia, 2018).

Menurut Alebach dkk (2017) dalam penelitiannya bahwa citra tubuh atau biasa disebut *body image* merupakan suatu konsep yang menggambarkan bagaimana seseorang memahami dan merasakan serta berpikir untuk tubuhnya sendiri. Citra tubuh cenderung terbentuk apabila tidak ada bentuk tubuh ideal yang diharapkan (Sa'diyah, 2015). *Body image* sendiri juga bisa memungkinkan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang lain serta memunculkan rasa malu dan tidak percaya diri terhadap tubuh yang ia miliki. Sehingga saat ini, seringkali teman sebaya atau orang lain menjadikan penampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu disekitarnya maupun kelompoknya (Anggoro, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Aldia (2014) menunjukkan bahwa *body image* peserta didik perempuan lebih rendah dibandingkan dengan *body image* peserta didik laki-laki. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Putri (2015) yang berjudul menunjukkan *body image* yang dimiliki berada pada kategori sedang yang artinya cukup positif. Penelitian yang dilakukan oleh Anggoro (2016) tentang menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Bantul.

Fenomena yang terjadi di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru bahwa beberapa remaja kurang percaya diri yang berkaitan dengan penampilan fisik. Hasil wawancara yang dilakukan di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru pada 18 maret 2021 dengan K, dia mengakui bahwa tubuhnya kurang ideal dan membuatnya kurang percaya diri. K merasa tersaingi dengan teman-temannya yang memiliki bentuk tubuh yang ideal, ia juga memandang penampilan fisik melalui pandangan orang lain dibandingkan dengan pandangan diri sendiri. Akibatnya K memiliki kepercayaan diri rendah jika keluar rumah atau berada di tempat yang ramai. K harus memikirkan penampilannya agar tidak terlihat begitu buruk di antara orang-orang yang memiliki tubuh yang ideal. Berbeda dengan K, temannya yang lain yaitu KF mengatakan tidak percaya diri pada kehidupan sehari-hari terutama ketika di kampus karena ia merasa dirinya tidak cantik karena ia memiliki jerawat di wajahnya, sehingga hal tersebut membuat dirinya tidak percaya diri untuk tampil didepan banyak orang seperti presentasi, ia cemas nanti mendapatkan penilaian buruk dari *audience* karena wajahnya yang berjerawat. SR mengungkapkan dirinya merasa tidak percaya diri karena banyak orang yang mengatai dirinya yang tinggi dan kurus, menurut orang lain tubuhnya yang sangat kurus itu tidak sesuai dengan berat badannya dan pakaian yang ia gunakan tidak ada yang cocok untuk tubuhnya.

Berdasarkan paparan diatas, bahwa pandangan tentang tubuh atau *body image* seseorang mempengaruhi kepercayaan diri. Mahasiswi seharusnya mampu lebih mengembangkan potensi yang dimilikinya, namun terhambat dengan persepsi tentang kecantikan yang berpedoman pada keindahan fisik yang sempurna. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara *body image* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian diatas adalah apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui *body image* positif dan negatif pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru
- b. Diketahui tingkat kepercayaan diri pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru

- c. Diketahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis dan praktis .

1. Aspek teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan kepada pembaca tentang pentingnya *body image* yang positif untuk dapat menumbuhkan rasa kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.

2. Aspek praktis

- a. Bagi mahasiswi

Mahasiswi berusaha lebih mencintai diri sendiri terutama mencintai fisiknya dengan positif agar selalu percaya diri dalam kehidupannya.

- b. Bagi orang tua

Orang tua diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan dan selalu memperhatikan anak, memberikan dukungan yang bernilai positif terhadap perkembangan anaknya.

- c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya berkaitan dengan *body image* dan kepercayaan diri.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis

1. Konsep Kepercayaan Diri

a. Definisi Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2012:12-14) *self-confidence* (kepercayaan diri) merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan yang dimiliki sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Kumara (Ghufron, 2014) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Hal ini senada dengan pendapat Afiatin dan Andayani (dalam Ghufron, 2014) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisikan keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya.

Selain itu, Ghufron (2014) juga menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang didalamnya terdapat

keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

Davias (dalam Hidayat dan Bashori 2016) percaya diri adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri, keyakinan akan adanya suatu maksud didalam kehidupan, dan percaya bahwa mereka akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan, rencanakan, dan harapkan dengan menggunakan akal budi. Hakim (dalam Hidayat dan Bashori 2016) menjelaskan kepercayaan diri sebagai keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu mencapai berbagai tujuan dalam hidup. Menurut Angelis (dalam Ifdil, Denich dan Ilyas, 2017) kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Utomo dan Harmiyanto (dalam Ifdil, Denich, dan Ilyas, 2017) kepercayaan diri berarti mengapresiasi dan menilai diri sendiri.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu sikap yang dimiliki individu dimana individu tersebut yakin terhadap kemampuan diri sendiri, optimis, sehingga mampu menghadapi situasi dengan sebaik mungkin.

b. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Derry Iswidharmanja dan Jabile Enterprise (2014 : 24-30) individu dikatakan percaya diri jika memiliki :

1) Kemampuan

Individu yang percaya diri menyadari kemampuan yang ada pada dirinya, individu akan tahu dan sadar bahwa dirinya mempunyai bakat, keterampilan dan kemahiran.

2) Merasa bisa melakukan karena memiliki pengalaman

Sikap percaya diri bisa tumbuh karena sanggup mengambil hikmah setelah mengalami pengalaman-pengalaman tertentu.

3) *Self Esteem* yang tinggi

Self Esteem adalah rasa menghargai diri sendiri atau kesan seseorang mengenai dirinya sendiri yang dianggap sesuatu yang baik. Individu yang memiliki *Self Esteem* yang tinggi dapat mengetahui kelebihan dan kekurangannya sendiri serta mampu menilai dirinya sendiri bahwa dirinya adalah orang yang bisa diandalkan.

4) Kemampuan dalam beraktualisasi

Individu yang menjadi percaya diri akan berusaha sekeras mungkin untuk mengeksplorasi semua bakat yang dimiliki.

5) Prestasi

Prestasi mendukung individu untuk berkembang menjadi orang percaya diri. Semakin banyak merebut prestasi, semakin tinggi pula dorongannya untuk menjadi individu yang percaya diri.

6) Realistik

Individu yang percaya diri biasanya mampu melihat kenyataan yang ada pada dirinya sehingga ia tidak akan berusaha menjangkau sebuah tujuan terlampau tinggi serta tidak sesuai dengan kapasitas kemampuan yang dimilikinya.

7) Optimis

Sikap positif yang dimiliki individu yang berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang dirinya dan kemampuan yang dimilikinya (M. Nur Gufron dan Rini Risnawati, 2014 : 36).

8) Obyektif

Individu yang mampu memandang permasalahan yang sesuai dengan kebenaran, yang bukan menurut kebenaran pribadi atau pendapatnya sendiri (M. Nur Gufron dan Rini Risnawati, 2014 :36).

9) Bertanggung jawab

Bersedia menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensi atas apa yang telah di perbuatnya. (M. Nur Gufron dan Rini Risnawati, 2014 :36)

c. Jenis-Jenis Kepercayaan Diri

Angelis (2012) mengemukakan ada tiga jenis kepercayaan diri yaitu :

- 1) Kepercayaan diri tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas baik tugas-tugas yang paling sederhana hingga yang bernuansa cita-cita meraih sesuatu.
- 2) Kepercayaan diri emosional adalah kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi.
- 3) Kepercayaan diri spiritual adalah keyakinan individu bahwa setiap hidup ini memiliki tujuan yang positif dan keberadaannya kita punya makna.

Pendapat lain menurut Merlin (dalam Lindefield dalam Kamil, 2017) mengemukakan bahwa kepercayaan diri terdiri dari dua jenis yaitu :

1) Kepercayaan diri batin

Menurut Lidenfield ada empat ciri utamayang khas pada orang yang mempunyai percaya diri batin yang sehat, yaitu:

- a) Cinta diri
 - b) Pemahaman Diri
 - c) Tujuan yang jelas
 - d) Berfikir positif
- 2) Kepercayaan diri lahir

Untuk memberikan kesan percaya diri pada dunia luar, maka kita perlu mengembangkan ketrampilan dalam empat bidang yang berkaitan dengan kepercayaan diri lahir, yaitu:

- a) Komunikasi
- b) Ketegasan
- c) Penampilan diri
- d) Pengendalian Perasaan

d. Ciri-ciri Individu yang Percaya Diri dan Kurang Percaya Diri

1) Ciri-ciri individu yang percaya diri

Menurut Derry Inwidharmanja dan Jubile Enterprise (2014 : 48-49) ciri-ciri orang yang percaya diri antara lain :

- a) Bertanggung jawab terhadap keputusan yang telah dibuat sendiri.
- b) Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.
- c) Pegangan hidup yang cukup kuat, mampu mengembangkan motivasi.
- d) Mau bekerja keras untuk mencapai kemajuan.

- e) Yakin atas peran yang dihadapinya.
 - f) Berani bertindak dan mengambil setiap kesempatan yang dihadapinya.
 - g) Menerima diri secara realistik.
 - h) Menghargai diri secara positif
 - i) Yakin atas kemampuannya sendiri dan tidak terpengaruh oleh orang lain.
 - j) Optimis, tenang dan tidak mudah cemas.
 - k) Menghargai akan kekurangan orang lain.
- 2) Ciri-ciri individu yang kurang percaya diri

Menurut Derry Iswidharmanja dan Jubile Enterprise (2014

: 48-49) ciri-ciri orang yang kurang percaya diri antara lain :

- a) Tidak bisa menunjukkan kemampuan diri
- b) Kurang berprestasi dalam studi
- c) Malu-malu, canggung
- d) Tidak berani mengungkapkan ide-ide
- e) Cenderung hanya melihat dan menunggu kesempatan
- f) Membuang-buang waktu dalam membuat keputusan
- g) Rendah diri bahkan takut dan merasa tidak aman
- h) Apabila gagal cenderung untuk menyalahkan orang lain
- i) Suka mencari pengakuan dari orang lain.

e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut M. Nur Gufron dan Rini Risnawati (2016) faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu :

1) Konsep Diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada diri individu diawali dengan perkembangan konsep yang diperoleh dalam pergaulan dalam kelompok. Hasil interaksi akan menghasilkan konsep diri. Semakin baik konsep diri yang dimiliki semakin tinggi pula kepercayaan dirinya.

2) Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Menurut Santoto (M. Nur Gufron dan Rini Risnawati S, 2016) tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

3) Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri pada individu, sebaliknya pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri pada individu. Anthony (M. Nur Gufron dan Rini Risnawati S, 2016) mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan individu akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan individu tersebut bergantung dan berada dibawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai, sebaliknya individu yang mempunyai pendidikan yang lebih tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih jika dibandingkan dengan yang berpendidikan rendah.

5) Pola Asuh

Pola asuh yang diberikan meliputi kasih sayang, perhatian, penerimaan, serta kelekatan emosi dengan orang tua secara tulus. Adanya kehangatan dan asuhan dari orang tua, rasa percaya diri pada individu akan mulai timbul. Individu akan merasa berharga dan bernilai dimata orang tuanya, maka ia akan cenderung menjadi individu yang semakin percaya diri (Derry Iswidharmanja dan Jubile Enterprise (2014 : 94-104)).

6) Perilaku Orang Tua

Perilaku orang tua juga berperan dalam proses pembentukan sikap percaya diri. Biasanya seorang anak akan menirukan apa yang diperbuat oleh orang tuanya. Orang tua adalah model yang patut untuk ditiru (Derry Iswidharmanja dan Jubile Enterprise (2014 : 94-104)).

f. Proses Pembentukan Kepercayaan Diri

Menurut Derry Iswidhamanja dan Jubile Enterprise (2014 : 109-110) individu belajar mengenai dirinya sendiri melalui interaksi dengan orang lain. Pengetahuan tentang diri sendiri akan meningkat apabila individu banyak berinteraksi dengan orang lain. Proses pembentukan rasa percaya diri berawal dari lingkungan, seperti lingkungan keluarga, sekolah, lingkungan sekitar, media massa, dan pergaulan teman sebaya. Dari semua lingkungan tersebut, lingkungan yang paling mempengaruhi kepercayaan diri seorang remaja adalah media massa dan pergaulan teman sebaya. Semakin sering frekuensi pertemuan dengan teman sebaya semakin besar pula pengaruh teman-temannya terhadap dirinya. Pengaruh tersebut dapat muncul dalam wujud yang beraneka ragam, seperti cara berbicara, cara berpakaian, dan tingkah laku.

Menurut Hurlock mahasiswa tahun sering bersinggungan dengan media massa dan pergaulan teman sebaya. Media massa terkadang memberikan informasi yang kurang pas untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Media massa menonjolkan kegantengan atau kecantikan melalui bentuk tubuh yang ideal seperti tubuh yang seksi, berkulit putih, tinggi, berotot, dada bidang, dan gagah melalui para idola hal tersebut mempunyai efek yang sangat besar dalam menumbuhkan sikap percaya diri.

2. *Body Image*

a. Definisi *Body Image*

Menurut Hurlock, 2012 citra tubuh merupakan cara seseorang mempersepsikan tubuhnya dengan konsep ideal yang dimilikinya pada pola kehidupan setempat dan dalam hubungannya dengan cara orang lain menilai dirinya. Tingkat citra tubuh atau *body image* digambarkan melalui seberapa jauh individu merasa puas dengan tubuhnya dan penampilan fisik secara keseluruhan. Individu memperoleh konsep mengenai tubuhnya melalui interaksi sosial menurut pandangan orang lain.

Menurut Altabe dan Thomson, 2012 citra tubuh adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat badan ataupun aspek-aspek lain dari tubuh yang berhubungan dengan penampilan fisik. Menurut Arthur, 2017 *body image* adalah imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan *body image* merupakan gambaran persepsi seseorang tentang tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan pada tubuh mereka baik itu dalam hal berat maupun bentuk tubuh yang didasarkan pada persepsi-persepsi orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan persepsi tersebut.

b. Aspek-aspek dalam *Body Image*

Davision dan McCabe, 2014 mengemukakan tujuh aspek dari *body image*, yaitu :

- 1) *Physical attractiveness* adalah penilaian seseorang mengenai tubuh dan bagian tubuhnya (wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain) apakah menarik atau tidak.
- 2) *Body image satisfaction* adalah perasaan puas atau tidaknya seseorang terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh, dan berat badan.
- 3) *Body image importance* penilaian seseorang mengenai penting atau tidaknya *body image* dibandingkan hal lain dalam hidup seseorang.
- 4) *Body concealment* adalah usaha seseorang untuk menutupi bagian tubuhnya (wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain) yang kurang menarik dari pandangan orang lain dan menghindari diskusi tentang ukuran dan bentuk tubuhnya yang kurang menarik.
- 5) *Body improvment* adalah usaha seseorang untuk meningkatkan atau memperbaiki bentuk, ukuran, dan berat badannya sekarang.
- 6) *Social physique anxiety* adalah perasaan cemas seseorang akan pandangan orang lain tentang tubuh dan bagian tubuhnya yang kurang menarik jika berada didepan umum.

7) *Appearance compation* adalah perbandingan yang dilakukan seseorang akan berat badan, ukuran tubuh, dan bentuk badannya dengan berat badan, ukuran tubuh dan bentuk tubuh orang lain.

Body image terbagi dalam beberapa aspek. Menurut Cash dan Puzinsky (dalam Ifdil, Denich dan Ilyas, 2017) mengenai *body image* pada umumnya menggunakan *Multidimensional Body Self Relation*, yaitu :

1) *Appearance evalution* (evaluasi penampilan)

Evaluasi penampilan yaitu mengukur penampilan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan.

2) *Appearance orientation* (orientasi penampilan)

Orientasi penampilan yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.

3) *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh)

Kepuasan pada bagian tubuh yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.

4) *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

Kecemasan menjadi gemuk yaitu mengukur kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan.

5) *Self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh)

Pengkategorian ukuran tubuh yaitu mengukur bagaimana individu menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai gemuk.

c. Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Menurut Thompson (dalam Ifdil, Denich dan Ilyas, 2017) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah :

1) Pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus

Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginkannya.

2) Budaya

Adanya pengaruh disekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik.

3) Siklus hidup

Pada dasar individu menginginkan untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masa lalu.

4) Masa kehamilan

Proses dimana individu bisa menjaga masa tumbuh kembang anak dalam kandungan, tanda ada peristiwa-peristiwa pada masa kehamilan

5) Sosialisasi

Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh didalamnya.

6) Konsep diri

Gambaran individu terhadap dirinya yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

7) Peran gender

Dalam hal ini peran orang tua sangat penting bagi citra tubuh individu, sehingga menjadikan individu lebih cepat terpengaruh.

8) Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu

Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk.

d. *Body Image* Positif

Pada dasarnya individu peka terhadap perubahan tubuh yang terjadi pada dirinya. Perubahan tubuh yang dialami berpengaruh terhadap emosinya, ketika individu mempunyai gambaran mental yang benar mengenai tubuhnya, beserta perasaan, pengukuran, dan hubungan dengan tubuh sendiri secara positif, percaya diri, dan peduli terhadap tubuh, individu akan memiliki *body image* yang positif.

Menurut Januar dan Putri (2014) individu yang memiliki *body image* positif ditunjukkan dengan beberapa perilaku antara lain kepuasan terhadap tubuh yang dimiliki, penerimaan diri terhadap tubuh, dan kepercayaan diri yang tinggi terhadap tubuh yang dimiliki. *Body image* yang positif ditunjukkan dengan kepuasan terhadap tubuh, individu yang sudah puas terhadap apa yang dimiliki akan lebih menghargai diri sendiri, lebih mensyukuri apa yang sudah dimiliki, sehingga individu yang memiliki kepuasan dan menghargai apa yang dimiliki akan berusaha dan menjaga tubuhnya dengan baik.

Menurut Utami (2014) *body image* yang positif ditunjukkan dengan rasa percaya diri, percaya diri merupakan sebuah keyakinan bahwa akan kemampuan yang dimiliki diri sendiri. Individu yang memiliki kepercayaan diri tidak akan merasa cemas untuk

melakukan tindakan-tindakan yang tidak irasional, sehingga kepuasan yang dilakukan sudah dipikirkan secara rasional.

Body image yang merupakan bagian dari citra diri menentukan kepercayaan diri individu, karena mempunyai pengaruh terhadap cara individu menilai dirinya secara positif maka dirinya akan percaya diri. Jadi berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki *body image* yang positif secara keseluruhan mempunyai perilaku puas terhadap tubuh yang dimiliki, penerimaan diri terhadap tubuh, menghargai apa yang dimiliki, merasa nyaman, dan percaya diri.

e. *Body Image* Negatif

Ketidakpuasan *body image* dapat dilihat dari bagaimana individu menilai tubuhnya, apabila individu menilai penampilan tidak sesuai dengan standar pribadinya maka individu akan menilai rendah tubuhnya. Ketidakpuasan berarti ketidaksukaan individu terhadap tubuhnya atau bagian-bagian tubuh tertentu. Besarnya kesenjangan antara *body image* yang ideal dengan *body image* yang nyata menyebabkan ketidakpuasan terhadap tubuh. Ketidakpuasan terhadap *body image* menyebabkan individu mempunyai keinginan untuk melakukan segala cara untuk memperbaiki penampilannya.

Menurut Husna (2013) gambaran seseorang mengenai tubuhnya lebih bersifat subyektif, apabila individu menganggap kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka individu akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Keadaan yang seperti itu yang membuat individu tidak dapat menerima kondisi fisiknya secara apa adanya sehingga *bodi imagenya* negatif.

Beberapa penelitian menemukan bahwa terdapat masalah ketidakpuasan terhadap *body image* yang dapat menimbulkan masalah-masalah yang serius. Menurut Attie dan Brooks (2013) menyatakan bahwa individu merasa tidak puas dengan bentuk tubuh mereka akan beresiko lebih tinggi untuk melakukan diet serius dan mengalami gangguan makan dibandingkan dengan individu yang sudah puas dengan tubuhnya. Ketidakpuasan dalam *body image* dapat meningkatkan perilaku merokok, karena merokok merupakan salah satu metode penurunan berat badan yang dilakukan masa kini (Berg, 2013).

Menurut Rodin (2013) menambahkan bahwa perasaan evaluasi diri, depresi, dan tidak berdaya disebabkan karena standar ideal budaya yang tidak dapat dicapai. Menurut American Association of University Woman (2013) ketidakpuasan pada *body image* berhubungan dengan resiko bunuh diri. Paparan diatas

menunjukkan bahwa betapa serius dampak yang mengancam akibat ketidakpuasan *body image*.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa apabila terjadi kesenjangan antara gambaran tubuh yang nyata dengan gambaran tubuh ideal yang dipegang oleh individu akan menyebabkan penilaian negatif terhadap tubuh sehingga *body image* menjadi negatif. Penilaian tersebut dapat membuat individu tidak menerima kondisi tubuhnya apa adanya, merasa tidak nyaman, dan tidak percaya diri.

3. Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri

Body image adalah penilaian seseorang tentang tubuh, penampilan, dan fungsi setiap bagian tubuhnya. *Body image* harus realistis karena semakin seseorang dapat menerima dan menyukai tubuhnya, ia akan lebih bebas dan merasa aman dari kecemasan sehingga kepercayaan dirinya akan meningkat. Sikap individu terhadap tubuhnya mencerminkan aspek penting dalam dirinya. Konsep diri positif menunjukkan harapan diri orang tersebut untuk sukses dalam hidup termasuk penerimaan dari aspek negatif dari diri sendiri. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan atau kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Tasmin, 2019).

Adanya *body image* memungkinkan seseorang untuk membandingkan kondisi dirinya dengan orang lain serta memunculkan rasa malu dan persepsi yang buruk terhadap tubuhnya. Pengaruh persepsi tubuhnya semakin buruk, individu semakin tidak percaya diri baik itu pada penampilan di depan umum ataupun kemampuan terhadap dirinya sendiri. Seperti halnya yang dinyatakan oleh Anggoro (2016) bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hal itu berarti bahwa semakin positif *body image* individu, maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya.

Pada penelitian ini diperkuat dengan adanya penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh Ifdil, Denich dan Ilyas (2017) mengenai “Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri” yang mendapatkan hasil kepercayaan diri berada pada kategori sedang dengan frekuensi 29 orang, kategori rendah sebanyak 21 orang, kategori tinggi sebanyak 20 orang, kategori sangat tinggi sebanyak 6 orang dan kategori sangat rendah 2 orang. Temuan ini mengungkapkan kondisi kepercayaan diri remaja putri pada umumnya berada pada kategori sedang. Kondisi *body image* remaja putri pada umumnya berada pada kategori netral dengan frekuensi 39 orang, kategori positif sebanyak 13 orang, kategori negatif sebanyak 12 orang, kategori sangat positif sebanyak 7 orang dan kategori sangat negatif sebanyak 6 orang.

B. Penelitian Terkait

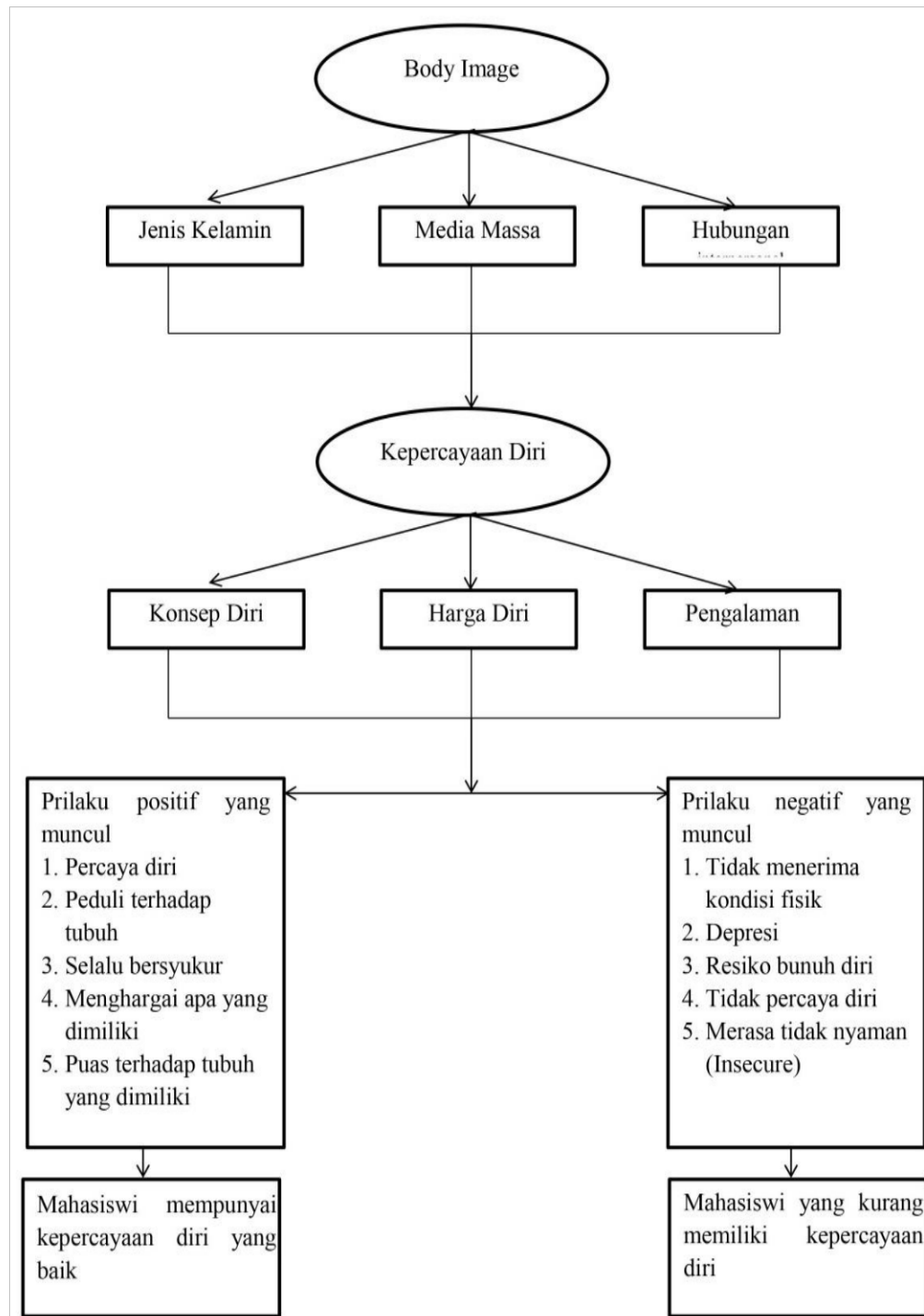
Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan mendukung penelitian ini diantaranya yaitu:

- 1) Penelitian yang dilakukan oleh Andiyati (2016) berjudul “Hubungan antarabody image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. Metode pengumpulandata yang digunakan yaitu skala *body image* dan skala kepercayaan diri. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul sejumlah 142 siswa. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 2 Bantul.
- 2) Penelitian yang dilakukan oleh Wiratnha dan Supriyadi (2015) berjudul “Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Pelajar Putri di Kota Denpasar”. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *cluster sampling*. Responden pada penelitian ini merupakan siswi-siswi dari 5 Sekolah Menengah Atas (SMAN) Denpasar sebanyak 492 orang. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang searah tetapi lemah antara citra tubuh dengan

kepercayaan diri pada remaja putri di Kota Denpasar ($r= 0,350 ;p <0,05$).

- 3) Penelitian yang dilakukan oleh Faza Maulida (2020) yang berjudul “Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa di Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 211 mahasiswa yang berkuliah di perguruan tinggi yang terdapat di Yogyakarta. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri ($p<0,05$) dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan koefisien korelasi sebesar 0,233 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kedua variabel.

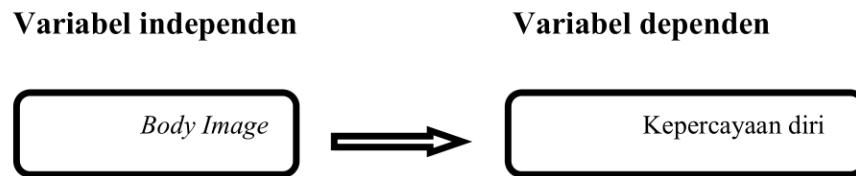
C. Kerangka Teori



Skema2.1 :KerangkaTeori

Sumber : (M. Nur Gufron dan Rini Risnawati, 2016), (Cash, 2017)

D. Kerangka Konsep



Skema2.2 : Kerangka Konsep

E. Hipotesis

Hipotesis yang diuji dalam penelitian ini yaitu :

H_a : Terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.

H_0 : Tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

1. Rancangan Penelitian

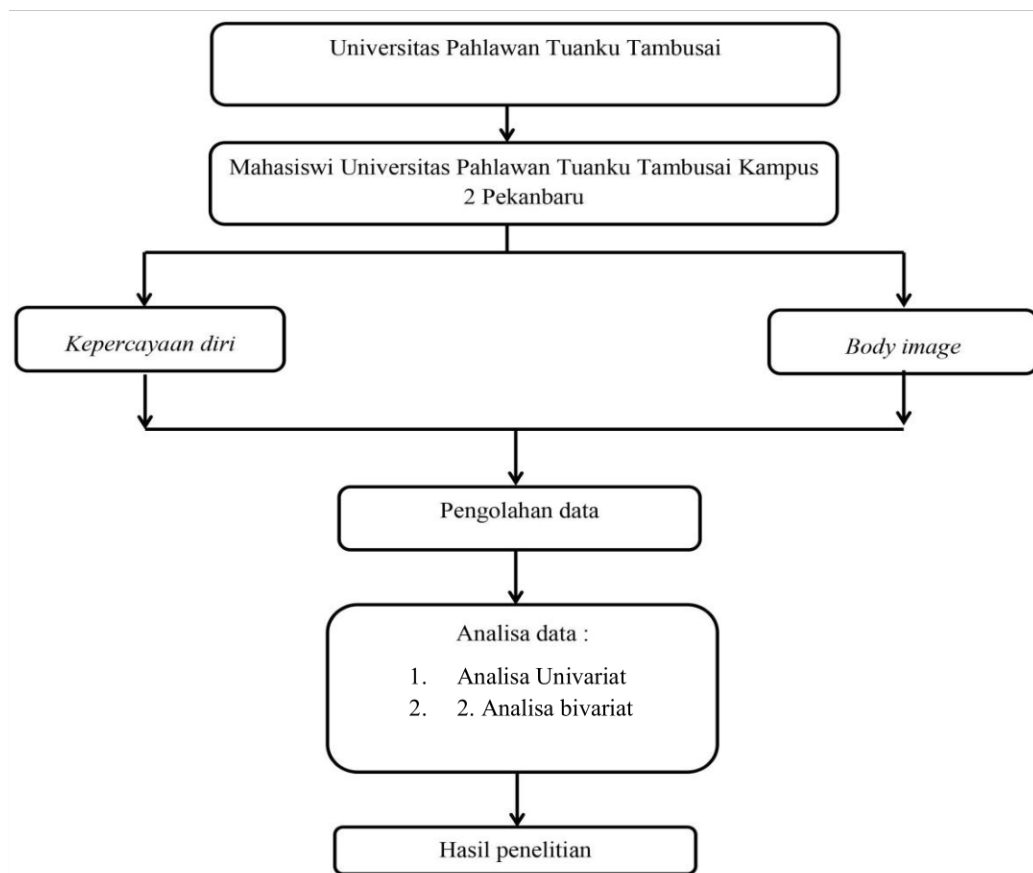
Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Nazir (2011:54) pendekatan deskriptif adalah suatu pendekatan dalam meneliti status kelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuannya adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.

Sedangkan, Emzir (2012:37) menjelaskan penelitian korelasional menggambarkan suatu pendekatan umum untuk penelitian yang berfokus pada penaksiran pada kovariansi diantara variabel yang muncul secara alami. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan prediktif dengan menggunakan teknik korelasi atau teknik statistik yang lebih canggih.

Dari pendapat diatas, dapat dipahami bahwa penelitian ini mendeskripsikan *body image* dan kepercayaan diri mahasiswi dan mengidentifikasi hubungan antara dua variabel yang akan diteliti, yaitu

body image (X) sebagai variabel bebas dan kepercayaan diri (Y) sebagai variabel terikat.

2. Alur Penelitian



Skema 3.1 : Alur Penelitian

3. Prosedur Penelitian

Adapun langkah-langkah dalam penelitian ini sebagai berikut :

- a. Menulis proposal penelitian
- b. Mencari data dan jurnal-jurnal terkait untuk membuat proposal penelitian

- c. Penulis melakukan survey pendahuluan kepada mahasiswa Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.
- d. Menentukan permasalahan, maksud dan tujuan penelitian.
- e. Menentukan jumlah sampel atau calon responden penelitian.
- f. Seminar proposal.
- g. Meminta surat izin penelitian ke staf Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.
- h. Menjelaskan kepada calon subjek penelitian mengenai tujuan dan manfaat dilakukannya penelitian, kemudian meminta persetujuan kepada calon responden untuk melakukan penelitian.
- i. Bagi calon responden yang setuju untuk menjadi responden diminta untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden dan memberikan lembaran kuesioner sambil menjelaskan cara pengisian.
- j. Melakukan pengolahan data
- k. Menetapkan kesimpulan untuk jumlah data yang diperoleh.
- l. Seminar hasil penelitian.

4. Variabel Penelitian

Sugiyono (2011) menjelaskan bahwa variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi mengenai hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan.

a. Variabel terikat (*dependent variable*)

Variabel ini sering disebut sebagai variabel respon, output, kriteria, konsekuen. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Notoadmodjo, 2012). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri.

b. Variabel Bebas (*independent variable*)

Variabel ini sering disebut sebagai stimulus, input, predator dan antecedent. Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya atau berubahnya variabel dependen (Notoadmodjo, 2012). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *body image*.

B. Waktu dan Lokasi Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dari 31 Juli 2021 sampai dengan 7 Agustus 2021.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Mardalis (2014) menjelaskan populasi adalah sekumpulan kasus yang perlu memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian. Populasi dalam penelitian ini 111 orang.

2. Sampel

Mardalis (2014) menjelaskan sampel atau sampling berarti contoh, yaitu sebagian dari seluruh individu yang menjadi objek penelitian. Tujuan penentuan sampel ialah untuk memperoleh keterangan mengenai objek penelitian dengan cara mengamati hanya sebagian dari populasi, suatu reduksi terhadap jumlah objek penelitian. Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.

a. Kriteria sampel

1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti (Nursalam,2017). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.
- b) Bersedia menjadi responden.

2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang tidak memenuhi kriteria eksklusi karena berbagai sebab (Nursalam,2017). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) Mahasiswi yang tidak bersedia menjadi responden.

b. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel secara acak yang memperhatikan kelompok tingkatan dalam populasi yang bersifat berbeda (Donsu, 2017). Teknik ini menggunakan rumus sebagai berikut :

$$n_1 = \frac{n}{N} \times N_1$$

Keterangan :

N : Besar populasi keseluruhan

N_1 : Besar populasi pada kelompok

n : Besar sampel yang ditarik dari populasi

n_1 : Besar sampel yang diambil dalam kelompok

c. Jumlah Sampel

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n : Ukuran sampel/jumlah responden

N : Ukuran populasi

e : Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir; e= 0,05 atau 5%.

$$n = \frac{111}{1 + (111)(0.05)^2}$$

$$n = 86$$

Sehingga jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 86 responden, kemudian dicari pengambilan sampel berstrata/ *stratified random sampling* dengan perhitungan sebagai berikut :

- | | |
|-----------------------|---------------------------------------|
| 1) S1 PGSD semester 2 | $\frac{14}{111} \times 86 = 11$ orang |
| 2) S1 PGSD semester 4 | $\frac{11}{111} \times 86 = 9$ orang |
| 3) S1 PGSD semester 8 | $\frac{13}{111} \times 86 = 10$ orang |
| 4) D3 KEP semester 2 | $\frac{9}{111} \times 86 = 7$ orang |
| 5) D3 KEP semester 4 | $\frac{9}{111} \times 86 = 7$ orang |
| 6) S1 KEP semester 6 | $\frac{30}{111} \times 86 = 24$ orang |
| 7) S1 KEP semester 8 | $\frac{23}{111} \times 86 = 18$ orang |

Untuk pengambilan sampel berstrata/ *stratified random sampling* dari setiap kelas, diambil sampel seperti yang terlihat dalam tabel 3.1 sebagai berikut :

Tabel 3.1 Jumlah Sampel pada Setiap Kelas

NO	KELAS	SAMPEL
1	S1 PGSD semester 2	11
2	S1 PGSD semester 4	9
3	S1 PGSD semester 8	10
4	D3 KEP semester 2	7
5	D3 KEP semester 4	7
6	S1 KEP semester 6	24
7	S1 KEP semester 8	18
Total		86

D. Etika Penelitian

Menurut Hidayat (2012) dalam melaksanakan penelitian khususnya jika yang menjadi subjek penelitian adalah manusia, maka peneliti harus memahami hak dasar manusia. Manusia memiliki kebebasan dalam menentukan dirinya sehingga penelitian yang akan dilaksanakan benar-benar menjunjung tinggi kebebasan manusia. Beberapa prinsip pada manusia yang harus dipahami.

1. *Informed Consent*

Merupakan cara persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan *informed consent*. *Informed consent* diberikan sebelum dilakukan penelitian untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Tujuannya agar subjek mengerti maksud, tujuan penelitian, dan mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia maka mereka harus menandatangani *informed consent*.

2. *Anomity (tanpa nama)*

Peneliti tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang disajikan.

3. *Confidentiality (kerahasiaan)*

Kerahasiaan informasi yang telah diperoleh dijamin kerahasiaannya oleh peneliti dimana hanya kelompok data tertentu saja yang dilaporkan dalam hasil penelitian.

E. Alat Pengumpulan Data

Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner dengan skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, dan pendapat seseorang atau sekelompok orang mengenai fenomena sosial. Kuesioner pada penelitian ini terdiri dari tiga bagian yaitu:

1. Data demografi

Data demografi adalah bagian dari kuesioner yang bertujuan untuk mendapatkan data demografi responden. Data yang dimaksud adalah inisial mahasiswa/mahasiswi, usia, jenis kelamin dan kelas.

2. Instrumen *Body Image*

Untuk mengukur *body image* instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen *body image* yang dikembangkan oleh berupa angket yang berisi daftar pertanyaan.

Tabel 3.2 : Penilaian *Body Image*

Pilihan jawaban	Skor	
	Favourable	Unfavourable
Sangat setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak setuju	2	3
Sangat tidak setuju	1	4

3. Instrumen Kepercayaan Diri

Alat pengumpulan data yang digunakan pada variabel dependen untuk mengukur kepercayaan diri pada mahasiswa adalah berupa angket

Tabel 3.3 : Penilaian Kepercayaan Diri

Pilihan jawaban	Skor	
	Favourable	Unfavourable
Sangat setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak setuju	2	3
Sangat tidak setuju	1	4

F. Uji Validitas dan Reabilitas

1. Validitas

Dalam sebuah instrumen yang dikembangkan diperlukan adanya uji validitas. Uji validitas dilakukan untuk melihat r_{hasil} dan dibandingkan dengan r_{tabel} . Suatu instrumen dikatakan valid apabila $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$. Setelah dilakukan uji validitas menggunakan

komputerisasi dengan indeks valid 0,2096 didapatkan jumlah *item* valid *body image* sebanyak 19, dan jumlah *item* valid kepercayaan diri sebanyak 22.

2. Reliabilitas

Sebuah instrumen dikatakan memiliki nilai reliabilitas yang tinggi apabila tes yang dibuat mempunyai hasil konsistensi dalam mengukur yang hendak diukur (Saifuddin Azwar, 2013). Uji reliabilitas dalam kuesioner ini menggunakan *cronbach's alpha*. Jika $\alpha > r_{\text{tabel}}$ maka hasil reliabel sedangkan jika $\alpha < r_{\text{hitung}}$ maka hasil tidak reliabel. Instrumen reliabilitas pada penelitian ini yaitu reliabilitas *body image* (0,416) dan kepercayaan diri (0,617).

G. Prosedur Pengumpulan Data

1. Persiapan

- a. Mengajukan permohonan surat izin pengambilan data dan surat izin penelitian kepada Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai setelah proposal penelitian disetujui oleh pembimbing.
- b. Peneliti mengajukan permohonan izin pengambilan data dan izin penelitian ke Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

2. Pelaksanaan

- a. Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan penelitian kepada responden.

- b. Subjek penelitian menandatangani *informed consent* bagi subjek yang bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian.
- c. Peneliti memberikan lembar kuesioner kepada subjek atau responden untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri dan *body image* responden.
- d. Setelah pengumpulan data selesai, peneliti melakukan pengolahan data serta analisis data dengan uji statistik.

H. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan semua variabel dan istilah yang akan digunakan dalam penelitian secara operasional sehingga mempermudah pembaca dalam mengartikan makna penelitian (Setiadi, 2013). Definisi operasional dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Table 3.4. Definisi Operasional Variabel Penelitian

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	Variabel (independen) <i>Body image</i>	<i>Body image</i> adalah penilaian seseorang tentang ukuran tubuh, penampilan, kumpulan sikap individu terhadap tubuhnya termasuk persepsi masa lalu atau sekarang tentang ukuran, fungsi, penampilan dan potensi yang dimiliki.	Kuesioner	Ordinal	0 Kategori negatif : jika nilai $X < 75$ 1 Kategori positif : jika nilai $X \geq 75$
2.	Variabel (Dependen) Kepercayaan Diri	Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan.	Kuesioner	Ordinal	0 Kategori Rendah: jika nilai $X < 77$ 1 Kategori Tinggi : jika nilai $X \geq 77$

I. Teknik Pengolahan Data

1. *Editing* (Penyuntingan)

Editing merupakan kegiatan untuk pengecekan atau perbaikan isi formulir atau kuisioner. Setelah instrumen penelitian dicatat, maka setiap catatan akan diperiksa apakah sudah tercatat dengan benar dan semua item sudah dicatat oleh peneliti.

2. *Coding* (Pengkodean)

Peneliti mengelompokkan beberapa jawaban responden dalam bentuk kode untuk mempermudah pada saat analisis data dan juga mempercepat pada saat memasukkan data.

3. *Entry data*(Memasukkan Data)

Kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam master tabel atau database komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana

4. *Cleaning* (Merapikan)

Data yang sudah ada di cek kembali kelengkapannya sehingga data siap untuk dianalisa.

5. *Analizing*

Data yang telah dimasukkan ke dalam komputer dan sudah lengkap kemudian di analisa dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat (Setiadi, 2013).

J. Analisa Data

Analisa data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga mudah dipahami dan temuan dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisa data dilakukan setelah data dari seluruh subjek penelitian terkumpul. Sejalan dengan pendapat Sugiyono (2011) analisa data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Analisa statistik yang digunakan dalam penelitian berhubungan dengan data yang berupa angka atau data kuantitatif.

Tabel 3.5 Penentuan Skor Mminimal, Maksimal, Rentang dan Mean Data *Body Image*

<i>Body Image</i>	
Nilai Minimal	56
Nilai Maksimal	93
Rentang	37
Median	75

Berikut interval kategori yang digunakan dalam penelitian :

Tabel 3.6. Kriteria Kategorisasi *Body Image*

Interval	Kategori
≥ 75	Positif
< 75	Negatif

Sedangkan untuk hasil penentuan skor minimal, maksimal, rentang dan mean untuk data kepercayaan diri adalah sebagai berikut :

Tabel 3.7. Penentuan Skor Minimal, Maksimal, rentang dan Mean Data Kepercayaan Diri

Kepercayaan Diri	
Nilai Minimal	55
Nilai Maksimal	94
Rentang	39
Median	77

Berikut interval kategori yang digunakan dalam penelitian :

Tabel 3.8. Kriteria Kategorisasi Kepercayaan Diri

Interval	Kategori
≥ 77	Tinggi
< 77	Rendah

Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji prasyarat analisis dan uji hipotesis .

1. Analisa Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau menggambarkan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoadmodjo, 2012). Pada umumnya dalam analisis univariat ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel dengan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = jumlah persentase yang dicari

F = jumlah frekuensi untuk setiap alternatif jawaban

N = jumlah subjek penelitian

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmodjo, 2012). Penelitian ini ingin mengetahui hubungan *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan uji *chi square* dengan

kepercayaan $\alpha = 0,05$. Hasil yang diperoleh pada analisis *chi square* dengan menggunakan program komputerisasi yaitu nilai *P value*. Jika *P value* $\leq 0,05$ maka artinya H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Dan sebaliknya, jika *P value* $\geq 0,05$ H_0 diterima artinya tidak ada hubungan antara kedua variabel.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Setelah dilakukan penelitian pada tanggal 31 Juli sampai dengan 7 Agustus 2021 dengan judul “Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru”, didapatkan hasil penelitian bahwa tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru. Dengan jumlah subjek penelitian 86 orang.

A. Karakteristik Responden

Untuk distribusi karakteristik responden dapat dilihat pada table 4.1 berikut ini

**Table 4.1 Distribusi Karakteristik Responden (Kelas dan Umur)
Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.**

No	Karakteristik Responden	Frequency (F)	Percent (%)
1	Kelas		
	a. S1 PGSD semester 2	11	12,8
	b. S1 PGSD semester 4	9	10,5
	c. S1 PGSD semester 8	10	11,6
	d. D3 KEP semester 2	7	8,1
	e. D3 KEP semester 4	7	8,1
	f. S1 KEP semester 6	24	27,9
	g. S1 KEP semester 8	18	20,9
	Total	86	100
2	Umur		
	a. 19	13	15,1
	b. 20	26	30,2
	c. 21	17	19,8
	d. 22	13	15,1
	e. 23	14	16,3
	f. 24	3	3,5
	Total	86	100

(sumber : Data Primer)

Berdasarkan Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden terdapat pada S1 Keperawatan semester 6 sebanyak 24 mahasiswi (27,9%), dan sebagian responden berusia 20 tahun yaitu berjumlah 26 mahasiswi (30,2%).

B. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan bertujuan untuk menggambarkan distribusi frekuensi responden berdasarkan hubungan *body image* dengan kepercayaan diri.

1. Kepercayaan Diri

Table 4.2 : Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru Tahun 2021

No	Kepercayaan Diri	Frequency (F)	Percent (%)
1.	Tinggi	45	52.3%
2.	Rendah	41	47.7%
	Total	86	100%

(sumber : Data Primer)

Berdasarkan Tabel 4.2. dapat diketahui bahwa dari 86 responden mayoritas memiliki kepercayaan diri tinggi yaitu 45 mahasiswi (52.3%),

2. Body Image

Table 4.3 : Distribusi Frekuensi Body Image Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru Tahun 2021

No	Body Image	Frequency (F)	Percent (%)
1	Positif	44	51.2%
2	Negative	42	48.8%
	Total	86	100%

(sumber : Data Primer)

Berdasarkan Tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 86 responden mayoritas memiliki *body image* yang positif sebanyak 44 orang (51.2%)

C. Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan *body image* dengan kepercayaan diri Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru. Adapun Analisa bivariat dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut ini :

Table 4.5 Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru Tahun 2021

No	<i>Body Image</i>	Kepercayaan Diri				Total		<i>P Value</i>	<i>POR</i>
		Tinggi		Rendah		F	%		
		F	%	F	%				
1	Positif	22	50	22	50	44	100	0,821	0,826
2	Negatif	23	54,8	19	45,2	42	100		
Total		45	52,3	41	47,7	86	100		

(Sumber : Data Primer)

Berdasarkan Tabel 4.3 dapat dilihat bahwa dari 44 responden, mahasiswi yang memiliki *body image* positif tetapi memiliki kepercayaan diri rendah 22 mahasiswi (50%). Sedangkan dari 42 responden, mahasiswi yang memiliki *body image* negatif tetapi memiliki kepercayaan diri tinggi 23 mahasiswi (54,8%).

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru ($p\text{-value} = 0,821 > 0,05$). Dari 44 mahasiswi yang memiliki *body image* positif tetapi memiliki kepercayaan diri rendah 22 mahasiswi (50%) disebabkan karena tidak mampu menghadapi segala tantangan tentang tubuhnya dan merasa malu tampil apa adanya. Sedangkan mahasiswi yang memiliki *body image* negative tetapi memiliki kepercayaan diri tinggi 23 mahasiswi (54,8%) disebabkan karena dia menganggap kritik dari orang lain mengenai wajah dan berat badan sebagai motivasi agar menjadi yang lebih baik lagi dan senang bergaul dengan orang lain.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden S1 Keperawatan semester 6 lebih banyak dibandingkan kelas yang lain, jumlah responden kelas S1 PGSD semester 2 yaitu 11 mahasiswi (12,8%), S1 PGSD semester 4 sebanyak 9 mahasiswi (10,5%), S1 PGSD semester 8 terdapat 10 mahasiswi (11,6%), pada D3 Keperawatan semester 2 yaitu 7 mahasiswi (8,1%), D3 Keperawatan semester 4 sebanyak 7 mahasiswi (8,1%), S1 Keperawatan semester 6 yaitu 24 mahasiswi (27,9%) dan S1 Keperawatan sebanyak 18 mahasiswi (20,9%).

Usia responden mulai rentang 19 hingga 24 tahun, dimana responden yang berusia 19 tahun sebanyak 13 mahasiswi (15,1%), 20 tahun sebanyak 26 mahasiswi (30,2%), 21 tahun berjumlah 17 mahasiswi (19,8%), 22 tahun berjumlah 13 mahasiswi (15,1%), 23 tahun berjumlah 14 mahasiswi (16,3%), dan 24 tahun berjumlah 3 mahasiswi (3,5%). Usia mempengaruhi seseorang dalam bertindak dan bersikap, usia yang semakin matang dan dewasa akan membuat seseorang lebih siap menghadapi suatu masalah (Haniba, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Faza Maulida (2020) yang menyatakan bahwa saat mahasiswa memiliki *body image* positif tetapi memiliki kepercayaan diri yang rendah dikarenakan mahasiswa di Yogyakarta kebanyakan memiliki ilmu pengetahuan yang kurang, kurang bergaul dengan sesama. Tetapi saat mahasiswa memiliki *body image* negatif tetapi ia memiliki kepercayaan diri yang tinggi dikarenakan mahasiswa Yogyakarta sebagian besar tidak memperlakukan penilaian seseorang yang buruk tentang dirinya, sangat mudah dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Body image adalah penilaian seseorang tentang tubuh, penampilan, dan fungsi setiap bagian tubuhnya. *Body image* harus realistis karena semakin seseorang dapat menerima dan menyukai tubuhnya, ia akan lebih bebas dan merasa aman dari kecemasan sehingga kepercayaan dirinya akan meningkat. Sikap individu terhadap tubuhnya mencerminkan aspek penting dalam dirinya. Konsep diri positif menunjukkan harapan diri orang tersebut untuk

sukses dalam hidup termasuk penerimaan dari aspek negatif dari diri sendiri. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan atau kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Tasmin, 2019).

Adanya *body image* memungkinkan seseorang untuk membandingkan kondisi dirinya dengan orang lain serta memunculkan rasa malu dan persepsi yang buruk terhadap tubuhnya. Pengaruh persepsi tubuhnya semakin buruk, individu semakin tidak percaya diri baik itu pada penampilan di depan umum ataupun kemampuan terhadap dirinya sendiri. Seperti halnya yang dinyatakan oleh Anggoro (2016) bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hal itu berarti bahwa semakin positif *body image* individu, maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya.

Menurut asumsi peneliti bahwasanya tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri, berdasarkan karakteristik kelas mayoritas dari kelas S1 Keperawatan semester 6 berjumlah 24 mahasiswi (27,9%) dan umur 20 tahun yaitu 26 mahasiswi (30,2%) berjumlah 86 mahasiswi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dari kuesioner yang diberikan kepada responden menyatakan bahwa dari 86 responden, 44 mahasiswi memiliki *body image* positif mayoritas memiliki kepercayaan diri yang tinggi sebanyak 22 mahasiswi (50%) dan dari 42 mahasiswi memiliki *body image* yang negative mayoritas memiliki

kepercayaan diri rendah sebanyak 19 mahasiswi (54,2%). Dari 44 responden, mahasiswi yang memiliki *body image* positif tetapi memiliki kepercayaan diri rendah 22 mahasiswi (50%) disebabkan mereka kurang dalam pengetahuan dan susah untuk berkomunikasi dengan orang lain, sedangkan dari 42 responden, mahasiswi yang memiliki *body image* negatif tetapi memiliki kepercayaan diri tinggi dikarenakan anak yang pintar dan mudah berkomunikasi dengan orang lain, lalu tidak pernah malu tampil apa adanya dan selalu menganggap kritik orang lain tentang dirinya sebagai motivasi untuk menjadi lebih baik.

Terdapat kelemahan yang peneliti sadari dalam penelitian ini, yaitu sebaran subjek yang tidak merata sehingga didominasi oleh mahasiswi kelas tertentu. Hal tersebut dikarenakan peneliti menyebarkan angket secara bertahap sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan untuk melakukan penelitian berbeda setiap kelas.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru, dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru

1. Terdapat 42 mahasiswi (48,8%) yang memiliki *body image* negative dan yang memiliki *body image* positif 44 mahasiswi (51,2%)
2. Terdapat 41 mahasiswi (47,7%) yang memiliki kepercayaan diri rendah dan yang memiliki kepercayaan diri tinggi sebanyak 45 mahasiswi (52,3%).
3. Tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.

B. Saran

1. Aspek Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan kepada pembaca tentang pentingnya *body image* yang positif untuk dapat menumbuhkan rasa kepercayaan diri pada remaja khususnya mahasiswi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Kampus 2 Pekanbaru.

2. Aspek Praktis

a. Bagi Mahasiswi

Bagi mahasiswi yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dengan meningkatkan *body image* dengan cara menerima segala kekurangan yang ada pada tubuh.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diterapkan untuk menambah sumber referensi yang berhubungan dengan *body image* dan kepercayaan diri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Seperti yang sudah dipaparkan dalam pembahasan, bahwa peneliti masih memiliki beberapa keterbatasan. Oleh karena itu, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian dengan topik yang sama disarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian lebih lanjut sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Alidia, Fauzana. (2014). "Body Image Siswa ditinjau dari Gender dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling". *Skripsi*. Padang: BK FIP UNP.
- Amri, R & Hendrastomo, G. (2016). Dinamika gerakan kritis mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta. *E-Societes*, 5(1), 1-11.
- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 4(4), 80-88.
- Anggoro, D. W. (2018). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Siswa X Di SMA Negeri 2 Bantul. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arthur, S. R. & Emily S. R. 2017. *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar. Saifuddin., (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bidjuni, H. (2016). Hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru di program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 4(2), 1-7.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2017). *Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*. New York: The Guilford Press.
- Emzir. (2012). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kuantitatif dan Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Fristy. (2012). Citra diri pada remaja putri yang mengalami kecenderungan gangguan Body dismorphic. *Jurnal Fakultas Psikologi. Universitas Gunadarma*.
- Ghufroon, M. N. & Risnawati, R. S., (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: ArRuzz Media.
- Hidayat. K., & Bashori. K., (2016). *Psikologi Sosial Aku, Kami dan Kita*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B., (2014). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

- Husna, N, L., (2013). Hubungan Antara Body Image dengan Perilaku Diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam Rita Pati). *Jurnal Psikologi*, vol 2 no 2.
- Ifdil, I., Denich, A. U., dan Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(3), 107-113.
- Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian. Terjemahan D. H. Gulo*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Merlin, R. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Peserta Didik Putri Ms Muhammadiyah Lakitan Kabupaten Pesisir Selatan. *Bimbingan dan Konseling*. Sumatera Bara
- Mukhlis, A., (2013). Berpikir Positif pada Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh (Body Image Dissatisfaction). *Jurnal Psikoislamika*, vol 10 no 1. Malang.
- Nazir, M. (2011). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2017). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Papalia, Diane E., et al. (2011). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Putri, A. T. (2015). "Hubungan antara Body Image dengan Kepercayaan Diri Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas". *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rozika, L. A. dan Ramadhani, N. (2016). Hubungan antara harga diri dan body image dengan online self-presentation pada pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 2(3), 172-183.
- Rupang, I., H. O., & Sinolungan, J. (2013). Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri dengan Obesitas pada Siswa Rex Mundi Manado. *Jurnal e-Biomedik*, Vol.1 No.1 343-348.
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. (Terjemahan: Sarah Genis B) Jakarta: Erlangga.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan praktek penulisan keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Solistiawati, A. & Novendawati. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan harga diri remaja akhir putri (studi pada mahasiswa reguler Universitas Esa Unggul). *Jurnal Psikologi*, 13(1), 13-20.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono (2013) *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Syam, A. & Amri. (2017). Pengaruh kepercayaan diri berbasis kaderisasi IMM terhadap prestasi belajar mahasiswa (Studi kasus di program studi Pendidikan biologi fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare). *Jurnal Biotek*, 5(1), 87-102.
- Thompson, J. K. (2017). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity*. American Psychological Association. Washington, DC.
- Utami, W, T., (2014). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Perilaku Konsumtif Kosmetik Make Up Wajah Pada Mahasiswi. Naskah Publikasi: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Wiranatha, F. D. & Supriyadi. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar puteri di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 38-47.
- Yolanda, R. S. (2016). Hubungan antara body image dan perilaku konsumtif produk bermerek pada remaja putri. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 50-57.