

# HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA DI SMA NEGERI 1 PANDAAN

Oleh:

Dikta Milenia Anggraini

Pembimbing Zaki Nur Fahmawati

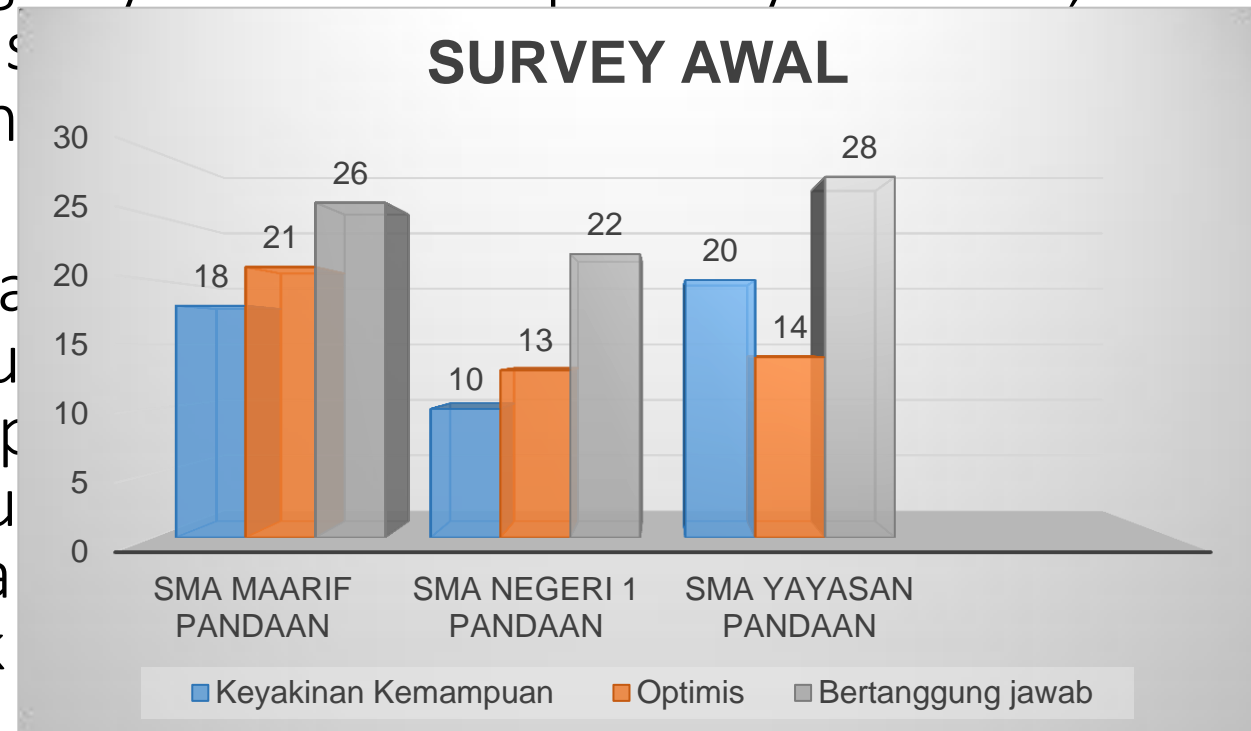
Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Februari, 2023

# Pendahuluan

- Masa remaja mengalami kurangnya kepercayaan diri baik dari kondisi fisik yang dirasakan serta psikologis dari remaja itu sendiri.
- Remaja ketika di awal sangat yakin terhadap dirinya sendiri, berubah menjadi kurang percaya diri setelah banyak kritikan dari lingkungan dan tetangga secara bertubi-tubi.
- terdapat ketidakpuasan diri dan negatif yang mampu menurunkan penampilan dirasa hal paling penting individu dengan gambaran tubuh yaitu dengan tubuh ideal, hal ini dapat memberikan dampak negatifnya, yaitu pada siswa SMA



# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Berdasarkan latar belakang diatas, terdapat rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada siswa di SMA Negeri 1 Pandaan” ?

# Metode

- **Jenis Penelitian** : Menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional
- **Teknik Analisis Data** : uji normalitas dan linieritas
- **Teknik Pengumpulan Data** : skala likert dengan skala body image, skala kepercayaan diri
- **Teknik Sampling** : sampel probabilitas dengan teknik stratified random sampling
- **Populasi & Sampel** : Populasi siswa SMA Negeri 1 Pandaan berjumlah 1.255. Sampel 297 subjek, ditentukan dengan menggunakan tabel krejcie

# Hasil

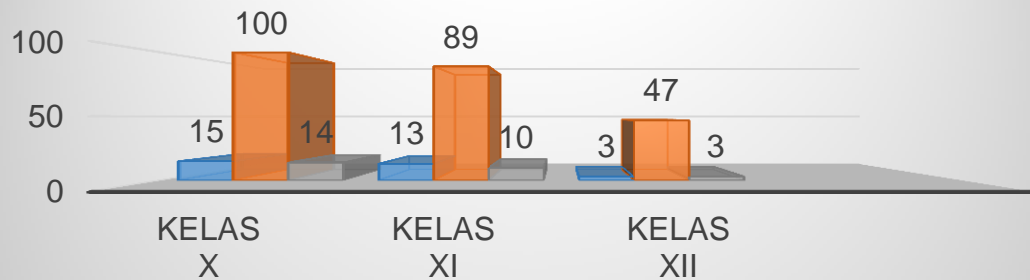
Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Body Image	297	33	61	47.68	4.285
Kepercayaan Diri	297	39	79	60.03	6.738
Valid N (listwise)	297				

- Jumlah responden ialah 297 pada setiap variabel. Lalu untuk nilai minimal pada skala *body image* ialah 33, sedangkan nilai minimal pada skala kepercayaan diri ialah 39. Untuk nilai maksimal pada skala *body image* ialah 61, sedangkan nilai maksimal pada skala kepercayaan diri ialah 79. Untuk nilai mean pada skala *body image* adalah 47,68, sedangkan pada skala kepercayaan diri adalah 60,03. Pada nilai standar deviasi pada skala *body image* adalah 4,285 sedangkan untuk nilai standar deviasi pada skala kepercayaan diri adalah 6,738.

# Kategori Body Image

Skor	kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$X < 43$	Rendah	30	10 %
$43 \leq X < 52$	Sedang	236	80 %
$52 \leq X$	Tinggi	31	10 %
TOTAL		297	100 %

Chart Title



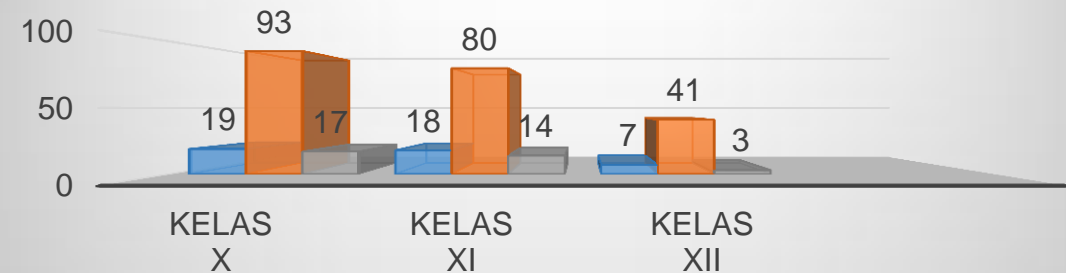
	Kelas X	Kelas XI	Kelas XII
Tinggi	15	13	3
Sedang	100	89	47
Rendah	14	10	3

Tinggi Sedang Rendah

# Kategori Kepercayaan Diri

skor	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$X < 53$	Rendah	39	13 %
$53 \leq X < 67$	Sedang	214	72 %
$67 \leq X$	Tinggi	44	15 %
TOTAL		297	100 %

Chart Title



	Kelas X	Kelas XI	Kelas XII
Tinggi	19	18	7
Sedang	93	80	41
Rendah	17	14	3

Tinggi Sedang Rendah

# Hasil uji analisis data

Correlations			
		BodyImage	Kepercayaan Diri
BodyImage	Pearson Correlation	1	.122*
	Sig. (2-tailed)		0.035
	N	297	297
Kepercayaan Diri	Pearson Correlation	.122*	1
	Sig. (2-tailed)	0.035	
	N	297	297
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			

hasil Uji hipotesis menggunakan *pearson correlation* diketahui nilai sig antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri sebesar  $0.035 < 0.05$ , dapat ditarik kesimpulan jika terdapat hubungan yang positif signifikan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri.

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.122	0.015	0.012	6.698
a. Predictors: (Constant), Body Image				

skor R square yang menunjukkan angka  $0.015 \times 100 = 1.5\%$ , artinya *body image* memberi sumbangan efektif sebesar 1.5% terhadap kepercayaan diri

# Pembahasan

- Dari hasil analisa menunjukkan bahwa siswa di SMA Negeri 1 Pandaan memiliki *body image* dengan kategori sedang sehingga mampu memberikan pengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa SMA tersebut. Didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan Wiranatha dan Supriyadi (2015) kepada 492 siswi dari lima SMAN Denpasar. Penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan searah tetapi lemah antara *Body Image* dan kepercayaan diri pada remaja putri di Kota Denpasar.
- Hasil analisis, mayoritas siswa SMA Negeri 1 Pandaan memiliki *body image* dan kepercayaan diri dalam kategori sedang. Hal ini mendeskripsikan bahwa banyak siswa yang memiliki penilaian yang cukup negatif terhadap bentuk fisiknya maupun penampilannya sendiri. Serta 80% yaitu sekitar 236 siswa mereka cenderung kurang puas dengan bentuk fisik, memiliki rasa minder dan ingin mencoba memperbaiki fisik serta penampilan yang mereka rasakan. Menurut Rombe [I. Wati ,2019] merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian yang positif atau negatif pada dirinya tersebut.
- Seperti yang diungkapkan oleh Melliana (Adiyati, 2016) remaja yang memiliki pandangan negatif terhadap fisiknya akan menjadi resah, memiliki pikiran dan perasaan yang negatif dalam menilai tubuhnya atau kondisi fisiknya, remaja yang menilai fisiknya sendiri secara positif, secara keseluruhan remaja tersebut akan merasa nyaman dan percaya diri.



# Temuan Penting Penelitian

- Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, disimpulkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri antara *body image* dengan kepercayaan diri pada siswa SMA Negeri 1 Pandaan, artinya hipotesis yang diajukan peneliti diterima

# Manfaat Penelitian

## Manfaat Teoritis

- Penelitian ini diharapkan dapat menambah kontribusi yang baik terhadap pengembangan kajian dalam ilmu psikologi, terkhusus pada bidang psikologi mampu menambah pengetahuan serta referensi pada penelitian selanjutnya dengan keterkaitan hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada masa remaja

## Manfaat Praktis

- Dalam penelitian ini diharapkan berfungsi sebagai sumbangsih informasi untuk pembaca khususnya para masa remaja agar lebih mengetahui adanya hubungan *body image* dan kepercayaan diri yang mampu merubah tinggi rendahnya suatu kepercayaan diri individu

# Referensi

Khotimatus sangadah and J. Kartawidjaja, "HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA AWAL," *Orphanet J. Rare Dis.*, vol. 21, no. 1, pp. 1–9, 2020.

J Santrock, *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Erlangga, 2012.

S. Nurkhalizah, S. Rochmani, and Z. M. Septimar, "Hubungan Antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Remaja Pada Korban Body Shaming Di Smk Al-Gina," *Nusant. Hasana J.*, vol. 1, no. 1, pp. 95–101, 2021.

I. Wati, I. Wati, S. Sarinah, S. Hartini, and S. Hartini, "Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Body Image Pada Siswi Kelas X Sma," *J. Ilm. Psyche*, vol. 13, no. 1, pp. 01–12, 2019, doi: 10.33557/jpsyche.v13i1.548.

A. U. Denich and I. Ifdil, "Konsep Body Image Remaja Putri," *J. Konseling dan Pendidik.*, vol. 3, no. 2, pp. 55–61, 2015, doi: 10.29210/116500.

E. Fitri, N. Zola, and I. Ifdil, "Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi," *JPPI (Jurnal Penelit. Pendidik. Indones.)*, vol. 4, no. 1, pp. 1–5, 2018, doi: 10.29210/02017182.

Miftakhul Ainiyah, "Hubungan body image terhadap kepercayaan diri pada wanita yang mengikuti fitness di bureng gym pandaan," Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2018.

Anggie Yuliani Pertiwi, "Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri pada remaja putri di SMK PGRI 2 SIDOARJO," Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2021.

Ghufron M .N & R.Risnawati, "Teori-teori Psikologis," 2017.

Z. Ekaningtyas, "HUBUNGAN BODY DISSATISFACTION DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SKRIPSI Oleh : Zurisatia Ekaningtyas," *Hub. Body Dissatisfaction Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja*, 2016.

