

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI  
PADA REMAJA DI SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM  
ACEH TAMIANG**

**SKRIPSI**

**OLEH:  
SYAHNAZ FILDZAH  
14.860.0134**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
2022**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 27/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)27/6/22

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI  
PADA REMAJA DI SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM  
ACEH TAMIANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Guna Memenuhi  
Syarat-Syarat Dalam Meraih Gelar Sarjana Psikologi*



**OLEH:  
SYAHNAZ FILDZAH  
14.860.0134**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
2022**

## HALAMAN PERSETUJUAN

**Judul Skripsi** : Hubungan *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang.  
**Nama** : Syahnaz Fildzah  
**NPM** : 148600134  
**Bagian** : Psikologi Perkembangan

Disetujui Oleh :  
Komisi Pembimbing

Pembimbing I



(Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi, M.Si)

Pembimbing II

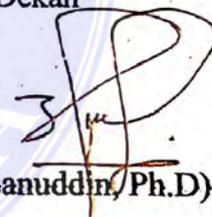


(Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi., M.Psi)

Mengetahui :

Kepala Bagian  
  
(Dinda Permata Sari Harahap, M.Psi., Psikolog)

Dekan

  
(Hasanuddin, Ph.D)

Tanggal Sidang Meja Hijau

26 Februari 2022

## HALAMAN PENGESAHAN

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK  
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH  
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada Tanggal  
26 Februari 2022

MENGESAHKAN  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA

DEKAN

(Hasanuddin, Ph.D)

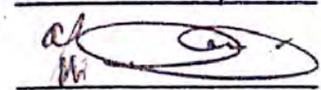
### DEWAN PENGUJI

1. Azhar Aziz, S.Psi, MA
2. Laili Alfita, S.Psi., MM., M.Psi., Psikolog
3. Nurmaida Irawani Siregar, S. Psi, M.Si
4. Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi., M.Psi

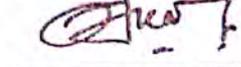
### TANDA TANGAN

---

---

---

---

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.



Medan, 26 Februari 2022



Syahnaz Fildzah

14.860.0134

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syahnaz Fildzah  
NPM : 148600134  
Program Studi : Psikologi Perkembangan  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**Hubungan *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di :

Universitas Medan Area

Pada Tanggal :

26 Februari 2022

Yang Menyatakan



(Syahnaz Fildzah)

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 27/6/22

Dipindai dengan CamScanner

Access From (repository.uma.ac.id)27/6/22

## ABSTRAK

### Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Remaja di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang

Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

SYAHNAZ FILDZAH

14.860.0134

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik hubungan *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam Aceh Tamiang. *Body image* adalah gambaran mengenai tubuh yang terbentuk dalam pikiran seseorang, atau dengan kata lain gambaran tubuh menurut dirinya sendiri. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang Jurusan Psikologi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik *random sampling* yang berjumlah 40 orang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Instrumen yang digunakan adalah angket *body image* dan kepercayaan diri yang telah valid dan reliabel. Metode pengumpulan data menggunakan skala likert. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik *r Product Moment*. Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam Aceh Tamiang. Hal ini dibuktikan dengan nilai atau koefisien hubungan ( $R_{xy}$ ) = 0.530 dengan  $p$  0.000 < 0.050. Kontribusi *body image* dengan kepercayaan diri dilihat dari nilai koefisien determinan ( $R^2$ ) = 0.281 atau sebesar 28.1%.

Kata Kunci: *Body Image*; Kepercayaan Diri; Remaja

## ABSTRACT

### *Relationship between Body Image and Self-Confidence in Adolescents at the Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang.*

*Faculty of Psychology, University of Medan Area*

**SYAHNAZ FILDZAH**

**14.860.0134**

*This study aims to determine empirically the relationship between body image and self-confidence in adolescents at the Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang. Body image is a picture of the body that is formed in one's mind, or in other words a picture of the body according to itself. Self-confidence is one aspect of personality in the form of belief in one's own abilities so that they are not influenced by others and can act according to their wishes, are happy, optimistic, tolerant enough, and responsible. The population in this study were students of the Aceh Tamiang Islamic High School, Department of Psychology. The sampling technique in this study was random sampling technique which collected 40 people. The research uses a quantitative approach. The instrument used is a self-confidence and body image questionnaire that has been valid and reliable. Data collection method using Likert scale. Data analysis in this study used the *r* Product Moment technique. Based on the analyzed data, it was found that the hypothesis proposed in this study was accepted, namely the relationship between body image and self-confidence in adolescents at the Aceh Tamiang Islamic School of Science. this is evidenced by the value or relationship coefficient ( $R_{xy}$ ) = 0.530 with  $p$  0.000 < 0.050. The contribution of body image to self-confidence is seen from the coefficient of determination ( $R^2$ ) = 0.281 or 28.1%.*

*Keywords: Body Image; Confidence; Teenager*

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, tanpa-nya saya tiada upaya. Kepada junjungan saya Muhammad SAW, tanpanya saya gulita. Saya selalu merasa sangat beruntung dan diberkati dalam beragam urusan. Diantaranya, beruntung punya keluarga, teman dan lingkungan yang telah membangkitkan semangat saya agar saya segera menyelesaikan skripsi yang berjudul “HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA DI SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM ACEH TAMIANG”.

Penulisan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi Universitas Medan Area.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik moril maupun materil. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah berperan secara tulus dan ikhlas dalam mewujudkan skripsi ini.

Ucapan terimakasih yang tiada hingganya penulis sampaikan kepada :

1. Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Hasanuddin M,Ag, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi
4. Ibu Laili Alfita, S.Psi., MM., M.Psi.,Psikolog selaku sekretaris dan Wakil Dekan I Fakultas Psikologi yang telah memberikan saran dan berbaik hati kepada penulis.

5. Bapak Khairuddin, S.Psi, M.Psi selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
6. Bapak Azhar Aziz, S.Psi, MA Selaku ketua dalam ujian skripsi saya.
7. Ibu Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi., M.Si selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat, arahan serta petunjuk-petunjuk untuk perbaikan skripsi ini kepada penulis.
8. Ibu Dr. Salamiah Sari Dewi, S.Psi., M.Psi selaku pembimbing pendamping dan Wakil Dekan II Fakultas Psikologi yang telah dengan baik hati dan bijaksana memberikan bimbingan, pengarahan, serta petunjuk-petunjuk pada penulisan skripsi ini.
9. Ibu Dinda Permata Sari Harahap, S.Psi., M.Psi., Psikolog Kepala bagian jurusan Psikologi Perkembangan yang selalu baik hati dan membantu memperlancar proses penyelesaian berkas-berkas yang diperlukan.
10. Kedua Orangtua saya Bapak dan Umi tercinta karena telah mendidik, menyayangi, membesarkan dan memberikan doa serta dukungan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Para Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan memotivasi.
12. Seluruh staff dan pegawai Fakultas Psikologi yang juga sangat membantu saya dalam mempersiapkan segala berkas yang dibutuhkan dalam penyusunan skripsi ini.
13. Kepada Rizki Maulana selaku suami saya dan Naifa Rizki al-Mayassa anak saya tercinta terimakasih atas semangat, dukungan dan dorongan nya sehingga syahnaz dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

14. Seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Khususnya kelas Reguler B stambuk 2014 yang telah menjadi teman-teman yang baik selama beberapa tahun kita bersama.
15. Semua pihak yang telah membantu penulis untuk menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.
16. Semoga Allah SWT Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang selalu memberikan rahmat dan membalas segala kebaikan yang Bapak/Ibu, saudara/saudari dan rekan-rekan berikan. Amin.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dalam beberapa hal. Semoga penulisan skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya.

Atas semua perhatiannya peneliti ucapkan terimakasih.

Medan, 26 Februari 2022

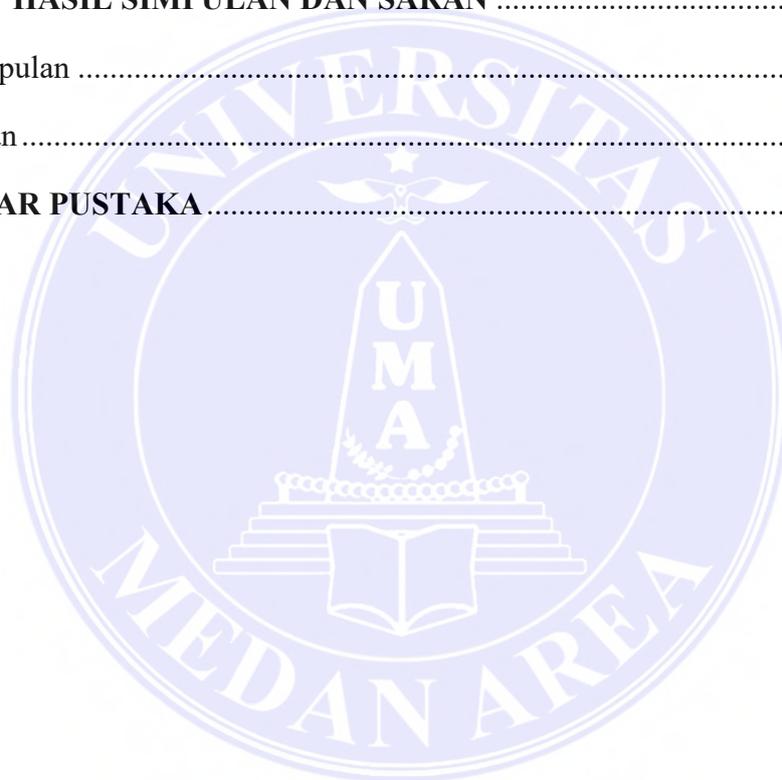
Syahnaz Fildzah  
14.860.0134

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAH</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	9
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah .....	10
E. Tujuan Penelitian .....	11
F. Manfaat Penelitian .....	11
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>12</b>
A. Remaja.....	12
1. Defenisi Remaja .....	12
2. Tahap Perkembangan Masa Remaja .....	13
3. Tugas-Tugas Perkembangan Masa Remaja .....	15
4. Ciri-Ciri Masa Remaja .....	17
B. Kepercayaan Diri.....	21
1. Defenisi Kepercayan Diri.....	21

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri .....	23
3. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	26
4. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri.....	29
C. <i>Body Image</i> .....	32
1. Defenisi <i>Body Image</i> .....	32
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i> .....	34
3. Aspek-Aspek <i>Body Image</i> .....	35
D. Hubungan Kepercayaan Diri Dengan <i>Body Image</i> Pada Remaja .....	39
E. Kerangka Konseptual.....	41
F. Hipotesis Penelitian .....	41
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	42
A. Tipe Dan Desain Penelitian.....	42
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	43
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	43
D. Responden Penelitian .....	45
1. Populasi .....	45
2. Sampel Dan Teknik Pengambilan Sampel.....	45
E. Metode Pengumpulan Data .....	46
F. Validitas Dan Reliabilitas .....	49
G. Analisis Data .....	52
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	53
A. Orientasi Kanchah Penelitian .....	53
B. Persiapan Penelitian.....	57
C. Pelaksanaan Penelitian .....	59
D. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	60
1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> .....	60

2.Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri.....	62
E. Uji Asumsi.....	63
1.Uji Normalitas.....	63
2.Uji Linieritas.....	64
F. Pengujian Hipotesis.....	65
G. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik.....	66
H. Pembahasan.....	68
<b>BAB V HASIL SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>73</b>
A. Simpulan.....	73
B. Saran.....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>75</b>

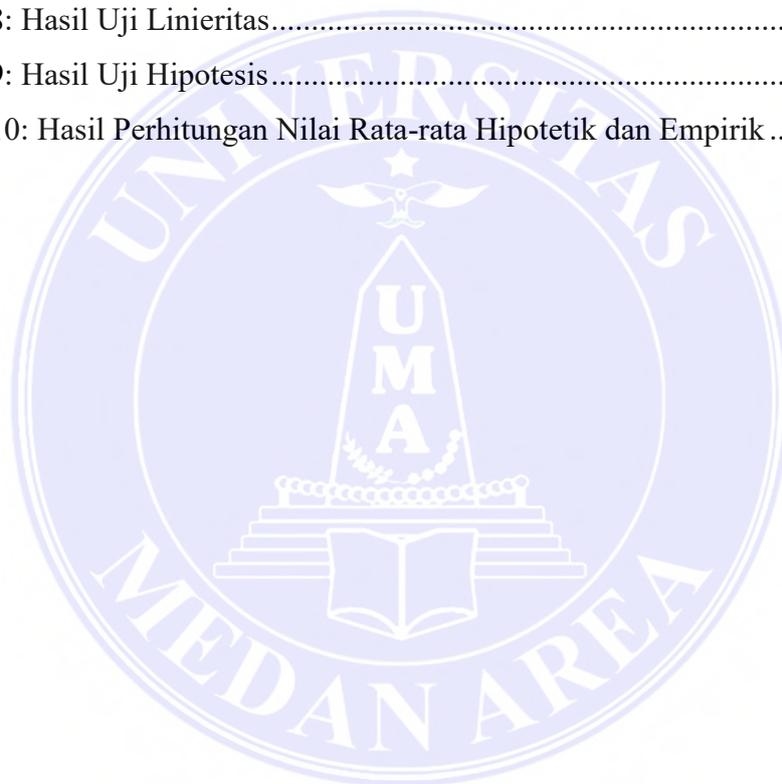


## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A .....	78
1. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Body Image.....	78
LAMPIRAN B .....	84
1. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri .....	84
LAMPIRAN C .....	91
1. Uji Normalitas .....	91
LAMPIRAN D .....	94
1. Uji Linieritas .....	94
LAMPIRAN E .....	98
1. Uji Korelasi .....	98
LAMPIRAN F.....	101
1. Skala Body Image .....	101
LAMPIRAN G.....	105
1. Skala Kepercayaan Diri.....	105
LAMPIRAN F.....	110
Surat Penelitian .....	110

## DAFTAR TABEL

Tabel 1: <i>Blue Print</i> Skala Kepercayaan Diri.....	47
Tabel 2: <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Image</i> .....	49
Tabel 3: Uji Validitas Aitem Skala <i>Body Image</i> .....	60
Tabel 4: Uji Reliabilitas Aitem Skala <i>Body Image</i> .....	61
Tabel 5: Uji Validitas Aitem Skala Kepercayaan Diri.....	62
Tabel 6: Uji Reliabilitas Aitem Skala Kepercayaan Diri.....	63
Tabel 7: Hasil Uji Normalitas .....	63
Tabel 8: Hasil Uji Linieritas.....	64
Tabel 9: Hasil Uji Hipotesis.....	65
Tabel 10: Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik .....	67



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Sepanjang rentang kehidupannya, manusia selalu mengalami perubahan-perubahan. Perubahan ini bisa dalam bentuk fisik maupun psikologis mulai dari yang disadari hingga tidak disadari dan dari yang menyenangkan hingga tidak menyenangkan. Demikian juga yang dialami pada saat masa remaja. Seperti kita ketahui, masa remaja adalah masa yang paling indah, masa yang paling menyedihkan, masa yang paling ingin dikenang, sekaligus masa yang paling ingin dilupakan. Semua itu terjadi karena remaja memiliki tugas-tugas perkembangan yang pastinya akan menyebabkan perubahan-perubahan baik fisik maupun psikologis, dan seiring terjadinya perubahan maka permasalahan pun ikut muncul.

Masa remaja merupakan suatu periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2007). Menurut Monks, Knoers, dan Haditono (2002) mahasiswa termasuk dalam masa remaja akhir (18-21 tahun), dimana masa ini sudah terjadi perubahan fisik, penambahan tinggi dan berat badan yang dramatis, perubahan bentuk tubuh, dan perkembangan karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang dan kumis. Terkait dengan perubahan fisik yang terjadi, para remaja harus dapat menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif (Santrock, 2003). Dalam kehidupan sosial, bentuk tubuh juga menjadi representasi diri yang pertama kali dilihat. Hal ini menyebabkan orang ingin memiliki tubuh yang ideal (Breakey, dalam Andea, 2010).

Remaja merupakan aset negara yang sangat penting sebagai sumber daya manusia bagi keberhasilan pembangunan bangsa. Tahap umur yang berada pada usia 11-20 tahun dimana datang setelah tahap masa kanak-kanak berakhir, ditandai dengan timbulnya masa pubertas yang menyebabkan pertumbuhan dan perubahan fisik yang cepat akibat pengaruh hormonal. Pada masa remaja terjadi perubahan tinggi badan dan berat badan biasanya mengalami peningkatan. Peningkatan tinggi badan mencapai 05-20 cm dan berat badan meningkat 7-27,5 kg (Potter dan Perry, 2005). Perubahan fisik ini menjadi perhatian yang besar pada remaja karena penampilan bentuk tubuh adalah standar wajib yang akan dilihat oleh orang lain.

Fase pertumbuhan dan perkembangan pada tubuh manusia sebenarnya di mulai dari usia remaja awal hingga remaja akhir. Kebanyakan individu menganggap dirinya telah menyelesaikan perkembangan fisik pada masa remaja mereka, namun faktanya bahwa tubuh terus mengalami perubahan sampai mati, sehingga wanita yang mengalami ketidakpuasan pada penampilan fisiknya akan menghabiskan banyak waktu dan pikiran untuk memperbaiki penampilan mereka (Hurlock, 2003).

Setiap remaja pasti menginginkan penampilan yang menarik agar bisa lebih percaya diri untuk berhadapan dengan oranglain. Ketika remaja yang tidak memiliki rasa percaya diri terhadap penampilannya sendiri maka remaja tersebut akan kesulitan untuk menghadapi kenyataan yang ada. Dalam perkembangan sosial, pandangan remaja terhadap masyarakat dan kehidupan bersama dalam masyarakat banyak dipengaruhi oleh kuat tidaknya pribadi, citra diri dan rasa percaya diri. Hal ini terlihat pada banyaknya kasus yang terjadi, diantaranya

banyak remaja yang krisis kepercayaan diri, baik dalam diri sendiri maupun lingkungan masyarakat.

Dengan demikian remaja pun memperlihatkan dengan memberikan perhatian yang lebih terhadap masalah kulit, berat tubuh, tinggi badan yang ideal dan tentu saja ingin memiliki bentuk tubuh yang ideal seperti bentuk tubuh yang profesional. Untuk merubah penampilannya itu remaja rela menghabiskan waktunya berjam-jam untuk mengubah penampilannya, hanya untuk merubah bentuk tubuhnya supaya dilihat menjadi lebih menarik baik dari sudut pandangan remaja itu sendiri maupun dari pandangan oranglain atau sosial.

Biasanya remaja memiliki anggapan-anggapan bahwa seseorang yang memiliki penampilan menarik bisa dengan mudah bergaul dan memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan lebih mudah membangun hubungan dengan lawan jenis. Sebaliknya remaja beranggapan seseorang yang kurang menarik sering kali menerima perlakuan yang tidak menyenangkan dan susah dalam pergaulan dan interpersonal lawan jenis.

Merubah penampilan yang biasanya dilakukan oleh remaja berawal dari rasa ingin diakui dan mencari perhatian. Remaja yang memiliki rasa percaya diri tinggi pasti akan merasa senang jika diakui oleh teman maupun oranglain bahwa penampilan dan bentuk tubuh mereka sangat baik. Seperti yang terlihat pada remaja saat ini, banyak remaja yang memikirkan tentang *body image* mereka sehingga remaja tersebut akan merubah penampilan sesuai keinginannya. Hampir setiap remaja berlomba-lomba untuk menunjukkan bentuk tubuh yang indah kepada teman atau oranglain agar mendapatkan kepuasan serta memberikan rasa percaya diri.

Beberapa kejadian yang terjadi terhadap remaja yang mendapatkan penilaian buruk tentang tubuhnya, mereka menjadi terobsesi untuk merubah penampilan dengan melakukan banyak cara ekstrem seperti diet yang tidak sehat sehingga membuat remaja tersebut kesakitan hingga meninggal dunia. Mengapa perempuan kerap memperhatikan penampilan fisiknya, salah satu faktornya karena sebagian perempuan sering kali diminta oleh orangtua, teman, atau orang di sekitarnya untuk memperhatikan penampilannya. Pada akhirnya keinginan tampil dengan tubuh yang sempurna menjadi sebuah persoalan yang disebut gangguan *body image*.

Hasil penelitian Farida (dalam Ifdil dkk, 2017) menunjukkan bahwa kepercayaan diri remaja 75% berada pada kategori rendah. Selanjutnya, penelitian oleh Adiasih (2015) menunjukkan 37,1% berada pada kategori sedang. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terlihat kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang bahkan tergolong rendah. Rendahnya kepercayaan diri pada wanita disebabkan oleh beberapa faktor. Santrock (2003) menjelaskan salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Mayoritas anak muda lebih banyak memerhatikan penampilan mereka dibanding aspek lain dalam diri mereka, dan banyak di antara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin.

Banyak orang berpikir bahwa citra tubuh mengenai penampilan hanya berlaku bagi remaja perempuan dan perempuan dewasa, namun saat ini banyak juga pria yang memikirkan bagaimana citra dirinya di hadapan banyak orang, masih banyak pria yang mengalami kegelisahan mengenai penampilan mereka.

Dengan memperhatikan penampilan akan membuat laki-laki merasa percaya diri, dan bahkan merasa telah memenuhi kriteria sebagai sosok laki-laki maskulin. Itulah kenapa sebagian laki-laki memilih untuk menjaga penampilan fisik dengan badan yang *sixpack*, berotot, dan dibalut dengan pakaian, *gadget* serta kendaraan dengan *merk* terkenal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh *Dr Phillipa Diedrichs*, pria juga merasa khawatir akan bentuk tubuhnya yang tidak sesuai dengan standar yang ideal. Standar ideal bentuk tubuh pria dapat dilihat dari berbagai ukuran tubuh yaitu pada bagian dada Menurut *body builder* profesional, *Steeve Reeves*, ukuran dada yang ideal adalah dua kali ukuran lingkar paha, dan tiap paha sebaiknya 1,75 kali lebih besar dari lutut pada sisi kaki tersebut. Bentuk dan ukuran bahu juga akan memengaruhi bentuk tubuh dari seorang pria. Pada bahu, terdapat banyak otot yang membentuk tubuh pria agar terlihat bidang dan lebar. Pada ukuran pinggang, ukuran lingkar pinggang yang ideal dan sehat bagi pria adalah kurang dari 94 cm. Lingkar panggul, idealnya panggul pria lebih kecil dibandingkan wanita. Bahkan dalam sebuah penelitian menunjukkan apabila pria yang disukai oleh banyak wanita adalah pria yang ukuran lingkar pinggulnya sama dengan lingkar panggul. Artinya, tidak jauh berbeda. Ukuran tinggi badan rata-rata pria memiliki tubuh yang lebih tinggi dari pada kebanyakan wanita meskipun hal tersebut tidak selalu (*Hello Health Group Pte. Ltd.* 2019). Penelitian yang dilakukan kepada 394 orang di Inggris mengungkapkan bahwa pria memiliki tingkat kecemasan yang tinggi terhadap tubuh mereka, dengan rasa cemas yang mereka miliki, membuat mereka melakukan latihan, diet ketat, dan mengkonsumsi obat untuk bisa mendapatkan badan yang lebih ideal. Bagian tubuh yang menjadi

perhatian mereka adalah, lingkaran perut, lengan dan dada yang kurang berotot, serta kebotakan (Female Kompas).

Banyak laki-laki cenderung ingin merubah berat badan dengan cara menaikkan atau menurunkan berat badan, karena fokus pada penampilan laki-laki biasanya mengarah pada tubuh berotot dan berisi, berbeda dengan perempuan yang fokus pada penurunan berat badan agar terlihat lebih ramping dan ideal. Bagi para pria sendiri bentuk tubuh yang ideal adalah bentuk tubuh yang mesomorfik (bentuk huruf V), dengan bahu lebar, dada bidang, tubuh bagian atas berotot, tapi dengan perut yang datar dan pinggang kecil. Masalah bobot tubuh yang tidak ideal ini menjadi salah satu kekhawatiran yang paling sering dibicarakan, dilanjutkan dengan masalah otot yang berada di urutan kedua. Dengan penampilan tersebut laki-laki akan merasa lebih percaya diri karena penampilannya sesuai dengan penilaian tubuh ideal di masyarakat.

Penampilan fisik laki-laki sering dikaitkan dengan maskulinitas. Maskulinitas yang digambarkan pada umumnya ialah citra laki-laki dengan sosok yang kuat, tangguh, gagah, *macho*, berani, berpikir, berperilaku, merasakan, dan label khas lainnya yang menggambarkan ciri maskulin, atau yang biasa disebut "*cowok banget*". Laki-laki yang memperhatikan penampilan fisik bukan lah suatu masalah. Akan tetapi, jika penampilan fisik dijadikan satu-satunya acuan agar memenuhi "standar" maskulinitas, hal tersebut dapat memicu terciptanya *body image* yang tidak sesuai dengan kondisi diri sebenarnya.

Dari sebuah survei, sekitar 20-40% laki-laki mengalami gangguan *body image*, karena tidak puas dengan keadaan tubuhnya saat ini. Penelitian tersebut juga menunjukkan fakta sekitar 55% laki-laki, biasanya melakukan latihan angkat

beban untuk membentuk badannya dan melakukan diet ketat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dr. Alison Field di salah satu rumah sakit di Boston, menemukan bahwa laki-laki berusia 15-21 tahun merasa minder akan tubuhnya sendiri, sebanyak 9,2% laki-laki lebih peduli pada otot-ototnya, 2,5% laki-laki khawatir tentang berat badannya, dan 6,3% terkait dengan keduanya (Khaira, 2018).

Dalam sebuah survei tahun 1989, terhadap 1000 laki-laki berusia 18 hingga 60 tahun yang dilakukan Ruth Striegel, PhD, profesor di Wesleyan University, Middletown, Connecticut, menemukan bahwa 63% laki-laki percaya bahwa tampil menarik sangat penting dibanding 29% yang mengatakan hal serupa pada survey serupa di tahun 1973, dapat dikatakan selama 16 tahun terakhir persentase laki-laki yang mengatakan bahwa tampil menarik merupakan hal yang penting meningkat sebanyak 34%. Dalam survey Dr. Phillipa juga didapatkan hasil bahwa 58,6% pria mengatakan bentuk tubuh yang tidak ideal mempengaruhi diri mereka secara negatif.

Berdasarkan fenomena diatas dapat disimpulkan bahwa remaja ingin selalu mendapatkan respon balik yang baik sehingga membuat remaja tersebut bisa dengan mudah menjalani aktifitas dan lebih percaya diri terhadap dirinya sendiri. Ejekan yang diberi kepada remaja tentang bentuk tubuh mereka dapat membuat remaja menjadi terobsesi dan juga menjadi sedih sehingga nekat melakukan hal-hal yang tidak seharusnya dilakukan oleh remaja itu sendiri.

Berikut ini adalah hasil kutipan wawancara singkat pada salah satu remaja di Jurusan Psikologi Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang:

*“Saya kak kurang puas dengan keadaan tubuh saya, kalau makan banyak secara saya gak sadar selama beberapa hari saya ngerasa badan saya*

*berat gak kaya biasa nya, pasti ini naik berat badan saya perut saya keliatan buncit, kalau ketemu kawan-kawan satu tongkrongan atau ketemu kawan-kawan di kampus saya ngerasa beda, kawan-kawan saya badan nya bisa dibilang kaya cowo banget gitu lah, makanya saya kurang pede. Jadi saya kak udah sering nge gym supaya badan saya sixpack trus berotot juga, jadi kalau pakai baju yang agak kecil gitu keliatan bagus.”(Wawancara,12 Januari 2021).*

Hasil wawancara di atas menggambarkan pria ini mempunyai *body image* yang negatif yang membuat ketidakpercayaan diri terhadap dirinya. Yang menilai kalau makan berlebihan akan mengalami kenaikan berat badan. Dapat menimbulkan ketidakpercayaan diri ketika bertemu dengan orang di sekitar karena beranggapan bahwa badan nya tidak ideal. *Honigman dan Castle* (cit. Melliana, 2006).

Berikut ini adalah hasil kutipan wawancara singkat pada salah satu remaja di Jurusan Psikologi Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang:

*“Saya ga pede kak dengan tubuh saya, saya ngerasa tubuh saya ga ideal, berasa gendut gitu padahal kawan-kawan saya bilang tubuh saya biasa aja, tapi menurut saya mereka hanya ingin buat saya tenang, kan saya yang ngerasain perubahan badan saya kak. Lengan saya besar, paha saya besar jadi saya lama kalau milih baju untuk keluar rumah. Saya kak kalau udah pakai baju atau celana yang ga sesuai kalau keluar rumah saya bisa badmood seharian kak, karna apa yang dipakai berasa ada yang aneh aja. Orang-orang yang ngeliat saya juga kayanya bakal risih dengan saya nya yang ga pede.” ( Wawancara, 14 Januari 2021).*

Hasil wawancara diatas, terlihat remaja tersebut kurang percaya diri terhadap bentuk tubuhnya sehingga sulit menentukan pakaian yang sesuai untuk dikenakan ketika berhadapan dengan orang disekeliling. Dia berfikir bahwa orang lain akan menilai buruk mengenai bentuk tubuhnya, dia menganggap bahwa bentuk tubuhnya tidak ideal. Menurut Rice (dalam Annastasia Melliana, 2006) citra tubuh atau *body image* adalah pengalaman individual tentang tubuhnya, suatu gambaran mental seseorang yang mencakup pikiran, persepsi, perasaan,

emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran, dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat, dan hal tersebut dari interaksi sosial seseorang sepanjang waktu dalam lingkungannya, yang berubah sepanjang kehidupan dalam responnya terhadap umpan balik (feedback) dari lingkungan.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Remaja di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Dalam penelitian ini, peneliti ingin meneliti tentang hubungan *body image* dengan kepercayaan diri remaja di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang Jurusan Psikologi. Individu pada dasarnya memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkannya termasuk bentuk tubuh ideal seperti apa yang ingin dimilikinya. Seseorang akan percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan orang tersebut merasa puas melihat bentuk tubuhnya, maka *body image* yang terbentuk pun menjadi positif. Sebaliknya, jika seseorang memandang tubuhnya tidak ideal seperti merasa wajahnya kurang menarik, badannya terlalu gemuk atau terlalu kurus sehingga merasa penampilannya kurang menarik dan sebagainya, maka orang tersebut menjadi sibuk memikirkan kondisi fisiknya, sehingga *body image* yang terbentuk menjadi negatif.

Hal ini terlihat pada mahasiswa Psikologi Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang bahwa mereka sangat memperhatikan penampilan dan bentuk tubuh agar terlihat menarik. Mereka akan melakukan segala cara untuk

membentuk tubuhnya dengan cara mengatur pola makan dan juga berolahraga untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal agar bisa membentuk kepercayaan diri terhadap dirinya ketika berada dan berhadapan dengan lingkungan dan orang disekitar. Mereka membuat persepsi tentang pikiran orang lain akan bentuk tubuhnya bahwa orang memandang negatif penampilannya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Remaja di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang”.

### **C. Batasan Masalah**

Masalah penelitian perlu dibatasi agar penelitian menjadi lebih terfokus dan diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan lebih efektif dan efisien. Agar penelitian ini berjalan dengan sempurna peneliti membatasi masalah yang akan diteliti. Adapun batasan penelitian terkait mengenai hubungan *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang dan penulis hanya membatasi masalah penelitian pada remaja yang berumur 19 tahun ke atas.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang?”

## E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang.

## F. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan dan untuk menambah referensi dalam bidang ilmu pengetahuan, khususnya dalam kajian ilmu Psikologi Perkembangan dan Sosial yang menyangkut masalah hubungan *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa psikologi di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang.

### 2. Manfaat Praktis

Untuk memberikan informasi dan referensi terhadap remaja dan pihak-pihak yang tertarik dengan permasalahan remaja, khususnya mengenai hubungan *body image* dengan kepercayaan diripada mahasiswa psikologi di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Remaja

##### 1. Defenisi Remaja

Remaja merupakan fase pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi setelah masa kanak-kanak. Fase remaja dibagi menjadi 2 tahapan yaitu remaja awal dan remaja akhir (Hurlock, 2004). Masa remaja awal (sekitar usia 11- 14 tahun) merupakan masa transisi keluar dari masa kanak-kanak (Papalia dkk, 2008). Papalia, dkk (2008) mengatakan bahwa periode ini merupakan periode yang amat beresiko, sebagian anak muda kesulitan menangani begitu banyak perubahan yang terjadi dalam satu waktu dan mungkin membutuhkan bantuan untuk menghadapinya.

Selain itu, Santrock (2007) menjelaskan masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 hingga 22 tahun. Individu yang tergolong remaja akhir cenderung berada dalam keadaan labil dan emosional karena mengalami banyak perubahan-perubahan yang berlangsung cepat. Steinberg (dalam Indri, 2008) mengemukakan remaja pada usia 15-18 tahun mengalami banyak perubahan secara kognitif, emosional, dan sosial, berpikir lebih kompleks, secara emosional lebih sensitif, serta sering menghabiskan waktu bersama dengan teman-temannya. Pada masa remaja ini juga terjadi berbagai perubahan baik perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial. Hal ini relevan dengan pendapat Santrock (2007) yang menyatakan pada masa remaja terjadi proses peralihan perkembangan yang melibatkan perubahan-perubahan dalam diri individu, seperti perubahan biologis, sosio-emosional, dan kognitif.

Selain itu, remaja juga berada pada masa yang bergejolak dan berisi konflik serta perubahan suasana hati (Taufik. T., & Ifdil. I. 2013).

Menurut Youngblade dkk (dalam Papalia & Feldman, 2014) masa remaja menawarkan banyak kesempatan untuk pertumbuhan fisik, kognitif dan emosional, otonomi, harga diri dan intimasi. Remaja yang memiliki hubungan dengan keluarga, sekolah maupun komunitasnya cenderung berkembang dengan cara yang positif dan sehat. Masa remaja disebut juga masa pemberontakan yang meliputi kekacauan emosi, konflik dengan keluarga, bentuk menghindari dari kelompok sosial, perilaku yang sembrono dan menolak nilai-nilai kedewasaan. Perilaku remaja juga dapat dilihat dari kehidupan keluarganya. Remaja yang hidup di keluarga yang penuh dengan pemberontakan cenderung mengalami kesulitan, sedangkan remaja yang berasal dari keluarga yang positif dapat membantu dalam penyesuaian diri remaja (Offer, Kaiz, Ostrov & Albert dalam Papalia & Feldman, 2014).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa remaja mempunyai dua fase yaitu remaja awal dan remaja akhir, yang dimulai pada usia 11 tahun dan diakhiri pada usia 22 tahun. Masa ini merupakan masa dimana remaja mengalami berbagai perubahan baik perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial. remaja juga berada pada masa yang bergejolak dan berisi konflik serta perubahan suasana hati.

## 2. Tahap Perkembangan Masa Remaja

Menurut Sarwono (2011) ada 3 tahap perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, yaitu :

a. Remaja awal (*early adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebih-lebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap “ego” menyebabkan para remaja awal ini sulit mengerti dan dimengerti orang dewasa.

b. Remaja madya (*middle adolescence*)

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “*narcistic*”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang punya sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari *Oedipus Complex* (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungan dengan kawan-kawan dari lain jenis.

c. Remaja akhir (*late adolescence*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru. Terbentuk identitas seksual

yang tidak akan berubah lagi. Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.

Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 2012), tugas perkembangan remaja meliputi:

- a. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakannya secara efektif
- b. Menerima peranan sosial jenis kelamin sebagai pria dan wanita
- c. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya
- f. Memilih dan mempersiapkan karier (pekerjaan)
- g. Mempersiapkan pernikahan dan hidup berkeluarga
- h. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai petunjuk/pembimbing dalam bertindak.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pembagian fase remaja terdiri dari tiga tahap yaitu remaja awal, remaja pertengahan dan remaja akhir.

### 3. Tugas-Tugas Perkembangan Masa Remaja

Menurut William Kay (dalam Jahja 2011), mengemukakan tugas-tugas perkembangan masa remaja sebagai berikut:

- a. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.

- b. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
- c. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individual maupun kelompok.
- d. Menemukan manusia model yang dijadikan identitas pribadinya.
- e. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
- f. Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup (*weltanschauung*).
- g. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

Menurut Hurlock (dalam Ali, & Asrori, 2015) mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja adalah:

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mencapai kemandirian ekonomi.
- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- g. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua.

- h. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- i. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan.
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

Berdasarkan kesimpulan di atas, tugas-tugas perkembangan remaja sangat banyak salah satunya ialah, menerima keadaan fisik, mencapai kemandirian emosional, memperkuat *selfcontrol*, mendapatkan pandangan kehidupan sendiri, dan sebagainya.

#### 4.Ciri-Ciri Masa Remaja

Sebagaimana halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai karakteristik atau ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut secara singkat dikemukakan oleh Hurlock (2003) sebagai berikut :

- a. Masa Remaja sebagai Masa Peralihan

Suatu peralihan tidak terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, akan tetapi lebih merupakan sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Hal ini berarti bahwa apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan waktu yang akan datang, yang mempengaruhi pola perilaku dan sikap baru. Osterrieth (dalam Hurlock,2003) lebih lanjut mengatakan bahwa struktur psikis anak remaja berasal dari masa kanak-kanak, dan banyak ciri yang umumnya dianggap sebagai ciri yang khas

remaja sudah ada pada akhir masa kanak-kanak. Perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja mempengaruhi tingkat perilaku individu. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidak jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Dalam situasi seperti pada masa ini akan memberi keuntungan bagi remaja, karena status memberi waktu padanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

b. Masa Remaja sebagai Masa Perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung dengan pesat. Ada empat perubahan yang sama yang hampir bersifat universal, yakni: *pertama*, meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologi yang terjadi. Perubahan informasinya biasanya berlangsung lebih cepat selama awal masa remaja, maka meningginya emosi lebih menonjol pada masa awal periode akhir masa remaja, *Kedua*, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk diperankan, menimbulkan masalah baru. Bagi remaja muda masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan sulit diselesaikan dibandingkan dengan masalah sebelumnya. Remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri dapat menyelesaikannya menurut kepuasannya, *Ketiga*, dengan berubahnya minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah. Sesuatu yang pada masa

kanak-kanak dianggap penting, sekarang setelah hampir dewasa tidak penting lagi. (dalam Hurlock, 2003). Misalnya, sebagian remaja tidak lagi menganggap bahwa banyaknya teman merupakan merupakan petunjuk popularitas yang lebih penting daripada sifat-sifat yang dikagumi dan dihargai oleh teman-teman sebaya. Sekarang mereka mengerti bahwa bahwa kualitas lebih penting dari kuantitas, *Keempat*, sebagian besar remaja bersifat ambivalen terhadap setiap perubahan. mereka menginginkan dan menuntut kebebasan, tetap mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi tanggung jawab tersebut. (dalam Hurlock, 2003).

c. Masa Remaja sebagai Usia Bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, akan tetapi masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Terdapat dua alasan bagi kehidupan tersebut. *Pertama*, sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian besar diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. *Kedua* karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru.

d. Masa Remaja sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai, namun sayang banyak diantaranya yang bersifat negatif (Majeres, dalam Hurlock, 2003). Anggapan *stereotip* budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapih, yang tidak dapat di percaya cenderung merusak

dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal. *Stereotip* cukup dikenal juga mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri. Berkaitan dengan masalah *stereotip* budaya remaja, Antony menjelaskan bahwa, “*stereotip* juga berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat bagi remaja, yang menggambarkan citra diri remaja sendiri yang lambat laun dianggap sebagai gambaran yang asli dan remaja membentuk perilakunya sesuai dengan gambaran ini”. Menerima *stereotip* ini dan adanya keyakinan bahwa orang dewasa mempunyai pandangan buruk terhadap remaja, membuat peralihan mereka ke masa dewasa menjadi sulit. (dalam Hurlock, 2003). Hal ini menimbulkan banyak pertentangan dengan orang tua, dan antara orang dengan anak terjadi jarak yang menghalangi anak untuk meminta bantuan orang tua untuk mengatasi masalahnya.

e. Masa Remaja sebagai Masa yang Tidak Realistis

Remaja cenderung memandang kehidupan sesuai dengan keinginannya. Remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terutama dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistis bukan hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga berlaku untuk keluarga dan teman-temannya, yang menyebabkan meningginya emosi sebagai ciri awal masa remaja. Semakin tidak realistis cita-citanya menjadi marah. Remaja akan sakithati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya, atau apabila tujuan yang ditetapkannya tidak

tercapai. Dengan bertambahnya pengalaman pribadi dan pengalaman sosial, dan meningkatnya kemampuan untuk berpikir rasional, remaja yang lebih besar memandang diri sendiri, keluarga, teman-teman dan kehidupan pada umumnya secara realistis.

f. Masa Remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan *stereotip* belasan tahun, untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Namun berpakaian dan berperilaku seperti orang dewasa ternyata belum cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, mengkonsumsi narkoba, dan melakukan perbuatan seks. Remaja menganggap bahwa perilaku tersebut akan memberikan citra sesuai yang mereka inginkan.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas dapat disimpulkan, remaja memiliki karakteristik atau ciri-ciri tertentu, seperti masa peralihan, masa perubahan, usia bermasalah, usia yang menimbulkan ketakutan, masa yang tidak realistis, dan ambang masa dewasa.

## **B. Kepercayaan Diri**

### **1. Defenisi Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri dalam bahasa Inggris disebut juga *self confidence*. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, percaya diri merupakan percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri (Depdikbud, 2008). Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan

kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Ghufron dan Risnawati, 2010).

*Lauster* (2002), menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan untuk berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya.

Percaya diri adalah modal dasar seorang manusia dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Seseorang mempunyai kebutuhan untuk kebebasan berfikir dan berperasaan sehingga seseorang yang mempunyai kebebasan berfikir dan berperasaan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri. Salah satu langkah pertama dan utama dalam membangun rasa percaya diri dengan memahami dan meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing. Kelebihan yang ada didalam diri seseorang harus dikembangkan dan dimanfaatkan agar menjadi produktif dan berguna bagi orang lain (Hakim, 2002).

Seseorang yang percaya diri dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangan dengan baik, merasa berharga, mempunyai keberanian, dan kemampuan untuk meningkatkan prestasinya, mempertimbangkan berbagai pilihan, serta membuat keputusan sendiri merupakan perilaku yang mencerminkan percaya diri (*Lie*, 2003).

Menurut *Maslow* (*Alwisol*, 2012) Orang yang mempunyai kepercayaan diri akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa percaya diri merupakan percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak. Seseorang mempunyai kebutuhan untuk kebebasan berfikir dan berperasaan sehingga seseorang yang mempunyai kebebasan berfikir dan berperasaan akan tumbuh menjadi manusia dengan rasa percaya diri.

## **2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri**

Menurut Hurlock (2003), menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri ialah:

### **a. Orang tua**

Orang tua berpengaruh sangat kuat untuk membina, dan menumbuhkan rasapercaya diri terhadap anak dan perkembangan anak. Orangtua juga berpengaruh dalam mengembangkan kepercayaan diri pada anak dilingkungan sekitarnya.

b. Rasa aman

Rasa aman diterima dari rumah dan orang-orang yang ada disekitarnya. Jika rasa aman sudah terbentuk maka individu akan melangkah keluar dengan penuh rasa percaya diri.

c. Kesuksesan

Kesuksesan yang dirasa dengan tingkat kesulitan yang lebih besar akan memupuk rasa percaya diri yang tinggi daripada kesuksesan yang diperoleh dengan usaha sedikit.

d. Penampilan Fisik

Individu yang memiliki daya tarik merasakan sikap sosial yang menguntungkan dengan hal-hal ini akan mempengaruhi konsep diri sehingga akan lebih percaya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya adalah penampilan fisik. Penampilan fisik sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya. Gambaran dan persepsi inilah yang disebut *body image*. Bahwa *body image* adalah gambaran mengenai tubuh yang terbentuk dalam pikiran seseorang, atau dengan kata lain gambaran tubuh menurut dirinya sendiri.

Menurut Lauster (2002), kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya :

1. Kondisi fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri, Anchok (dalam Anthony, 2002) mengatakan penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan kepercayaan diri seseorang.

Perubahan pada kondisi fisik seseorang yang tidak sesuai dengan yang diharapkan inilah yang akan menimbulkan sebuah persepsi dan gambaran pada penampilan fisik. penampilan fisik ini sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi individu terhadap kondisi fisik dan bentuk tubuhnya seperti: wajah, perut, pinggang, betis, bahu, lengan tangannya dan lain sebagainya. Citra tubuh adalah gambaran dan persepsi individu pada tubuhnya.

#### 2. Cita-cita

Seseorang yang bercita-cita normal akan memiliki kepercayaan diri karena tidak perlu untuk menutupi kekurangannya pada diri sendiri dengan cita-cita yang berlebihan.

#### 3. Sikap hati-hati

Seseorang yang percaya diri tidaklah bersikap hati-hati secara berlebihan. Dengan percaya diri seseorang memiliki keyakinan dan dengan hati-hati, dirinya sendiri tidak langsung melihat dirinya sedang mempersoalkannya.

#### 4. Pengalaman hidup

Lauster (2002), mengatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan adalah paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Apalagi jika pada dasarnya individu memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor kepercayaan diri antara lain, orang tua, rasa aman, kesuksesan, penampilan atau kondisi fisik, cita-cita, sikap hati-hati dan pengalaman hidup.

### 3. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Ada beberapa aspek dari kepercayaan diri seperti yang diungkapkan oleh Lauster (2002), adalah sebagai berikut:

1. Percaya pada kemampuan diri

Kepercayaan diri diartikan sebagai suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan. Selanjutnya kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya, sehingga individu mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya. Contohnya seorang individu harus yakin dapat meraih keberhasilan dengan usaha dan kerja kerasnya.

2. Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya. Contohnya seorang individu yang selalu yakin akan kemampuan tubuh yang dimilikinya.

3. Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. contohnya seorang individu yang dapat menyelesaikan masalah tidak hanya melihat dari sudut pandang dirinya saja namun lebih menyeluruh.

#### 4. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. Contohnya seorang individu yang berani menanggung segala sesuatu yang telah menjadi resiko atau konsekuensinya yang telah disepakati.

#### 5. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap sesuatu masalah, sesuatu hal dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan. Contohnya seorang individu yang dapat menyelesaikan masalahnya dengan penjelasan yang masuk akal dan tidak hanya memandang permasalahan tersebut dari sudut pandang individu tersebut akan tetapi lebih menyeluruh.

De Angelis (2002), mengemukakan bahwa kepercayaan diri mencakup 3 aspek, yaitu :

##### a. Aspek Tingkah Laku

Aspek tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas mulai dari yang paling sederhana hingga tugas-tugas yang rumit untuk meraih sesuatu. Dalam aspek tingkah laku ini terdapat 4 ciri penting, yaitu :

1. Keyakinan atas kemampuan diri sendiri untuk melaksanakan sesuatu.
2. Keyakinan atas kemampuan untuk menindak lanjuti segala prakarsa pribadi secara konsekuen.
3. Keyakinan atas kemampuan sendiri untuk menanggulangi segala kendala.

4. Keyakinan atas kemampuan untuk memperoleh dukungan.

b. Aspek Emosi

Aspek emosi merupakan aspek kepercayaan diri yang berkenaan dengan keyakinan dan kemampuan untuk menguasai segenap sisi emosi. Aspek ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

1. Keyakinan terhadap kemampuan untuk mengetahui perasaan sendiri.
2. Keyakinan terhadap kemampuan untuk mengungkapkan perasaan.
3. Keyakinan terhadap kemampuan untuk menyatakan diri dengan kehidupan.
4. Orang lain dalam pergaulan yang positif dan penuh pengertian.
5. Keyakinan terhadap kemampuan untuk mengetahui manfaat apa yang dapat diberikan kepada orang lain.

c. Aspek Spiritual

Aspek spiritual yaitu aspek kepercayaan diri yang berupa keyakinan kepada takdir dan Tuhan semesta alam serta keyakinan bahwa hidup memiliki tujuan yang positif. Aspek spiritual memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

1. Keyakinan bahwa alam semesta adalah suatu materi yang terus berubah dari setiap perubahan yang terjadi merupakan bagian dari suatu perubahan yang lebih besar.
2. Kepercayaan atas adanya kodrat alami, sehingga segala yang terjadi merupakan hal yang wajar.
3. Keyakinan pada diri sendiri dan adanya Tuhan yang Maha Esa dan Maha Tahu atas apapun ungkapan rohani manusia kepada-Nya.

Ketiga aspek inilah yang mencerminkan kepercayaan diri pada setiap individu. Sehingga kepercayaan diri dikatakan sempurna dalam bentuk positif apabila ketiga aspek tersebut dimiliki oleh setiap individu secara keseluruhan.

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri antara lain, tingkah laku, emosi, spiritual, keyakinan akan kemampuan diri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, berani mengungkapkan pendapat, rasional dan realistis.

#### 4. Ciri-ciri Kepercayaan diri

Hakim (2002) menjelaskan ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi yaitu:

1. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.
2. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
3. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
4. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
5. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya.
6. Memiliki kecerdasan yang cukup.
7. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.
8. Memiliki keterampilan atau keahlian lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing.
9. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
10. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.
11. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.

12. Selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup.

Pendapat lain yang dikemukakan oleh Lauster (dalam Syaiful & Yulianti, 2008) individu yang percaya diri akan memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Kamandirian: adanya kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri sendiri dalam berpikir, bertindak, serta tidak merasa tergantung dengan orang lain.
2. Komitmen: individu memiliki kemampuan dalam memegang komitmen yang sudah ia buat serta mematuhi.
3. Pemahaman diri: pemahaman diri secara objektif akan memungkinkan seorang individu akan melihat kelebihan-kelebihannya yang dapat membuatnya percaya diri untuk bisa berbuat segala sesuatu sekalipun harus bersaing.
4. Penyesuaian diri: adanya kemampuan berinteraksi sosial dengan orang-orang dilingkungan tempat ia berada dalam arti orang tersebut bisa diterima sebagai salahsatu anggota masyarakat yang dibutuhkan oleh orang lain.
5. Tegak dan berani menyatakan pendapat: individu memiliki ketegasan dan keberanian menyatakan pendapat yang meliputi kemampuan mengungkapkan perasaan, kemampuan mengungkapkan keyakinan, dan pemikiran secara terbuka dan kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadi. Tidak hanya sikap percaya diri yang terlihat pada diri individu, sikap tidak percaya diri juga dapat terlihat melalui perilaku yang ditunjukkan individu itu.

Hakim (2002) menjelaskan ciri-ciri orang yang tidak percaya diri adalah:

1. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
2. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial, atau ekonomi.
3. Sulit menetralisasi timbulnya ketegangan di dalam suatu situasi.
4. Gugup dan terkadang berbicara gagap.
5. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang kurang baik.
6. Memiliki perkembangan yang kurang baik sejak masa kecil.

Menurut Lauster (2002) ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah adalah sebagai berikut :

1. Individu merasa bahwa tindakan yang dilakukan tidak adekuat. Ia cenderung merasa tidak aman dan tidak bebas bertindak, cenderung ragu ragu dan membuang-buang waktu dalam mengambil keputusan, memiliki perasaan rendah diri dan pengecut, kurang bertanggung jawab dan cenderung menyalahkan pihak lain sebagai penyebab masalahnya, serta merasa pesimis dalam menghadapi rintangan.
2. Individu merasa tidak diterima oleh kelompoknya atau orang lain. Ia cenderung menghindari situasi komunikasi karena merasa takut disalahkan atau direndahkan, merasa malu jika tampil di hadapan orang banyak.
3. Individu tidak percaya terhadap dirinya dan mudah gugup. Ia merasa cemas dalam mengemukakan gagasannya dan selalu membandingkan keadaan dirinya dengan orang lain.

Dari uraian diatas dapat dinyatakan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri itu tinggi ialah mampu melaksanakan tugas dengan baik, mandiri, optimis, bertanggung jawab, tidak mementingkan diri sendiri, tidak perlu dukungan orang lain, mampu menyesuaikan diri dengan baik, dan selalu berpikir positif dalam segala hal sedangkan ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah ialah gugup, mudah cemas dalam menghadapi masalah, sulit meredakan ketegangan dalam situasi tertentu, cenderung tergantung pada orang lain, cenderung menolak pujian yang diberikan kepadanya, selalu menempatkan diri sebagai yang terakhir, pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari segi negatif.

### ***C. Body Image***

#### **1. Defenisi *Body Image***

Schilder (dalam Grogan, 2008) menjelaskan bahwa body image adalah gambaran mengenai tubuh yang terbentuk dalam pikiran seseorang, atau dengan kata lain gambaran tubuh menurut dirinya sendiri. Menurut Rice (dalam Annastasia Melliana, 2006) citra tubuh atau body image adalah Pengalaman individual tentang tubuhnya, suatu gambaran mental seseorang yang mencakup pikiran, persepsi, perasaan, emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran, dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat, dan hal tersebut dari interaksi sosial seseorang sepanjang waktu dalam lingkungannya, yang berubah sepanjang kehidupan dalam responnya terhadap umpan balik (feedback) dari lingkungan.

Menurut Chaplin (2002) *bodyimage* adalah ide seseorang mengenai betapa penampilan badannya dihadapan orang lain. Kadang kala dimasukkan pula konsep mengenai fungsi tubuhnya. *Body image* adalah bagaimana cara pandang seseorang terhadap tubuhnya sendiri. Orang yang memiliki *body image* positif mencerminkan tingginya penerimaan jati diri, rasa percaya diri dan kepeduliannya terhadap kondisi badannya.

Menurut Honigman dan Castle (cit. Melliana, 2006) *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya, apa yang dia pikirkan dan rasakan, belum tentu benar-benar merepresentasikan keadaan yang aktual, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang subyektif.

Tingkat *body image* individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain (Thompson, 2000).

Berdasarkan uraian di atas, 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-persepi orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan persepsi tersebut.

## 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Cash, Thomas F., & Pruzinsky, T. (2002) menyatakan bahwa terdapat faktor-faktor pembentuk *body image* pada diri individu, diantaranya yaitu:

- a. Media massa, isi tayangan media massa sangat mempengaruhi *body image* remaja, karena media sering menggambarkan standar tubuh ideal.
- b. Keluarga, orang tua merupakan model yang paling penting dalam proses sosialisasi, sehingga mempengaruhi *body image* anak melalui permodelan, umpan balik, dan instruksi.
- c. Hubungan interpersonal, hubungan interpersonal membuat individu cenderung memandangkan diri sendiri dengan orang lain, umpan balik yang diterima individu akan mempengaruhi konsep diri termasuk perasaan diri terhadap penampilan fisik.

Menurut Thomson (dalam Husna, 2013) faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah sebagai berikut:

1. Persepsi.

Persepsi berhubungan dengan ketepatan seseorang dalam mempersepsi atau memperkirakan ukuran tubuhnya. perasaan puas atau tidaknya seseorang dalam menilai bagian tubuh tertentu berhubungan dengan komponen ini.

## 2. Perkembangan

Perkembangan, yaitu pengalaman di masa kecil dan remaja terhadap hal-hal yang berkaitan dengan *body image* nya saat ini, khususnya saat pertama kali menstruasi serta perkembangan seksual sekunder yang terkait dengan kejadian penting terhadap *body image*.

## 3. Sosiokultural

Masyarakat akan menilai apa yang baik dan tidak baik tidak terkecuali dalam hal kecantikan. *Trend* yang berlaku di masyarakat berpengaruh terhadap *body image* seseorang. *Trend* tentang bentuk tubuh ideal dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* sebagai berikut: jenis kelamin, media massa hubungan interpersonal, persepsi, perkembangan dan sosiokultural.

## 3. Aspek-Aspek *Body Image*

Kepuasan dan ketidakpuasan terhadap kondisi tubuh dapat diukur dengan aspek-aspek pada *body image*. Cash, Thomas F.,(2002) aspek-aspek dalam *body image*, terdiri dari:

### a. Evaluasi penampilan (*Appearance Evaluation*)

Penilaian individu terhadap bentuk tubuh dan penampilannya, apakah menarik atau tidak menarik, memuaskan atau belum memuaskan terhadap penampilan keseluruhan tubuhnya.

b. Orientasi penampilan (*Appearance Orientation*)

Usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilannya.

c. Kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body Area Satisfaction*)

Kepuasan individu terhadap area tubuh tertentu, seperti wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.

d. Kecemasan menjadi gemuk (*Over weight Preoccupation*)

Menggambarkan kecemasan individu terhadap kegemukan, serta kewaspadaan terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh (*Self Classified Weight*)

Penilaian individu terhadap berat badan, apakah dalam kategori kurus atau gemuk.

Cash, Thomas F., & Smolak, L. (2011) mengemukakan bahwa ada empat aspek terkait dengan body image, yaitu:

a. *Global Subjective Satisfaction*

Komponen kepuasan subjektif global dikonsepsikan sebagai sebuah cara bagi individu untuk mengevaluasi secara keseluruhan, hal ini berkaitan dengan persepsi atau ketepatan individu dalam melakukan penilaian terhadap ukuran, bentuk, dan berat badan. Komponen adalah salah satu pertanyaan bagi individu, apakah individu menilai bentuk tubuh yang

menarik atau tidak, memuaskan atau tidak memuaskan, serta nyaman atau tidak nyaman.

b. *Affective Distress Regarding Appearance*

Komponen afektif berkaitan dengan emosi atau perasaan individu yang berkaitan dengan penampilan. Hal-hal yang berkaitan dengan komponen afektif ini bisa dari tekanan, kecemasan, dan perasaan individu dengan penampilan dan bentuk fisik.

c. *Cognitive Aspect Of Body Image*

Komponen kognitif adalah suatu komponen yang berkaitan dengan body image seperti skema penampilan, believes (kepercayaan) atau suatu pemikiran yang menyimpang terhadap tubuh, serta investasi kognitif dalam penampilan.

d. *Behavioral aspect Of Body Image*

Komponen perilaku merupakan hasil dari ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuh. Hal ini sering dilakukan oleh seseorang dengan cara menghindari perilaku tertentu, sehingga muncul perilaku baru seperti pola makan yang tidak wajar, olahraga berlebihan, dan hal ekstrim yang dilakukan seseorang adalah mengisolasi diri karena merasa bentuk tubuh tidak sesuai dengan harapan.

Thompson (2000) menjelaskan aspek-aspek dalam citra raga yaitu:

1. Persepsi terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan.

Bentuk tubuh merupakan suatu simbol dari diri seorang individu, karna dalam hal tersebut individu dinilai oleh orang lain dan dinilai oleh dirinya

sendiri. Selanjutnya bentuk tubuh serta penampilan baik dan buruk dapat mendatangkan perasaan senang atau tidak senang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.

2. Aspek perbandingan dengan orang lain

Adanya penilaian sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk dari yang lain, sehingga menimbulkan suatu prasangka bagi dirinya keorang lain, hal-hal yang menjadi perbandingan individu ialah ketika harus menilai penampilan dirinya dengan penampilan fisik orang lain.

3. Aspek sosial budaya (reaksi terhadap orang lain).

Seseorang dapat menilai reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik, maka gambaran orang itu akan menuju hal-hal yang baik untuk menilai dirinya.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa aspek *body image* sebagai berikut: Evaluasi penampilan, Orientasi penampilan, Kepuasan terhadap bagian tubuh, Kecemasan menjadi gemuk, Pengkategorian ukuran tubuh, *Global Subjective Satisfaction*, *Affective Distress Regarding Appearance*, *Cognitive Aspect Of Body Image*, *Behavioral aspect Of Body Image*, Persepsi terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan, Aspek perbandingan dengan orang lain dan Aspek sosial budaya (reaksi terhadap orang lain).

#### D. Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Remaja

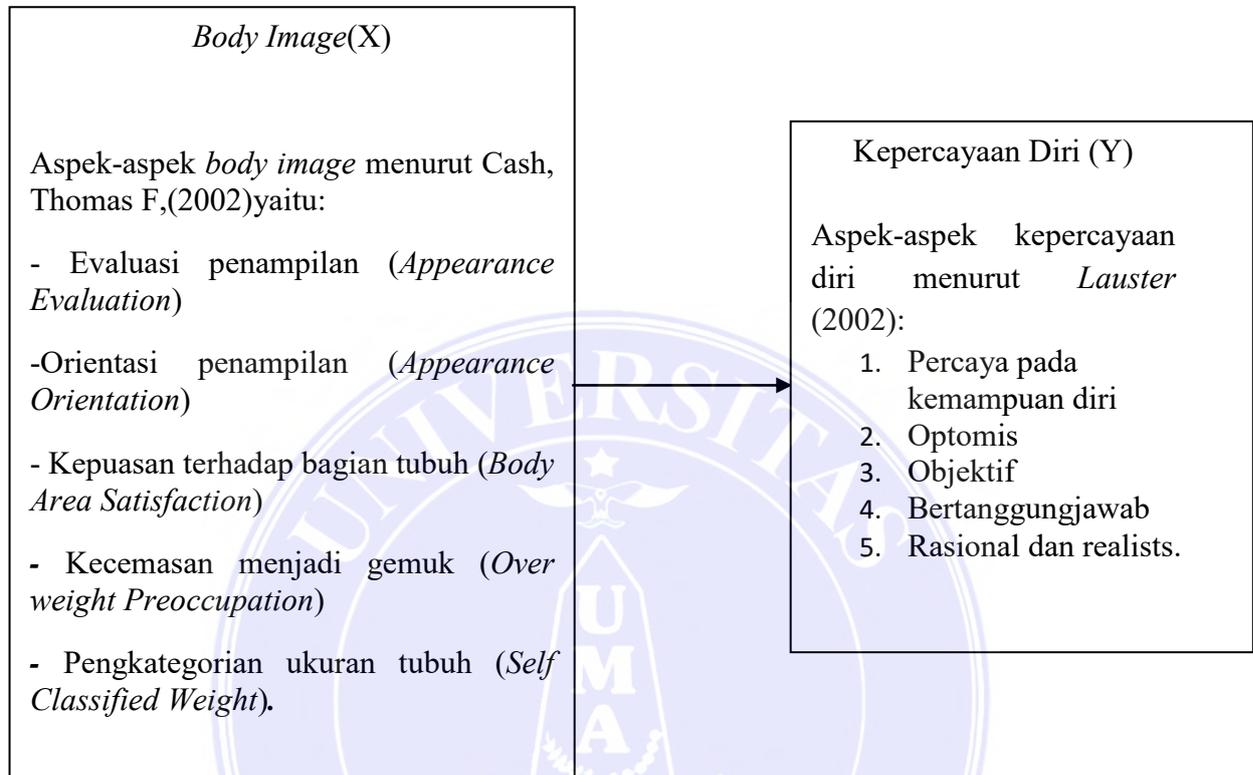
Dalam penelitian yang dilakukan Putri (2008) menjelaskan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara citra raga (*body image*) dengan kepercayaan diri. Hal ini berarti bahwa semakin positif citra raga (*body image*) seseorang maka tinggi tingkat kepercayaan dirinya. Sebaliknya, semakin negatif citra raga (*body image*) seseorang maka rendah tingkat kepercayaan dirinya. Hal ini sesuai dengan teori Surya (2009), yang menyatakan bahwa seorang akan percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan orang tersebut merasa puas melihat bentuk tubuhnya, maka *body image* yang terbentuk pun menjadi positif. Sebaliknya, jika seseorang memandang tubuhnya tidak ideal seperti wajahnya kurang menarik, badanya terlalu gemuk atau kurus dan sebagainya, maka orang tersebut menjadi sibuk memikirkan kondisi fisiknya, sehingga *body image* yang terbentuk menjadi negatif dan dapat dikatakan orang tersebut tidak memiliki kepercayaan diri. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Marita, dkk (2014) didapatkan ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri yang artinya semakin tinggi *body image* maka semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya, demikian juga sebaliknya. Dari penelitian ini didapatkan bahwa citra tubuh (*body image*) seseorang dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan dirinya.

Sejumlah peneliti telah menemukan bahwa penampilan fisik merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri remaja (Adams, 1977; Harter, 1989; Lerner & Brackney, 1978; Simmons & Blyth, 1987). Sebagai contoh adalah pada penelitian Harter, penampilan fisik secara konsisten berkorelasi paling kuat dengan rasa percaya diri secara umum, yang baru

kemudian diikuti oleh penerimaan sosial teman sebaya. Penampilan fisik yang sangat berpengaruh pada kepercayaan diri didasarkan bagaimana individu tersebut melihat bagaimana kondisi fisik yang dapat berupa bentuk tubuh ataupun berat tubuh yang ia miliki serta bagaimana penilaian individu itu terhadap fisik yang ia miliki dan bagaimana bentuk yang ia inginkan. Hal tersebut sejalan dengan pengertian body image (Arthur, 2010) yaitu imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini.

Berdasarkan pada uraian diatas maka dapat dikatakan bahwa seseorang remaja akan semakin memperhatikan citra tubuh mereka dan mulai berpikir bagaimana memperbaiki penampilan fisik agar semakin menarik. Hal ini beresiko tinggi dalam menimbulkan ketidakpuasan yang sangat tinggi akan bentuk tubuhnya, selain itu juga masalah kepercayaan diri adalah masalah yang paling sering mengganggu pada masa individu dikarenakan, seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah atau telah kehilangan kepercayaan dirinya, cenderung merasa tidak berharga, tidak ada artinya dan merasa kecil jika menghadapi tindakan dari orang lain seseorang yang percaya diri akan menjadi lebih mudah bergaul, lebih mudah mengontrol perilakunya dan akan lebih mudah menikmati hidup.

## E. Kerangka Konseptual



## F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan diatas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini “bahwa ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang”. Dengan mengasumsikan bahwa semakin tinggi *body image* seseorang maka kecenderungan kepercayaan dirinya tinggi. Sebaliknya, semakin rendah *body image* seseorang maka kecenderungan kepercayaan dirinya rendah.

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian adalah dasar untuk melakukan sebuah penelitian dan di dalamnya terkandung alat apa yang digunakan serta bagaimana prosedur pelaksanaannya. Dalam metode penelitian terdapat sejumlah langkah-langkah yang harus ditempuh untuk memperoleh suatu kesimpulan yang merupakan jawaban bagi permasalahan yang diteliti. Oleh karena itulah, dalam bab ini akan dijelaskan beberapa hal yang berkaitan dengan metode penelitian yang meliputi tipe dan desain penelitian, identifikasi variabel penelitian, populasi dan sampel, metode pengumpulan data, validitas dan realibilitas, serta metode analisis data.

#### A. Tipe dan Desain Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) tentang perilaku yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2010). Tujuan penelitian kuantitatif adalah mengembangkan dan menggunakan model-model matematis, teori-teori atau hipotesis yang berkaitan dengan fenomena.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik korelasional. Menurut Hariyadi (2003), penelitian korelasional bertujuan menyelidiki hubungan antara satu variabel dengan satu atau lebih variabel lainnya berdasarkan koefisien korelasi. Data kuantitatif yang dikumpulkan dalam penelitian korelasional, nantinya diolah dengan rumus-rumus statistik baik secara manual ataupun dengan menggunakan SPSS Versi 21.0 *For Windows*.

Setelah data kuantitatif didapat dan diolah dengan rumus statistik maka akan dihasilkan angka-angka yang nantinya akan disertai analisisnya berupa data kualitatif untuk menjelaskan angka-angka tersebut.

## B. Identifikasi Variabel Penelitian

Azwar (2010), identifikasi variabel merupakan langkah untuk menetapkan variabel-variabel utama dalam penelitian dan menentukan fungsinya masing-masing. Variabel yang ada dalam penelitian ini adalah :

- a. Variabel bebas adalah suatu variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain. Sehingga dapat dikatakan bahwa variabel bebas adalah variabel yang pengaruhnya terhadap variabel lain yang ingin diketahui pengaruhnya terhadap variabel lain (Azwar, 2010). Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah *body image*.
- b. Variabel tergantung adalah variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel lain (Azwar, 2010). Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri.

## C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional bertujuan untuk menghindari terjadinya salah penafsiran. Adapun definisi operasional variabel-variabel penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah mempunyai perasaan yang tidak harus membandingkan diri dengan orang lain, mempunyai gagasan tersendiri sehingga

tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya. Kepercayaan diri dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala kepercayaan diri yang disusun peneliti aspek-aspek kepercayaan diri Lauster (2002), aspek-aspek Kepercayaan Diri : Percaya pada kemampuan diri, Optimis, Objektif , Bertanggung jawab, Rasional dan realistis. Semakin tinggi skor yang di dapat maka semakin tinggi kepercayaan diri sebaliknya semakin rendah skor yang di dapat maka semakin rendah kepercayaan diri pada mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang.

## 2. *Body Image*

*Body image* adalah penilaian individu yang diberikan untuk tubuhnya seperti rambut, corak kulit, bentuk tubuh dan lain-lain. Pandangan yang realistis terhadap diri, menerima dan mengukur bagian tubuh akan memberi rasa aman, sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri. *Body image* penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala yang disusun oleh peneliti dan dikembangkan berdasarkan aspek *body image* yang dikemukakan oleh Cash, Thomas F.,(2002), yaitu: Evaluasi penampilan (*Appearance Evaluation*), Orientasi penampilan (*Appearance Orientation*), Kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body Area Satisfaction*), Kecemasan menjadi gemuk (*Over weight Preoccupation*), Pengkategorian ukuran tubuh (*Self Classified Weight*). Semakin tinggi skor yang di dapat maka semakin positif *body image* sebaliknya semakin rendah skor yang di dapat maka semakin negatif *body image* pada mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang.

## D. Responden Penelitian

### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang diteliti yang memiliki beberapa karakteristik yang sama. Populasi adalah seluruh objek penelitian (Arikunto, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah 80 mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang Tahun Ajaran 2019-2020.

### 2. Sampel

Menurut Azwar (2010), sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Menurut Sugiyono (2001), *Simple random sampling* adalah metode pengambilan sampel yang simple (sederhana) sebab pengambilan sampel dari suatu populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. *Simple random sampling* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan metode bilangan acak, para peneliti dapat menggunakan alat bantu yaitu tabel bilangan acak. Dengan tabel bilangan acak itulah didapatkan sampel secara acak atau *random*. Berikut tabel bilangan acak tersebut:

***Random Number Table***

35	44	49	75	55	59	73	42
6	19	38	27	20	9	16	78
61	25	79	31	69	80	47	3
30	52	13	1	14	50	22	36
74	7	23	56	63	11	71	28
24	76	66	34	5	65	41	15
72	45	40	18	51	46	77	64
67	2	8	60	48	26	37	53
9	62	12	43	21	54	10	4
17	32	68	29	57	33	58	70

Tabel bilangan acak tersebut memiliki 8 grup, setiap grupnya terdiri dari 10 mahasiswa. Dari tabel bilangan acak tersebut setiap grup diambil 5 mahasiswa secara acak. maka didapatilah sebanyak 40 sampel dari 8 grup. Maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 mahasiswa.

**E. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data merupakan suatu cara yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan data yang diteliti. Skala berisi sekumpulan pertanyaan yang diajukan kepada responden untuk diisi. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap atau pendapat seseorang atau kelompok mengenai peristiwa atau fenomena sosial, berdasarkan definisi operasional yang ditetapkan oleh peneliti. Skala ini merupakan skala tertutup dengan menggunakan empat kategori jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Skala memiliki dua macam item yaitu *favorable* dan *unfavorable*:

- a. Penilaian jawaban untuk item *favorable* adalah 4 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), 3 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), 2 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), dan 1 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan penilaian jawaban
- b. *Unfavorable* adalah 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), dan 4 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

### 1. Skala Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala kepercayaan diri yang disusun peneliti aspek kepercayaan diri Lauster (2002), aspek-aspek Kepercayaan Diri yaitu: Percaya pada kemampuan diri, Optimis, Objektif, Bertanggungjawab, Rasional dan realistis.

**Tabel 1**  
**Distribusi Aitem Skala Kepercayaan Diri Sebelum Penelitian**

No.	Aspek-Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Percaya pada kemampuan diri	Percaya dan mampu dalam mengevaluasi dan menyelesaikan suatu masalah	1, 3, 5	9, 14, 16	6
		Tidak bergantung pada orang lain.	7, 10, 12	2, 4, 6	6
2.	Optimis	Memiliki keyakinan mampu mengerjakan sesuatu yang sulit dan yakin akan sukses	8, 15, 18	19, 22, 25	6
		Selalu berpandangan baik tentang diri sendiri	29, 32, 34	11, 13, 17	6
3.	Objektif	Mau menerima pendapat dari orang lain	20, 23, 26	21, 24, 27	6

		Memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran atau masuk akal	30, 33, 36	28, 31, 35	6
4.	Bertanggung jawab	Individu yang berani mengambil resiko	43, 49, 51	37, 40, 44	6
		Mampu menyelesaikan permasalahan dalam hidup	38, 45, 48	39, 41, 46	6
5.	Rasional dan realistis	Memandang kegagalan sebagai pelajaran	42, 47, 50	52, 56, 58	6
		Pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan	53, 55, 57	54, 59, 60	6
<b>Total</b>			<b>30</b>	<b>30</b>	<b>60</b>

## 2. Skala *Body Image*

*Body image* akan diukur dengan menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek *body image* yang dikemukakan oleh Cash, Thomas F.,(2002) yaitu: Evaluasi penampilan (*Appearance Evaluation*), Orientasi penampilan (*Appearance Orientation*), Kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body Area Satisfaction*), Kecemasan menjadi gemuk (*Over weight Preoccupation*), Pengkategorian ukuran tubuh (*Self Classified Weight*).

**Tabel 2**  
**Distribusi Aitem Skala *Body Image* Sebelum Penelitian**

No	Aspek-Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Evaluasi penampilan ( <i>Appearance Evaluation</i> )	Evaluasi terhadap penampilan dari diri pribadi	1, 5, 7	3, 6, 8	6
		Evaluasi terhadap penampilan dari orang lain	9, 13, 17	2, 4, 15	6
2.	Orientasi penampilan ( <i>Appearance Orientation</i> )	Usaha individu untuk memperbaiki dan menjaga penampilannya	21, 23, 27	10, 12, 16	6
		Perhatian individu dalam menjaga penampilan	11, 14, 18	19, 22, 25	6
	Kepuasan terhadap bagian tubuh ( <i>Body Area Satisfaction</i> )	Kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara keseluruhan	30, 34, 36	20, 24, 26	6
		Kepuasan terhadap berat badan	38, 40, 42	28, 32, 35	6
4.	Kecemasan menjadi gemuk ( <i>Over weight Preoccupation</i> )	Cemas terhadap kegemukan	45, 47, 50	33, 37, 39	6
		Waspada terhadap berat badan	44, 53, 55	29, 41, 43	6
5.	Kecemasan menjadi gemuk ( <i>Over weight Preoccupation</i> ),	Berat badan	46, 57, 59	48, 51, 54	6
		Tinggi badan	49, 56, 58	52, 31, 60	6
Total			30	30	60

## F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Validitas

Menurut (Azwar, 2006) validitas berasal dari kata *validity* yang berarti ketepatan dan kecermatan. Suatu alat ukur dikatakan valid jika mampu menjalankan fungsi ukuran dengan tepat dan cermat, yaitu cermat dalam mendeteksi perbedaan kecil yang ada pada atribut yang diukur. Teknik statistik

yang digunakan adalah korelasi *product moment* dengan rumus angka kasar yang dikemukakan oleh Karl Pearson (Azwar, 2000) yaitu:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{(\sum x^2) - \frac{(\sum x)^2}{N}\right\} \left\{(\sum y^2) - \frac{(\sum y)^2}{N}\right\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek tiap butir) dengan variabel Y (total subjek dari seluruh butir)

$\sum xy$  = jumlah dari hasil perkalian antara X dengan setiap Y

$\sum x$  = jumlah skor keseluruhan butir tiap-tiap subjek

$\sum y$  = jumlah skor total butir tiap-tiap subjek

$\sum y^2$  = jumlah kuadrat skor Y

$\sum x^2$  = jumlah kuadrat skor X

$N$  = jumlah subjek yang diteliti

Berdasarkan analisis rumus diatas dengan bantuan SPSS Versi 21.0 *For Windows*, jika diperoleh r hitung lebih kecil dari r tabel maka alat ukur tersebut dikatakan tidak valid dan sebaliknya apabila r hitung lebih besar dari r tabel maka alat ukur tersebut dikatakan valid.

Menurut (Hadi, 1991) nilai validitas setiap butir (koefisien r *product moment*) sebenarnya masih perlu dikoreksi untuk menghindari perhitungan yang *over estimate* (kelebihan bobot) yang disebabkan karena terikutnya skor butir ke dalam skor total dan hal ini menyebabkan koefisien menjadi lebih besar.

Teknik yang digunakan untuk mengoreksi kelebihan bobot ini adalah dengan teknik korelasi *Part Whole* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{(SD_y^2) + (SD_x)^2 - 2(r_{xy})(SD_y)(SD_x)}}$$

**Keterangan:**

$r_{bt}$  = Koefisien r setelah dikorelasi

$r_{xy}$  = Koefisien r sebelum dikorelasi

$SD_y$  = Standar Deviasi skor butir

$$\begin{aligned} SD_y &= \text{Standar Deviasi skor total} \\ 2 &= \text{Bilangan konstanta} \end{aligned}$$

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah keajengan alat ukur atau kekonsistenan hasil penelitian (Hadi, 2004). Reliabilitas dari suatu alat ukur diartikan sebagai keajengan atau konsistensi dari alat ukur yang pada prinsipnya menunjukkan hasil-hasil yang relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran kembali terhadap subjek yang sama (Azwar, 2004).

Menurut (Arikunto, 2006) instrument yang baik tidak akan bersifat tendensius mengerahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrument yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataan, maka berapa kalipun diambil, tetap akan sama. Reliabilitas menunjukkan pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Untuk mengetahui reliabilitas alat ukur maka digunakan teknik koefisien alpha dengan rumus sebagai berikut:

$$\alpha = 2 \left[ \frac{1 - S1^2 - S2^2}{S_x^2} \right]$$

Keterangan:

$$\begin{aligned} S1^2 \text{ dan } S2^2 &= \text{varians skor belahan 1 dan varians skor belahan 2} \\ S_x^2 &= \text{varians skor skala} \end{aligned}$$

Berdasarkan analisis rumus diatas dengan bantuan SPSS Versi 21.0 *For Windows.*, jika diperoleh hitung lebih kecil dari r tabel maka alat ukur tersebut

dikatakan tidak valid dan sebaliknya apabila  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  tabel maka alat ukur tersebut dikatakan valid.

### G. Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson*. Alasan digunakannya teknik korelasi ini disebabkan karena pada penelitian ini memiliki tujuan ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas (*body image*) dengan satu variabel terikat (kepercayaan diri). Formula dari teknik *Product Moment* dengan rumus angka kasar yang dikemukakan oleh Karl Pearson (Azwar,2000) yaitu:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{(\sum x^2) - \frac{(\sum x)^2}{N}\right\} \left\{(\sum y^2) - \frac{(\sum y)^2}{N}\right\}}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$	= koefisien korelasi antara variabel x(skor subjek tiap butir) dengan variabel y (total subjek dari seluruh butir)
$\sum xy$	= jumlah dari hasil perkalian antara x dengan setiap y
$\sum x$	= jumlah skor keseluruhan butir tiap-tiap subjek.
$\sum y$	= jumlah skor total butir tiap-tiap subjek
$\sum y^2$	= jumlah kuadrat skor y
$\sum x^2$	= jumlah kuadrat skor x
$N$	= jumlah subjek yang diteliti

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis *Product Moment*,maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi :

- Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
- Uji linieritas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja dimana  $r_{xy} = 0,530$   $p = 0,000 < 0,05$  yang berarti bahwa semakin tinggi *body image* seseorang maka kecenderungan kepercayaan dirinya tinggi. Sebaliknya, semakin rendah *body image* seseorang maka kecenderungan kepercayaan dirinya rendah. Dengan demikian, maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.
2. Koefisien determinan  $r^2$  hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) adalah sebesar  $r^2 = 0.281$ . Ini menunjukkan bahwa *body image* mempengaruhi kepercayaan diri sebesar 28.1%. Dengan demikian 71.9% faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri.
3. Secara umum hasil penelitian ini menyatakan bahwa *body image* tergolong sedang dan juga kepercayaan diri pada remaja di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang tergolong sedang, hal ini didukung nilai rata – rata empirik diatas nilai rata – rata hipotetik dalam kurva normal dengan nilai rata-rata empirik *body image* = 132.50 sedangkan nilai rata-rata hipotetiknya sebesar = 125 adapun nilai SDnya = 10.256. Kemudian nilai.

4. empirik kepercayaan diri rata-rata = 133.95, sedangkan nilai rata-rata hipotetiknya sebesar = 130, serta nilai SDnya = 11.031.

## B. Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

### 1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah diharapkan mampu mengenal dan menerima kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, menghargai dan bangga dengan tubuhnya sendiri serta berlatih untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri dengan mencoba untuk bersikap positif terhadap diri sendiri.

### 2. Bagi Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang

Pihak Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang diharapkan dapat membuat program yang berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri mahasiswa. Seperti mengadakan pelatihan maupun pembelajaran mengenai pengembangan dalam berperilaku positif sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

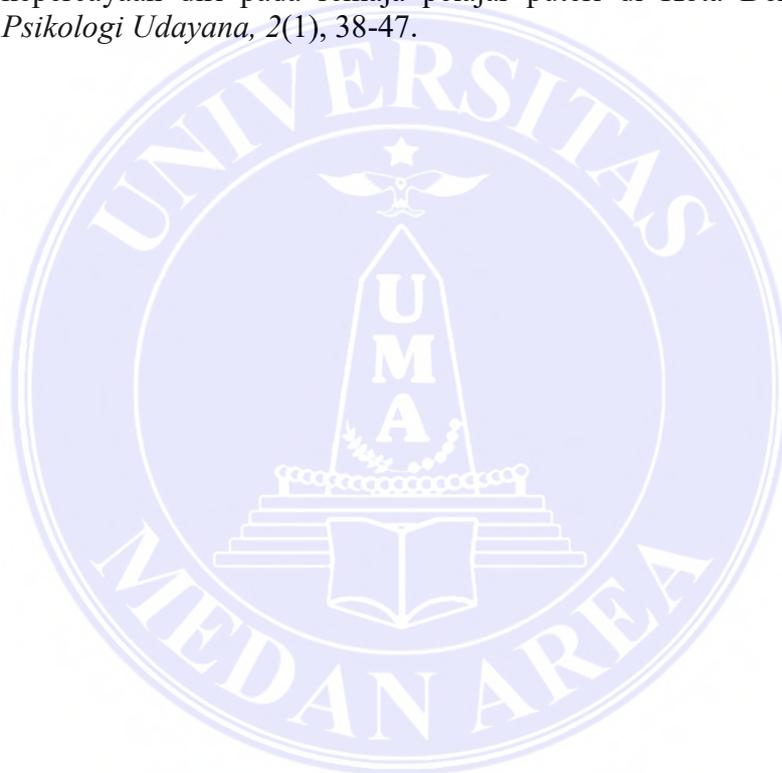
Menyadari bahwa penelitian ini masih belum lengkap, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kepercayaan diriseperti orang tua, rasa aman, kesuksesan, penampilan atau kondisi fisik, cita-cita, sikap hati-hati dan pengalaman hidup.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol.2012. *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: Umm Press.
- Amalia, L. 2007. Citra Tubuh (*Body Image*) Remaja Perempuan. *Jurnal Musawa*, Vol. 5, No.4 STAIN Ponorogo
- Anastasia, Melliana. 2006. *Menjelajah Tubuh: Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: Lkis.
- 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.
- Anita, Lie. 2003. *101 Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak*. Jakarta: PT. Elek Media Kumpulan Do Gramedia.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi)*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arthur, S. R. & Emily, S. R. 2010. *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifuddin. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cash, Thomas F., 2002. *Body Image : A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*. Guilford Press.
- Cash, Thomas F., & Smolak, L. 2011. *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention. Second Edition*. New York: Guilford Press.
- Cash, Thomas F., & Pruzinsky, T. 2002. *Body Image : A Handbook of Theory, Research and Clinical*. New York: Guilford Publications
- Chaplin, JP. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Denich, A. U. dan Ifdil. 2015. Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 55-61.
- Depdikbud. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Fatimah, E. 2010. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Furnham, A., Badmin, N., & Sneade, I. 2002. Body Image Dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *The Journal of Psychology*, 136(6), 581-596.

- Gufron, M. Nur, dan Rini Risnawati. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Handayani, A. T. 2018. Hubungan *body image* dan *imaginary audience* dengan kepercayaan diri pada remaja di SMA Panca Budi Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(1), 319-324.
- Hariyadi, Sugeng. 2003. *Psikologi Perkembangan*. Semarang: UNNES Press
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Hurlock, Elizabeth. B. 2003. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- \_\_\_\_\_. 2004. *Developmental Psychology*. Jakarta: Erlangga.
- Indri, K. N. 2008. *Stress pada Remaja*. Universitas Sumatera Utara
- Jahja, Y. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Lauster, Peter. 2002. *Tes Kepribadian (Alih Bahasa: D.H Gulo)*. Edisi Bahasa Indonesia. Cetakan Ketigabelas. Jakarta: Bumi Aksara
- Monks, F.J, Knoers, A.M.P, Haditono, S.R. 2002. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Perry & Potter. 2005. *Fundamental Keperawatan- Ed 4*. Alih bahasa Yasmin Asih, dkk. Jakarta: EGC
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan)* edisi kesembilan. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Papalia, E. D. dan Feldman, R. T. 2014. *Menyelami Perkembangan Manusia: Experience Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika
- Putri, T. E. W. 2008. Hubungan antara Citra Raga dan Kepercayaan Diri pada Mahasiswi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
- Santrock., J. W (2007). *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta : PT. Erlangga.
- Sarwono. 2011. *Psikologi Remaja. Edisi Revisi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sujarweni, V.W. 2014. *SPSS Untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru
- Surya, H. 2009. *Menjadi Manusia Pembelajar*. Jakarta: Gramedia

- Sutrisno, Hadi. 2003. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Psutaka Andi
- Taufik. T., & Ifdil. I. 2013. Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan.*, 1(2), 143-150
- Utami, Tri. Wulan. 2014. Hubungan antara Citra Tubuh dengan perilaku Konsumtif Kosmetik Make Up Wajah Pada Mahasiswi. *Naskah Publikasi: Universitas Muhammadiyah Surakarta*
- Wati, D. K. dan Sumarmi, S. 2017. Citra tubuh pada remaja perempuan gemuk dan tidak gemuk: *Studi cross sectional. Research Study*, 398-405.
- Wiranatha, F. D. dan Supriyadi. 2015. Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar puteri di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 38-47.



**LAMPIRAN A:**  
**UJI SKALA VALIDITAS DAN RELIABILITAS**  
**SKALA *BODY IMAGE***

**RELIABILITY**

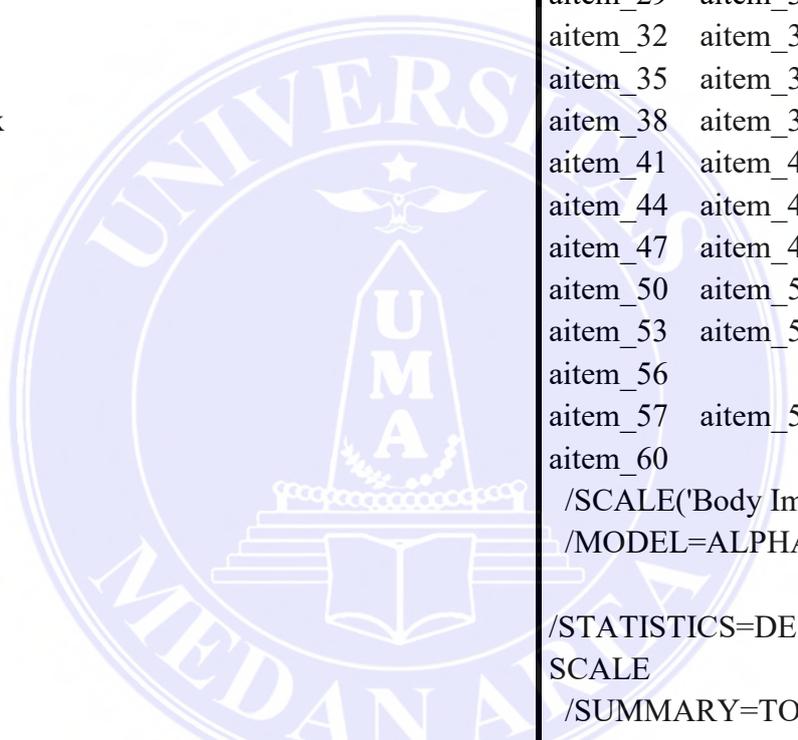
```

/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6
aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13
aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20
aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27
aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33 aitem_34
aitem_35 aitem_36 aitem_37 aitem_38 aitem_39 aitem_40 aitem_41
aitem_42 aitem_43 aitem_44 aitem_45 aitem_46 aitem_47 aitem_48
aitem_49 aitem_50 aitem_51 aitem_52 aitem_53 aitem_54 aitem_55
aitem_56
aitem_57 aitem_58 aitem_59 aitem_60
/SCALE('Body Image') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

**Reliability**

**Notes**

Output Created		12-JUL-2021 13:42:25
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	40
Missing Handling	Matrix Input	
	Definition of Missing Value	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.

<p>Syntax</p> 	<p>RELIABILITY                  /VARIABLES=aitem_1                  aitem_2 aitem_3 aitem_4                  aitem_5 aitem_6 aitem_7                  aitem_8 aitem_9 aitem_10                  aitem_11 aitem_12 aitem_13                  aitem_14 aitem_15 aitem_16                  aitem_17 aitem_18 aitem_19                  aitem_20 aitem_21 aitem_22                  aitem_23 aitem_24 aitem_25                  aitem_26 aitem_27 aitem_28                  aitem_29 aitem_30 aitem_31                  aitem_32 aitem_33 aitem_34                  aitem_35 aitem_36 aitem_37                  aitem_38 aitem_39 aitem_40                  aitem_41 aitem_42 aitem_43                  aitem_44 aitem_45 aitem_46                  aitem_47 aitem_48 aitem_49                  aitem_50 aitem_51 aitem_52                  aitem_53 aitem_54 aitem_55                  aitem_56                  aitem_57 aitem_58 aitem_59                  aitem_60                  /SCALE('Body Image') ALL                  /MODEL=ALPHA                    /STATISTICS=DESCRIPTIVE                  SCALE                  /SUMMARY=TOTAL.</p>
	<p>Resources Processor Time 00:00:00,03                  Elapsed Time 00:00:00,08</p>

[DataSet0]

**Scale: Body Image****Case Processing Summary**

	N	%
Valid	40	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	,0
Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,893	60

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	3,23	,577	40
aitem_2	2,60	,545	40
aitem_3	3,20	,464	40
aitem_4	2,35	,802	40
aitem_5	3,10	,778	40
aitem_6	2,68	,829	40
aitem_7	2,85	,580	40
aitem_8	2,20	,823	40
aitem_9	3,25	,707	40
aitem_10	2,93	,474	40
aitem_11	2,45	,749	40
aitem_12	2,30	,687	40
aitem_13	3,18	,446	40
aitem_14	2,78	,530	40
aitem_15	2,85	,580	40
aitem_16	2,53	,716	40
aitem_17	3,10	,545	40
aitem_18	2,43	,594	40
aitem_19	2,98	,357	40

aitem_20	2,60	,591	40
aitem_21	3,03	,357	40
aitem_22	2,25	,927	40
aitem_23	2,83	,501	40
aitem_24	2,60	,744	40
aitem_25	2,63	,540	40
aitem_26	2,60	,841	40
aitem_27	3,15	,700	40
aitem_28	2,68	,526	40
aitem_29	2,53	,784	40
aitem_30	3,08	,730	40
aitem_31	2,75	,742	40
aitem_32	2,63	,586	40
aitem_33	3,30	,687	40
aitem_34	2,23	,800	40
aitem_35	3,15	,802	40
aitem_36	2,58	,844	40
aitem_37	2,88	,404	40
aitem_38	1,63	,667	40
aitem_39	3,25	,439	40
aitem_40	2,95	,504	40
aitem_41	2,20	,648	40
aitem_42	2,03	,660	40
aitem_43	3,08	,267	40
aitem_44	2,60	,545	40
aitem_45	2,55	,552	40
aitem_46	2,23	,698	40
aitem_47	2,98	,480	40
aitem_48	2,30	,516	40
aitem_49	2,90	,304	40
aitem_50	2,50	,716	40
aitem_51	3,10	,672	40
aitem_52	1,80	,758	40
aitem_53	2,43	,675	40
aitem_54	2,50	,816	40
aitem_55	2,35	,622	40
aitem_56	2,28	,905	40
aitem_57	2,80	,853	40
aitem_58	2,58	,712	40
aitem_59	2,20	,992	40
aitem_60	2,53	1,132	40

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	156,90	106,964	,468	,763
aitem_2	157,53	110,051	,321	,769
aitem_3	156,93	109,763	,398	,768
aitem_4	157,78	109,358	,472	,771
aitem_5	157,03	104,640	,480	,760
aitem_6	157,45	112,613	-,024	,779
aitem_7	157,28	109,948	,214	,770
aitem_8	157,93	115,507	,487	,785
aitem_9	156,88	107,087	,362	,765
aitem_10	157,20	108,472	,424	,765
aitem_11	157,68	107,763	,493	,767
aitem_12	157,83	111,430	,068	,774
aitem_13	156,95	110,254	,359	,769
aitem_14	157,35	110,592	,380	,771
aitem_15	157,28	108,358	,347	,766
aitem_16	157,60	107,374	,337	,765
aitem_17	157,03	111,204	,320	,772
aitem_18	157,70	110,985	,423	,772
aitem_19	157,15	112,797	-,006	,774
aitem_20	157,53	108,256	,348	,766
aitem_21	157,10	110,246	,334	,768
aitem_22	157,88	107,651	,427	,769
aitem_23	157,30	110,113	,340	,769
aitem_24	157,53	106,461	,382	,764
aitem_25	157,50	111,077	,133	,772
aitem_26	157,53	101,179	,650	,752
aitem_27	156,98	108,794	,346	,768
aitem_28	157,45	106,767	,537	,762
aitem_29	157,60	106,503	,356	,764
aitem_30	157,05	109,485	,388	,770
aitem_31	157,38	109,266	,397	,770
aitem_32	157,50	111,897	,052	,774
aitem_33	156,83	110,148	,357	,771
aitem_34	157,90	111,169	,064	,775
aitem_35	156,98	105,666	,398	,763
aitem_36	157,55	113,023	-,048	,780
aitem_37	157,25	113,885	-,135	,777
aitem_38	158,50	113,333	,363	,778

aitem_39	156,88	110,522	,335	,770
aitem_40	157,18	110,866	,466	,771
aitem_41	157,93	109,097	,448	,768
aitem_42	158,10	114,554	,449	,780
aitem_43	157,05	112,151	,417	,772
aitem_44	157,53	106,512	,539	,761
aitem_45	157,58	108,661	,340	,766
aitem_46	157,90	108,656	,457	,768
aitem_47	157,15	112,387	,426	,774
aitem_48	157,83	108,507	,382	,766
aitem_49	157,23	113,153	,356	,774
aitem_50	157,63	110,087	,352	,772
<b>aitem_51</b>	<b>157,03</b>	<b>113,256</b>	<b>-,058</b>	<b>,778</b>
aitem_52	158,33	113,097	,349	,779
aitem_53	157,70	108,010	,315	,766
aitem_54	157,63	107,830	,359	,768
aitem_55	157,78	108,948	,373	,768
aitem_56	157,85	105,926	,329	,765
aitem_57	157,33	108,994	,377	,771
aitem_58	157,55	110,921	,497	,773
aitem_59	157,93	104,994	,339	,764
aitem_60	157,60	107,015	,396	,772

### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
160,13	112,881	10,625	60



NEW FILE.

DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6
aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13
aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20
aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27
aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33 aitem_34
aitem_35 aitem_36 aitem_37 aitem_38 aitem_39 aitem_40 aitem_41
aitem_42 aitem_43 aitem_44 aitem_45 aitem_46 aitem_47 aitem_48
aitem_49 aitem_50 aitem_51 aitem_52 aitem_53 aitem_54 aitem_55
aitem_56
aitem_57 aitem_58 aitem_59 aitem_60
/SCALE('Kepercayaan Diri') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

**Reliability**

**Notes**

Output Created		12-JUL-2021 13:43:24
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	40
Missing Value Handling	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.

Syntax	<pre> RELIABILITY /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 aitem_33 aitem_34 aitem_35 aitem_36 aitem_37 aitem_38 aitem_39 aitem_40 aitem_41 aitem_42 aitem_43 aitem_44 aitem_45 aitem_46 aitem_47 aitem_48 aitem_49 aitem_50 aitem_51 aitem_52 aitem_53 aitem_54 aitem_55 aitem_56 aitem_57 aitem_58 aitem_59 aitem_60 /SCALE('Kepercayaan Diri') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE /SUMMARY=TOTAL.                 </pre>	
Resources	Processor Time	00:00:00,05
	Elapsed Time	00:00:00,11

[DataSet1]

**Scale: Kepercayaan Diri**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	40	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0

Total	40	100,0
-------	----	-------

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,908	60

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	2,50	,641	40
aitem_2	2,70	,791	40
aitem_3	3,25	,742	40
aitem_4	1,63	,838	40
aitem_5	2,65	,834	40
aitem_6	2,15	1,210	40
aitem_7	3,05	,552	40
aitem_8	2,80	,823	40
aitem_9	2,53	,933	40
aitem_10	2,65	,864	40
aitem_11	3,08	,656	40
aitem_12	2,68	,616	40
aitem_13	3,10	,841	40
aitem_14	2,58	,549	40
aitem_15	2,43	,712	40
aitem_16	2,83	,594	40
aitem_17	2,63	,667	40
aitem_18	2,63	,628	40
aitem_19	2,68	,526	40
aitem_20	2,63	,628	40
aitem_21	2,75	,742	40
aitem_22	2,35	,770	40
aitem_23	3,28	,452	40
aitem_24	2,38	,740	40
aitem_25	3,33	,797	40
aitem_26	2,55	,552	40
aitem_27	2,53	,933	40
aitem_28	2,53	,847	40

aitem_29	3,00	,506	40
aitem_30	2,53	,847	40
aitem_31	3,10	,709	40
aitem_32	2,58	,958	40
aitem_33	2,60	,672	40
aitem_34	2,65	,770	40
aitem_35	3,40	,632	40
aitem_36	1,38	,740	40
aitem_37	2,53	,816	40
aitem_38	1,40	,810	40
aitem_39	3,00	,599	40
aitem_40	2,70	,911	40
aitem_41	2,33	1,047	40
aitem_42	2,58	,874	40
aitem_43	3,08	,694	40
aitem_44	2,58	,636	40
aitem_45	3,18	,844	40
aitem_46	2,58	,549	40
aitem_47	2,30	,791	40
aitem_48	2,73	,716	40
aitem_49	2,35	,802	40
aitem_50	2,60	,672	40
aitem_51	2,63	,586	40
aitem_52	2,43	,501	40
aitem_53	2,65	,662	40
aitem_54	2,25	,809	40
aitem_55	3,25	,439	40
aitem_56	2,35	,770	40
aitem_57	3,45	,714	40
aitem_58	2,48	,506	40
aitem_59	2,48	,960	40
aitem_60	2,23	,947	40

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	155,60	158,554	,394	,804
aitem_2	155,40	147,887	,381	,790
aitem_3	154,85	153,054	,321	,798

aitem_4	156,48	150,717	,315	,795
aitem_5	155,45	148,664	,319	,792
aitem_6	155,95	149,792	,355	,799
aitem_7	155,05	151,126	,324	,793
aitem_8	155,30	148,728	,320	,792
aitem_9	155,58	148,866	,368	,794
<b>aitem_10</b>	<b>155,45</b>	<b>151,485</b>	<b>,170</b>	<b>,797</b>
aitem_11	155,03	151,563	,338	,795
aitem_12	155,43	149,738	,380	,792
aitem_13	155,00	151,077	,396	,796
aitem_14	155,53	147,487	,603	,788
aitem_15	155,68	148,687	,382	,791
aitem_16	155,28	149,281	,427	,791
aitem_17	155,48	145,076	,641	,785
aitem_18	155,48	154,410	,366	,798
aitem_19	155,43	153,738	,340	,797
aitem_20	155,48	151,692	,342	,795
aitem_21	155,35	148,849	,355	,791
aitem_22	155,75	151,218	,313	,795
aitem_23	154,83	151,943	,331	,794
aitem_24	155,73	158,153	,354	,805
aitem_25	154,78	153,871	,367	,799
aitem_26	155,55	147,792	,576	,788
<b>aitem_27</b>	<b>155,58</b>	<b>151,276</b>	<b>,161</b>	<b>,797</b>
<b>aitem_28</b>	<b>155,58</b>	<b>154,866</b>	<b>,012</b>	<b>,801</b>
aitem_29	155,10	149,733	,472	,791
aitem_30	155,58	154,456	,431	,801
aitem_31	155,00	153,128	,426	,797
aitem_32	155,53	155,794	,437	,804
aitem_33	155,50	159,077	,418	,805
<b>aitem_34</b>	<b>155,45</b>	<b>153,895</b>	<b>,071</b>	<b>,799</b>
<b>aitem_35</b>	<b>154,70</b>	<b>154,318</b>	<b>,071</b>	<b>,798</b>
aitem_36	156,73	153,128	,418	,798
aitem_37	155,58	151,122	,302	,796
aitem_38	156,70	149,241	,300	,793
aitem_39	155,10	153,374	,342	,797
aitem_40	155,40	155,887	,339	,803
aitem_41	155,78	142,640	,484	,785
aitem_42	155,53	148,358	,315	,792
<b>aitem_43</b>	<b>155,03</b>	<b>154,640</b>	<b>,041</b>	<b>,799</b>
aitem_44	155,53	147,794	,494	,789
aitem_45	154,93	143,866	,556	,785

aitem_46	155,53	149,179	,473	,790
aitem_47	155,80	147,138	,421	,789
aitem_48	155,38	146,394	,516	,787
aitem_49	155,75	145,987	,475	,788
aitem_50	155,50	150,615	,389	,793
aitem_51	155,48	148,922	,460	,790
aitem_52	155,68	151,712	,314	,794
aitem_53	155,45	147,228	,508	,788
aitem_54	155,85	151,362	,492	,796
aitem_55	154,85	152,644	,477	,795
aitem_56	155,75	156,910	-,086	,803
aitem_57	154,65	153,721	,091	,798
aitem_58	155,63	149,369	,502	,790
aitem_59	155,63	154,907	,400	,803
aitem_60	155,88	155,958	,343	,804

#### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
158,10	155,836	12,483	60



**NPAR TESTS**

/K-S(NORMAL)=x y  
 /STATISTICS DESCRIPTIVES  
 /MISSING ANALYSIS.

**NPar Tests**

<b>Notes</b>	
Output Created	12-JUL-2021 16:23:46
Comments	
Input	Active Dataset DataSet2 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data File 40
Missing Handling	Definition of Missing Value User-defined missing values are treated as missing. Cases Used Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax	NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=x y /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time 00:00:00,05 Elapsed Time 00:00:00,05 Number of Cases Allowed <sup>a</sup> 157286

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet2]

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Body Image	40	132,50	10,256	109	153
Kepercayaan Diri	40	133,95	11,031	107	155

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Body Image	Kepercayaan Diri
N		40	40
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	132,50	133,95
	Std. Deviation	10,256	11,031
	Absolute	,081	,099
Most Extreme Differences	Positive	,081	,052
	Negative	-,071	-,099
	Kolmogorov-Smirnov Z	,509	,624
Asymp. Sig. (2-tailed)		,958	,831

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.



**LAMPIRAN D:  
UJI LINIERITAS**

MEANS TABLES=y BY x  
 /CELLS MEAN COUNT STDDEV  
 /STATISTICS ANOVA LINEARITY.

**Means**

**Notes**

Output Created		12-JUL-2021 16:24:09
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	40
Missing Handling	Definition of Missing Value	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.
	Cases Used	Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax		MEANS TABLES=y BY x /CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS ANOVA LINEARITY.
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

[DataSet2]

## Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kepercayaan Diri * Body Image	40	100,0%	0	0,0%	40	100,0%

## Report

## Kepercayaan Diri

Body Image	Mean	N	Std. Deviation
109	111,00	1	.
111	129,00	1	.
117	107,00	1	.
118	120,00	1	.
121	118,00	1	.
122	130,00	2	8,485
123	140,00	1	.
124	124,00	1	.
126	138,00	1	.
127	121,00	2	12,728
128	131,00	1	.
129	132,00	2	1,414
130	130,00	1	.
131	137,50	4	6,758
132	137,00	2	,000
133	139,00	2	4,243
136	154,00	1	.
137	155,00	1	.
138	148,00	1	.
139	140,00	1	.
140	145,00	1	.
141	133,33	3	8,505
143	149,00	1	.
144	137,00	2	5,657
146	134,00	2	14,142
147	140,50	2	3,536
153	128,00	1	.
Total	133,95	40	11,031

ANOVA Table

				Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)				3965,733	26	152,528	2,542	,041
Kepercayaan Diri * Body Image	Between Groups	Linearity	Deviation from Linearity	1333,720	1	1333,720	22,224	,000
				2632,013	25	105,281	1,754	,145
	Within Groups			780,167	13	60,013		
Total				4745,900	39			

Measures of Association

				R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kepercayaan Diri * Body Image				,530	,281	,914	,836



**LAMPIRAN E:**

**UJI KORELASI**

**CORRELATIONS**

/VARIABLES=x y  
 /PRINT=TWOTAIL NOSIG  
 /STATISTICS DESCRIPTIVES  
 /MISSING=PAIRWISE.

**Correlations**

**Notes**

Output Created		12-JUL-2021 16:25:13
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	40
Missing Handling	Definition of Missing Value	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
		CORRELATIONS /VARIABLES=x y /PRINT=TWOTAIL NOSIG /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING=PAIRWISE.
Syntax		
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,07

[DataSet2]

**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Body Image	132,50	10,256	40
Kepercayaan Diri	133,95	11,031	40

**Correlations**

		Body Image	Kepercayaan Diri
Body Image	Pearson Correlation	1	,530**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	40	40
Kepercayaan Diri	Pearson Correlation	,530**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	40	40

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



**LAMPIRAN F:**  
**SKALA *BODY IMAGE***

Nama Inisial :

Jenis Kelamin (L/P) :

### **Petunjuk Pengisian**

Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan cara memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom **SS** (sangat setuju), **S** (setuju), **TS** (tidak setuju), **STS** (sangat tidak setuju) pada lembar jawaban yang sudah disediakan. Terimakasih.

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa bentuk tubuh saya sudah memenuhi kriteria				
2.	Saya merasa orang lain memperhatikan penampilan saya				
3.	Saya merasa khawatir dengan bentuk tubuh saya				
4.	Saya risih ketika berhadapan dengan orang lain				
5.	Saya merasa memiliki penampilan yang menarik				
6.	Saya merasa memiliki penampilan yang kurang menarik dibandingkan dengan teman-teman yang lain				
7.	Saya puas dengan penampilan saya				
8.	Saya merasa kurang nyaman ketika saya memakai pakaian yang membentuk tubuh				
9.	Saya tidak masalah dengan penampilan saya				
10.	Saya berolahraga hanya saat saya merasa berat badan saya naik				
11.	Saya tidak masalah dengan berat badan saya				
12.	Saya berusaha untuk tidak makan pada malam hari				
13.	Saya percaya diri ketika berhadapan dengan orang lain				
14.	Mengurus penampilan hanya membuang-				

	buang waktu				
15.	Saya merasa orang lain membicarakan penampilan saya				
16.	Perut saya terlihat buncit dibandingkan dengan teman-teman saya				
17.	Saya tidak peduli dengan penampilan sehari-hari				
18.	Saya memakai pakaian apa saja yang saya inginkan				
19.	Saya harus menimbang berat badan agar berat badan saya terjaga				
20.	Menurut saya wajah saya kurang menarik				
21.	Saya selalu berolahraga agar tubuh saya tetap ideal				
22.	Saya memperhatikan penampilan saya				
23.	Saya dapat makan kapanpun dan apa saja yang saya inginkan				
24.	Saya merasa aneh dengan bentuk hidung saya				
25.	Saya sering memakai pakaian yang gelap dan longgar agar bentuk tubuh saya tidak terlalu menonjol				
26.	saya tidak percaya diri dengan wajah kusam dan berjerawat				
27.	Saya berolahraga agar memiliki perut yang rata seperti model yang ada di media				
28.	Saya memiliki bentuk tubuh yang tidak saya inginkan				
29.	Saya tidak masalah gemuk dan berat badan saya naik yang penting sehat				
30.	Saya mempunyai wajah yang menarik				
31.	Saya merasa tinggi badan saya kurang menarik				
32.	Saya memiliki lengan dan paha yang besar sehingga membuat saya tidak percaya diri				
33.	Saya tidak masalah memiliki bentuk tubuh yang gemuk				
34.	saya percaya diri dengan bentuk hidung saya				
35.	Saya merasa bentuk tubuh saya berlebihan				
36.	Saya perlu merawat wajah agar bersih dan bebas dari jerawat				
37.	Saya merasa bentuk tubuh yang gemuk itu menarik				
38.	Saya puas dengan bentuk tubuh saya				
39.	Saya tidak memikirkan apa yang saya				

	konsumsi				
40.	Saya merasa bentuk tubuh saya bagus				
41.	Saya sudah puas dengan berat badan saya saat ini				
42.	Berat badan saya sesuai dengan bentuk tubuh saya				
43.	Saya makan apa saja yang saya inginkan asalkan itu sehat				
44.	Saya takut ketika saya mengalami kenaikan berat badan				
45.	Saya khawatir menjadi gemuk				
46.	Saya tidak masalah mempunyai bentuk tubuh yang kurus asalkan sehat				
47.	Saya melakukan diet untuk menurunkan berat badan				
48.	Saya merasa bentuk tubuh saya terlalu kurus				
49.	Saya tidak masalah dengan tinggi badan yang saya miliki				
50.	Saya mengurangi asupan yang dapat memicu kegemukan				
51.	Saya tidak percaya diri jika badan saya kurus/gemuk				
52.	Tinggi badan saya bukan kriteria tinggi badan yang ideal				
53.	Saya merasa berat badan saya naik dengan cepat				
54.	Saya khawatir dengan berat badan yang belum ideal				
55.	Saya menjaga makanan yang saya konsumsi				
56.	Saya merasa percaya diri dengan tinggi badan saya				
57.	Saya memiliki berat badan yang saya harapkan				
58.	Saya merasa nyaman dengan tinggi badan yang saya miliki				
59.	Bentuk badan yang saya miliki tergolong ideal				
60.	Saya membandingkan tinggi badan saya dengan orang lain				



**LAMPIRAN G:**

**SKALA KEPERCAYAAN DIRI**

Nama Inisial :

Jenis Kelamin (L/P) :

### Petunjuk Pengisian

Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan pendapat anda dengan cara memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom **SS** (sangat setuju), **S** (setuju), **TS** (tidak setuju), **STS** (sangat tidak setuju) pada lembar jawaban yang sudah disediakan. Terimakasih.

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya melakukan sesuatu hal sesuai keinginan saya				
2.	Saya selalu menunggu persetujuan dari orang lain ketika mengambil suatu keputusan				
3.	Saya merasa yakin dengan kemampuan saya untuk mempelajari hal-hal baru				
4.	Saya menunggu jawaban dari tugas orang lain				
5.	Saya yakin dapat menyelesaikan sesuatu tanpa bantuan orang lain				
6.	Saya selalu bergantung dengan orang lain ketika mengerjakan sesuatu				
7.	Saya yakin dalam mengambil keputusan tanpa persetujuan orang lain				
8.	Saya memiliki rasa optimis yang tinggi untuk mencapai atau memperoleh sesuatu				
9.	Saya melakukan sesuatu hal sesuai dengan yang orang lain lakukan				
10.	Saya selalu mengejakan tugas dengan sendiri				
11.	Saya selalu merasa tidak bisa mengerjakan suatu pekerjaan yang sulit				
12.	Saya dapat mengerjakan suatu hal dengan baik				
13.	saya kurang siap dalam menghadapi masalah-masalah dalam hidup saya				
14.	Saya mempelajari hal-hal yang sudah saya				

	pelajari				
15.	Saya yakin dapat mewujudkan mimpi saya				
16.	Saya merasa bahwa orang lain melakukan sesuatu lebih baik dari pada apa yang bisa saya lakukan				
17.	saya merasa tidak mampu untuk menyelesaikan suatu pekerjaan yang dianggap sulit oleh orang lain				
18.	Saya percaya diri atas apa yang saya lakukan demi mengembangkan potensi saya				
19.	Saya merasa saya akan gagal dalam mengerjakan sesuatu				
20.	Saya menghargai dan menerima pendapat dari orang lain				
21.	Saya sulit menerima masukan dari orang lain				
22.	Semangat saya mudah goyah				
23.	Saya senang ketika masalah yang saya hadapi dapat masukan dari orang sekitar				
24.	Saya lebih senang menyelesaikan suatu masalah dengan sendiri tanpa bantuan pendapat orang lain				
25.	Saya mudah menyerah untuk mengembangkan potensi yang saya miliki				
26.	Saya menerima jika pendapat saya tidak disetujui orang lain				
27.	Saya kesal dan kecewa jika pendapat saya tidak disetujui oleh orang lain				
28.	Saya hanya ingin pendapat saya yang diterima				
29.	saya optimis bahwa saya bisa mencapai hasil yang memuaskan dalam pekerjaan saya				
30.	Saya dapat menerima keputusan orang lain walaupun berbeda dengan pendapat saya				
31.	Saya merasa tersinggung ketika pendapat saya tidak diterima				
32.	Saya yakin dapat melalui masalah-masalah dalam hidup saya				
33.	Saya yakin kegagalan dalam menyelesaikan suatu masalah ada hikmah yang bisa saya ambil				
34.	Saya yakin dapat mengerjakan suatu pekerjaan yang orang lain rasa sulit untuk mengerjakannya				
35.	Sudut pandang saya yang paling masuk akal				

36.	Saya yakin bahwa setiap orang mempunyai sudut pandang masing-masing				
37.	Saya mengabaikan komitmen yang sudah saya sepakati				
38.	Saya merasa semua masalah pasti ada jalan keluarnya				
39.	Saya merasa lelah dengan semua permasalahan hidup				
40.	Saya cenderung menghindar ketika ada masalah				
41.	Saya selalu mengeluh atas masalah yang saya hadapi				
42.	Saya menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya				
43.	Saya bertanggung jawab atas komitmen yang sudah saya sepakati				
44.	Saya mudah cemas dalam menghadapi suatu permasalahan				
45.	Saya selalu sabar dalam menyelesaikan permasalahan				
46.	Saya menyerah dalam menyelesaikan suatu masalah				
47.	Saya menyelesaikan masalah dengan pikiran yang logis				
48.	Saya berusaha bertanggung jawab atas masalah yang saya hadapi				
49.	Saya berusaha bersikap dewasa dalam menyelesaikan masalah				
50.	Saya senang menerima masukan dan kritikan ketika berpendapat				
51.	Saya merasa yakin dengan kemampuan saya untuk mengatasi suatu permasalahan				
52.	Saya merasa rendah diri ketika mempunyai masalah dan menilai segala sesuatu dari sisi negatif				
53.	Saya selalu menjelaskan sesuatu sesuai dengan fakta				
54.	Saya ingin yang mudah dalam menjelaskan sesuatu walau tidak sesuai dengan fakta				
55.	Saya memikirkan dan mempertimbangkan setiap saran yang diberikan oleh orang lain				
56.	Masalah yang rumit tidak membuat saya berfikir secara logis				
57.	Ketika mendapat masalah saya berusaha berfikir jernih				
58.	Saya selalu takut ketika disuruh untuk berpendapat				

59.	Saya langsung menerima saran dari orang lain walaupun itu tidak masuk akal				
60.	Ketika mendapat masalah saya langsung menyerah				







**REPUBLIC OF INDONESIA**  
**SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM ACEH TAMIANG**  
JURUSAN TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN, SYARĪ'AH, EKONOMI, BISNIS ISLAM, PSIKOLOGI ISLAM,  
USHULUDDIN, DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
**Karang Baru-Kabupaten Aceh Tamiang-Pemerintahan Aceh**

Jln. Medan - Banda Aceh Km. 137. Tanah Terban Kec. Karang Baru Kab. Aceh Tamiang Provinsi Aceh Telp/Fax. (0641) 424234. Hp. 08121837858

Nomor : 07/K/STAI-AT/IP/III/2021  
Lamp : -  
Hal : **Izin Penelitian**

Kepada Yth:

**Wakil Dekan Bidang Akademik**  
**Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**  
di  
Tempat

Sehubungan dengan surat Saudara Nomor: 236/FPSI/01.10/III/2021 tanggal 8 Maret 2021, perihal Pengambilan Data untuk penelitian ilmiah. Maka dengan kami menyatakan bahwa memberikan izin penelitian kepada yang tersebut dibawah ini:

Nama : **Syahnaz Fildzah**  
NPM : 148600134  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Demikian surat ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Karang Baru, 10 Maret 2021

Ketua,

  
**Dr. Muzakkir Samidan Prang, SH, MH, M.Pd**



**REKEMENTERAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM ACEH TAMIANG**  
JURUSAN TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN, SYARI'AH, EKONOMI, BISNIS ISLAM, PSIKOLOGI ISLAM,  
USHULUDDIN, DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
**Karang Baru-Kabupaten Aceh Tamiang-Pemerintahan Aceh**

Jln. Medan - Banda Aceh Km. 137. Tanah Terban Kec. Karang Baru Kab. Aceh Tamiang Provinsi Aceh Telp/Fax. (0641) 424234. Hp. 08121837858

Nomor : 20/K/STAI-AT/MP/IV/2021  
Lamp : -  
Hal : **Selesai Melakukan Penelitian**

Kepada Yth:

**Wakil Dekan Bidang Akademik**  
**Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**  
di  
Tempat

Sehubungan dengan surat Saudara Nomor: 236/FPSI/01.10/III/2021 tanggal 8 Maret 2021, perihal Pengambilan Data untuk penelitian ilmiah. Maka dengan kami menyatakan bahwa yang tersebut dibawah ini:

Nama : **Syahnaz Fildzah**  
NPM : 148600134  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Telah melakukan penelitian untuk penyelesaian skripsi dengan judul **“Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa di Sekolah Tinggi Agama Islam Aceh Tamiang”**.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Karang Baru, 12 April 2021

**Ketua,**



**Dr. Muzakkir Samidan Prang, SH, MH, M.Pd**