

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

OLEH:

Soraya Mayori

18.860.0297



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023**

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 3/10/23

Access From (repository.uma.ac.id)3/10/23

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

Oleh:

Soraya Mayori

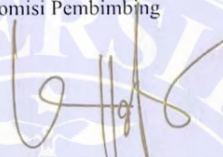
18.860.0297

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023**


HALAMAN PENGESAHAN


Judul Skripsi : Hubungan antara *Body Image* dengan
Kepercayaan Diri pada Mahasiswi Fakultas Psikologi
Univerisitas Medan Area
Nama : Soraya Mayori
NPM : 18.860.0297
Fakultas : Psikologi

Disetujui Oleh
Komisi Pembimbing


Ayudia Popy Scsilia, S.Psi, M.Si
Pembimbing




Hasanuddin, Ph.D
Dekan


Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog
Ka. Prodi/WD I

Tanggal Lulus : 15 Agustus 2023

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar serjana 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 sanksisanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 15 Agustus 2023



Soraya Mayori
188600297

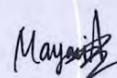
**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKIRPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Soraya Mayori
NPM : 18.860.0297
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

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 antara *Body image of* dengan Kepercayaan diri pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan 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 : Medan
Pada tanggal : 15 Agustus 2023
Yang menyatakan



(Soraya Mayori)

Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Oleh :

Soraya Mayori

18.860.0297

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimilikinya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya bagaimana individu dapat mempersepsikan penampilan fisiknya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja akhir. Mahasiswi psikologi hendaknya kepercayaan diri yang tinggi sebagai bekal dalam menjalin komunikasi dengan lingkungan sekitar. Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang penting sebagai sarana untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif korelasional. Populasi penelitian berjumlah 252 siswi dengan sampel 60 siswi diperoleh melalui teknik random sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan skala *body image* dan skala kepercayaan diri. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitian antara *body image* dan kepercayaan diri terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan, hal ini dibuktikan dengan analisis data diperoleh nilai r hitung = 0,961 dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), kesimpulan penelitian adalah terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri.

Kata Kunci : *Body Image*, Kepercayaan Diri, Mahasiswi

***The Correlation Between Body Image and Self-Confidence in Psychology
Students of Medan Area University***

By :

Soraya Mayori

18.860.0297

ABSTRACT

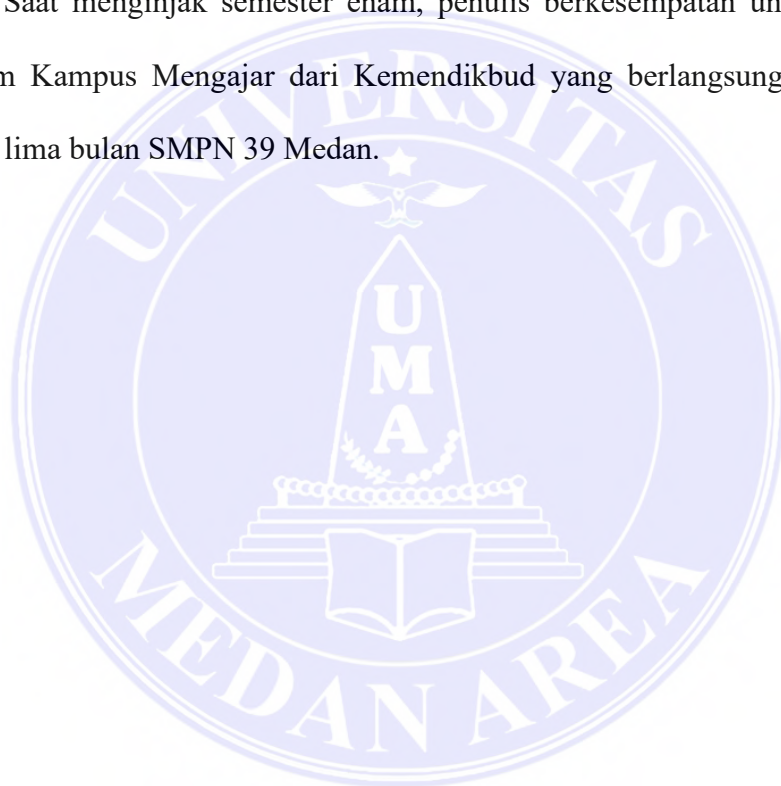
This study aims to determine the correlation between body image and self-confidence in female students of the Faculty of Psychology, Medan Area University. Self-confidence is a person's belief in their abilities. Many factors can affect a person's self-confidence, one of which is how individuals can perceive their physical appearance. When individuals are satisfied with their physical condition, they will have high self-confidence, and vice versa. Psychology students should have high self-confidence as a provision in establishing communication with the surrounding environment. Self-confidence is an important aspect of human personality as a means to actualize their potential. The purpose of this study was to determine the relationship between body image and self-confidence in late adolescents. This research is a descriptive quantitative correlational research. The study population amounted to 252 female students with a sample of 60 female students obtained through random sampling technique. Data collection techniques using body image scale and self-confidence scale. Data analysis techniques using product moment correlation. The results of the study between body image and self-confidence there is a positive and very significant correlation, this is evidenced by data analysis obtained r value = 0.961 and $p = 0.000$ ($p < 0.05$), the conclusion of the study is that there is a significant correlation between body image and self-confidence.

Keywords : Body Image, Self Confidence, Students

RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Medan tanggal 26 april 2000 dari ayah yang bernama Ari romianda dan Ibu Sofia Idawati Lubis, Peneliti merupakan putri kedua dari lima bersaudara. Tahun 2018 Peneliti lulus dari SMA SWASTA Harapan 1 Medan dan pada tahun 2018 terdaftar sebagai mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Saat menginjak semester enam, penulis berkesempatan untuk mengikuti program Kampus Mengajar dari Kemendikbud yang berlangsung kurang lebih selama lima bulan SMPN 39 Medan.



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala Rahmat dan Hidayah yang telah diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”, sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar sarjana Strata Satu (S1) Program Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Ayudia Popy Sesilia, S.Psi, M.Si selaku pembimbing yang telah banyak memberikan saran. Ungkapan terima kasih juga disampaikan kepada ayah, ibu, serta seluruh keluarga dan teman terdekat atas segala doa dan perhatiannya.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat mendidik dan membangun sehingga skripsi penelitian ini bisa menjadi lebih baik dan bermanfaat.

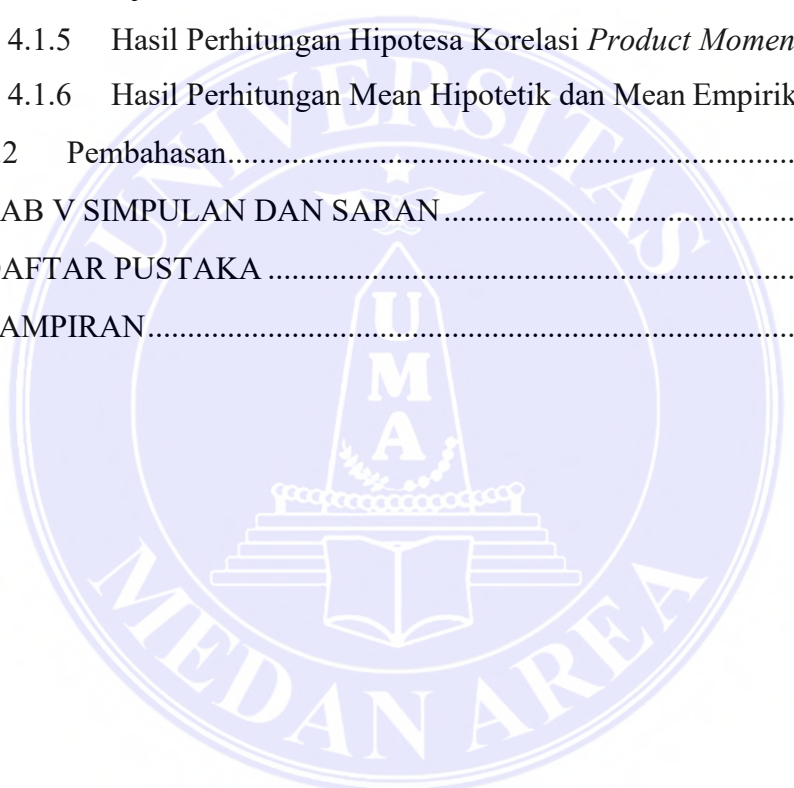
Penulis

Soraya Mayori
188600297

DAFTAR ISI

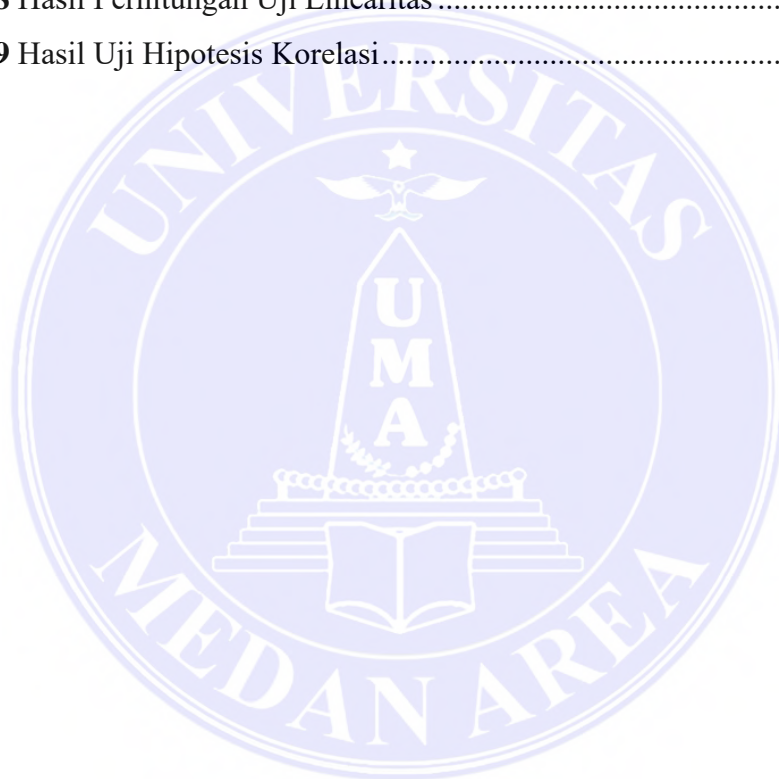
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Hipotesis Penelitian	8
1.5 Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Kepercayaan Diri	11
2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri	11
2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	12
2.1.3 Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	15
2.1.4 Ciri-Ciri Individu yang Memiliki Kepercayaan Diri	17
2.2 <i>Body Image</i>	19
2.2.1 Pengertian <i>Body Image</i>	19
2.2.2 Faktor-Faktor <i>Body Image</i>	20
2.2.3 Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	22
2.3 Hubungan antara <i>Body Image</i> dengan Kepercayaan Diri	26
2.4 Kerangka Konseptual.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	29
3.2 Bahan dan Alat.....	29
3.3 Metodologi Penelitian.....	33

3.4	Populasi dan Sampel	35
3.5	Prosedur Kerja	35
BAB IV		37
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		37
4.1	Hasil	37
4.1.1	Hasil Uji Validitas Dan Reabilitas Skala <i>Body Image</i>	37
4.1.2	Uji Validitas Dan Reabilitas Skala Kepercayaan Diri.....	39
4.1.3	Uji Normalitas	41
4.1.4	Uji Linearitas	41
4.1.5	Hasil Perhitungan Hipotesa Korelasi <i>Product Moment</i>	42
4.1.6	Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	43
4.2	Pembahasan.....	45
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		48
DAFTAR PUSTAKA		51
LAMPIRAN.....		55



DAFTAR TABEL

Table 1 Distribusi Skala Body Image Sebelum Uji Coba	30
Table 2 Distribusi Skala Kepercayaan Diri Sebelum Uji Coba	32
Table 3 Hasil Perhitungan Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
Table 4 Hasil Perhitungan Uji Linearitas	Error! Bookmark not defined.
Table 5 Distribusi Skala Body Image Setelah uji coba	38
Table 6 Distribusi Skala Kepercayaan Diri Setelah uji coba	40
Table 7 Hasil Perhitungan Uji Normalitas	41
Table 8 Hasil Perhitungan Uji Linearitas	42
Table 9 Hasil Uji Hipotesis Korelasi.....	42



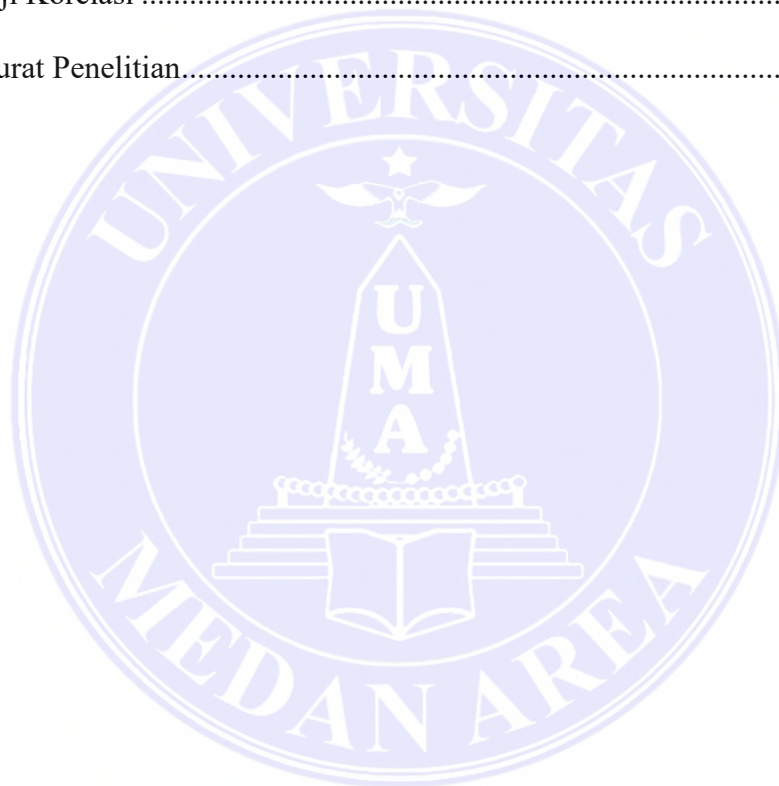
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konseptual.....	28
Gambar 2 Kurva Variabel Body Image.....	43
Gambar 3 Kurva Variabel Kepercayaan Diri	44



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Skala <i>Body Image</i>	56
Lampiran B Skala Kepercayaan Diri	59
Lampiran C Data Mentah Skala <i>Body Image</i> (Variabel X)	62
Lampiran D Data Mentah Skala Kepercayaan Diri (Variabel Y)	64
Lampiran E Uji Validitas dan Reliabilitas	66
Lampiran F Uji Normalitas dan Uji Linearitas	77
Lampiran G Uji Korelasi	78
Lampiran H Surat Penelitian.....	79



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja berasal dari bahasa latin *adolescens* yang artinya “Tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan” (Santrock dalam Deni dan Ifdil, 2016) membedakan masa remaja menjadi periode awal dan periode akhir. Masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 hingga 22 tahun, individu yang tergolong remaja akhir sedang berada dalam keadaan labil dan emosional karena mengalami banyak perubahan-perubahan yang berlangsung cepat baik perubahan hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial. Salah satu akibat perubahan ini adalah hilangnya kepercayaan diri kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap situasi yang dihadapinya.

Menurut Wiranatha dan Supriyadi (2015) pada masa remaja terdapat tugas- tugas perkembangan, selain mengalami perubahan-perubahan, salah satunya adalah menerima keadaan perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Tugas perkembangan remaja antara lain: memperluas hubungan berkomunikasi secara lebih dewasa dengan teman sebayanya baik laki-laki maupun perempuan, memperoleh peranan sosial, menerima kebutuhannya dan menggunakannya secara efektif, memperoleh kebebasan emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, mencapai kepastian akan kebebasan dan kemampuan berdiri sendiri, memilih dan mempersiapkan diri untuk bekerja.

Menurut Wiranatha dan Supriyadi (2015) kenyataannya, hanya sedikit remaja yang dapat melaksanakan tugas perkembangan tersebut karena muncul

rasa tidak puas dengan tubuhnya, muncul kesadaran bahwa daya tarik fisik sangat berperan dalam berinteraksi sosial, serta adanya perhatian remaja terhadap tubuhnya dan mulai mengembangkan pikirannya mengenai seperti apa bentuk tubuhnya. Penelitian yang dilakukan oleh Dianningrum dan Satwika (2021) menunjukkan bahwa masa remaja yang mengalami perubahan fisik berkali-kali akan membentuk *body image* yang berubah-ubah seperti perubahan tinggi badan, berat badan ataupun perubahan yang terjadi pada wajahnya. Perubahan *body image* dapat berubah dari negatif menjadi positif, begitupun sebaliknya.

Pertumbuhan tubuh yang tidak sesuai dengan standar yang berlaku serta adanya reaksi dari orang disekitar terhadap berbagai bentuk tubuh membuat remaja, khususnya remaja perempuan, menjadi tidak puas dan menilai tubuhnya dengan negatif, hal tersebut membuat remaja perempuan menjadi cemas dan tidak percaya diri.

Pada hakikatnya setiap manusia diciptakan dengan memiliki rasa percaya diri, namun rasa percaya diri itu berbeda antara orang yang satu dengan yang lain. Sebagian individu yang memiliki rasa percaya diri tinggi tapi sebagian individu yang memiliki rasa percaya diri yang rendah.

Tidak semua manusia diciptakan dengan memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi, sebagian memiliki rasa kurang percaya diri. Untuk menghadapi lingkungan, mahasiswi psikologi membutuhkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Sehingga dengan modal tersebut, mahasiswi dapat beraktivitas dalam menjalankan tugas-tugas di Perguruan Tinggi dengan baik.

Mahasiswi psikologi hendaknya kepercayaan diri yang tinggi sebagai bekal dalam menjalin komunikasi dengan lingkungan sekitar. Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang penting sebagai sarana untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki.

Sedangkan menurut Pratiwi dan Laksmiwati (2016), kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan dan keyakinan ini membuat individu merasa mampu mencapai tujuan hidup yang berbeda dan senang beradaptasi dengan lingkungannya.

Menurut Maulida dan Dhanita (2012) rasa percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan melainkan diperoleh dari pengalaman hidup, serta dapat diajarkan, sehingga upaya-upaya tertentu dapat dilakukan untuk membentuk dan meningkatkan rasa percaya diri.

Dampak positif ketika individu memiliki kepercayaan diri adalah mampu untuk mengatasi tantangan baru, meyakinkan diri sendiri dalam situasi sulit, dapat melewati batasan yang menghambat serta menyelesaikan hal yang belum pernah individu lakukan (Prasetiawan dan Saputra, 2018).

Dampak negatif ketika individu tidak percaya diri karena individu tersebut memiliki pola pikir negatif dan itu dapat menimbulkan dampak negatif. Dampak negatif rendahnya percaya diri bisa dilihat dari dua hal, yaitu dampak akademik dan non akademik. Dampak akademik dari rendahnya kepercayaan diri bisa membuat menurunnya motivasi belajar dan dampak non akademik dapat menimbulkan kecemasan yang berlebihan (Prasetiawan dan Saputra 2018).

Dampak negatif dari tidak percaya diri menurut peneliti terdahulu adalah orang yang tidak percaya diri akan memiliki hambatan dalam perkembangannya untuk bersosialisasi, mengembangkan potensi yang ia miliki, dan mengenal dirinya sendiri (Riyanti dan Darwis, 2020). Ciri-ciri individu yang tidak memiliki kepercayaan diri adalah individu yang tidak percaya diri akan menunjukkan perilaku seperti, tidak bisa berbuat banyak, selalu ragu dalam menjalankan tugas, tidak berani berbicara jika tidak mendapatkan dukungan, menutup diri, cenderung sedapat mungkin menghindari situasi & komunikasi, menarik diri dari lingkungan, sedikit melibatkan diri dalam kegiatan atau kelompok (Fitri dkk, 2018).

Menurut Kusumaningtyas (2012) individu yang memiliki tidak memiliki kepercayaan diri memiliki ciri-ciri sebagai berikut : Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu, sulit menetralisasi timbulnya ketegangan di dalam suatu situasi, gugup dan kadang-kadang bicara gagap, sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah, misalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa pada beberapa dari mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area merasa tidak percaya diri ketika akan bertemu dengan teman dan orang-orang yang sedang berada di sekitar mereka, mereka khawatir bentuk tubuh mereka akan selalu di komentari dan khawatir terhadap cara pandang orang kepada tubuh dan wajah terhadap dirinya. Perilaku yang dapat dilihat juga beberapa mahasiswi menolak ajakan teman nya ketika diajak foto bersama, jika fotonya

tidak menggunakan filter.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan bahwa sebagian mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area tidak percaya diri ketika akan bertemu dengan teman dan orang-orang yang sedang berada di sekitar mereka, mereka khawatir bentuk tubuh mereka akan selalu di komentari dan khawatir terhadap cara pandang orang kepada tubuh dan wajah, menghindari teman-temannya dan perilaku tersebut sesuai dengan yang dikatakan oleh Kusumaningtyas (2012) bahwa individu yang tidak percaya diri akan menampilkan mudah cemas, sulit menetralisasi timbulnya ketegangan di dalam suatu situasi, gugup dan kadang-kadang bicara gagap, misalnya dengan mengisolasi diri yang dapat menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.

Denich dan Ifdil (2017) menjelaskan perubahan tubuh dapat mengakibatkan perubahan sikap salah satunya adalah hilangnya kepercayaan diri. Remaja yang awalnya sangat yakin pada diri sendiri, menjadi kurang percaya diri dan cenderung menjauh dari orang sekitar karena kritik yang bertubi-tubi datang dari orang tua dan teman-temannya.

Salah satu faktor yang menjadi pengaruh kepercayaan diri adalah *body image*. Menurut Arthur (dalam Amandha dan Ifdil, 2015), persepsi *body image* merupakan persepsi subjektif individu terhadap tubuh, terutama berhubungan dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus sesuai dengan persepsi tersebut. Pembentukan *body image* dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik. Oleh karena itu, proses perbandingan sosial berlangsung dalam pembentukan *body image*

remaja.

Mahasiswi psikologi yang memiliki *body image* positif memberi dampak positif pada karir dimasa depan misalnya pada saat akan membantu individu lain berdamai dengan dirinya, mahasiswi psikologi juga sudah harus berdamai dengan dirinya agar lebih percaya diri dalam mengarahkan serta memotivasi individu lain berdamai dengan dirinya.

Pengertian *body image* menurut Amanda dan Ifdil (2015) adalah imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang berhubungan dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi tersebut. *Body image* yang tidak sesuai dengan yang diinginkan, biasanya menjadi hambatan dalam menjalankan perannya dalam lingkungan sosial dan dapat mempengaruhi rasa percaya dirinya (Aisyah dan Mardiyanti, 2021).

Beberapa peneliti menggunakan istilah *body image* terkait dengan penampilan, sementara yang lain termasuk sebagai penilaian tentang fungsi tubuh, gerakan tubuh, koordinasi tubuh, dan banyak lagi. Hal ini didasarkan pada persepsi orang lain, sebagian orang menganggap kondisi *body image* seseorang tidak sesuai dengan keinginan mereka, sementara individu yang lain menganggapnya menarik, tetapi individu tersebut menganggapnya cacat fisik.

Berdasarkan hasil dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ifdil, Denich, dan Ilyas (2017) yang melakukan penelitian serupa dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”, penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Dari pernyataan salah satu

remaja putri yang berinisial AM membandingkan *body image* yang dimilikinya dengan teman sebayanya menyatakan bentuk tubuh yang dimilikinya saat ini sangatlah tidak ideal dan sangat berisi dibandingkan remaja putri lainnya.

AM memiliki persepsi *body image* yang negatif terhadap dirinya, akibatnya AM memiliki kepercayaan diri yang rendah ketika keluar rumah atau berada di tempat yang ramai. AM harus memikirkan penampilannya agar tidak terlihat begitu buruk di antara individu yang memiliki tubuh yang ideal.

Peneliti menggunakan Teori perbandingan sosial (*social comparison*) karena di dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 variabel yaitu variabel *body image* yang dijelaskan oleh Alifa dan Rizal (2020) menyebutkan bahwa individu memiliki dorongan untuk menentukan kemajuan dan kedudukan individu dalam kehidupan. Sebagai akibat dari dorongan untuk menentukan kemajuan yang dimiliki, individu akan cenderung mencari standar yang dapat mereka jadikan objek pembandingan. Teori ini membedakan dua jenis perbandingan sosial yaitu perbandingan sosial ke atas dan perbandingan sosial ke bawah.

Tindakan yang dilakukan oleh individu seperti membandingkan dirinya dengan individu lain, yang individu nilai lebih baik dari dirinya disebut sebagai perbandingan keatas (*upward comparison*). Sebaliknya, ketika individu membandingkan diri mereka dengan seseorang yang dinilai tidak lebih baik dari dirinya disebut sebagai perbandingan sosial kebawah (*downward comparison*). Bentuk perbandingan sosial diantaranya ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Amarina dan Laksmiwati (2021) dalam penelitiannya, sebagian subjek membandingkan dirinya dengan artis dan

temannya yang dianggap memiliki penampilan yang ideal. Proses membandingkan diri tersebut menyebabkan seseorang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya.

Setiap individu memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkannya termasuk bentuk tubuh ideal seperti apa yang ingin dimilikinya. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh dengan persepsi individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Dari uraian permasalahan dan teori diatas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan pada penelitian ini yang hendak dicapai adalah untuk mengetahui adanya hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada sebagian mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

1.4 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan teori hipotesis penelitian yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri di asumsikan semakin positif *body image* individu maka semakin tinggi kepercayaan dirinya dan sebaliknya semakin negatif *body image* individu maka semakin rendah kepercayaan diri.



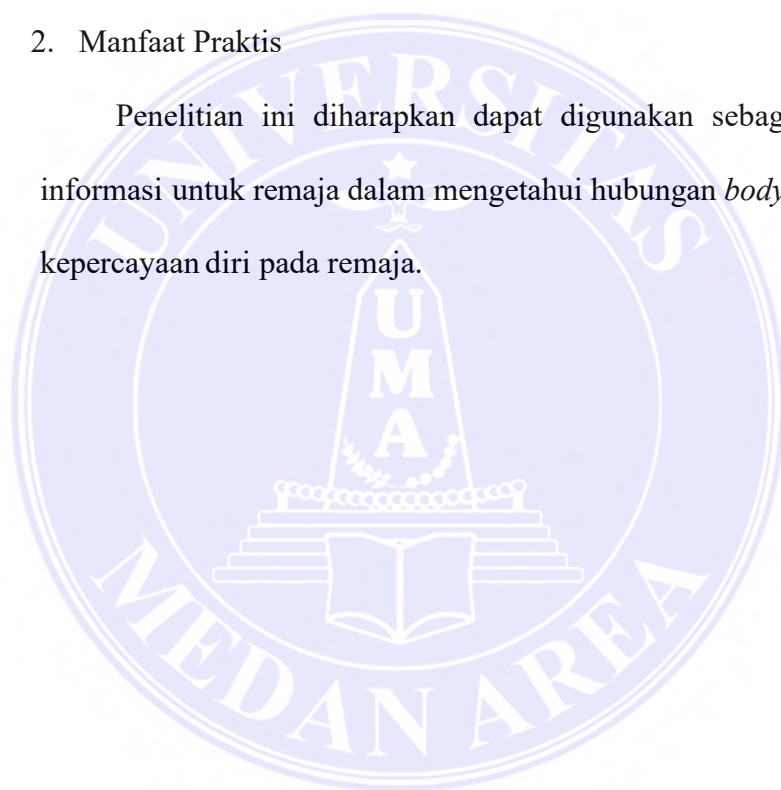
1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat menambah kontribusi terhadap pengembangan kajian ilmu psikologi, khususnya di bidang psikologi perkembangan serta dapat digunakan sebagai referensi dalam melanjutkan penelitian terkait dengan hubungan *body image* dengan kepercayaan diri.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumbangan informasi untuk remaja dalam mengetahui hubungan *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kepercayaan Diri

2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri

Moorman, Deshpande dan Zaltman (1993) memahami kepercayaan diri sebagai kesediaan seseorang untuk menggantungkan dirinya pada pihak lain yang terlibat dalam pertukaran karena ia mempunyai keyakinan pada pihak lain, dan kepercayaan akan ada apabila seseorang mempunyai keyakinan terhadap orang lain yang terlibat dalam pertukaran yang mempunyai reliabilitas dan integritas.

Menurut Amin (2018) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Kepercayaan diri ialah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai suatu tujuan (Rofida dan Puspitosari, 2021).

Menurut Girindra dkk (2018) kepercayaan diri adalah memiliki keyakinan dan berfikir positif dalam melakukan kegiatan sehari-hari dan tidak mengkhawatirkan. Menurut Andiwijaya dan Liauw (2019) kepercayaan diri merupakan sikap seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat berpikir positif, memiliki kemandirian dan kemampuan mencapai segala sesuatu yang diinginkan.

Menurut Keu dan Khotimah (2019) kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya. Menurut Pratiwi dan Laksmiwati (2016), kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan dan keyakinan ini membuatnya merasa mampu mencapai tujuan hidup yang berbeda dan senang beradaptasi dengan lingkungannya.

Berdasarkan definisi-definisi yang dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan kesediaan diri seseorang, sikap keyakinan atas kemampuan diri sendiri dan sikap seseorang yang dapat menerima kenyataan dan berpikir positif.

2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dapat dipengaruhi beberapa faktor menurut Dianningrum dan Satwika (2021) terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri:

a. Pola Asuh

Perempuan dianggap memiliki rendahnya kepercayaan diri karena memiliki sifat lemah dan harus di lindungi

b. Jenis Kelamin

Perempuan dianggap memiliki rendahnya kepercayaan diri karena memiliki sifat lemah dan harus di lindungi.

c. Pendidikan

Seseorang yang memiliki penampilan menarik akan diperlakukan lebih baik, sehingga memiliki kepercayaan diri yang tinggi, salah satu hal yang berhubungan dengan penampilan fisik yaitu *body image*.

d. *Body Image*

Seseorang yang memiliki penampilan menarik akan diperlakukan lebih baik, sehingga memiliki kepercayaan diri yang tinggi, salah satu hal yang berhubungan dengan penampilan fisik yaitu *body image*.

Menurut Deni dan Ifdil (2016) kepercayaan diri dapat dipengaruhi beberapa faktor seperti berikut :

a. Penampilan Fisik

Sejumlah peneliti telah menemukan penampilan fisik dan *body image* merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri remaja. 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.

b. Konsep Diri

Deni dan Ifdil (2016) juga menemukan adanya hubungan yang kuat antara penampilan fisik dengan harga diri secara umum yang tidak hanya dimasa remaja tapi juga sepanjang masa hidup, dari masa kanak-kanak awal hingga usia dewasa pertengahan. Pada salah satu penelitian baru-baru ini dikemukakan konsep diri remaja yang berhubungan dengan ketertarikan fisik merupakan faktor terkuat untuk meramalkan rasa percaya diri secara keseluruhan dari remaja.

c. Hubungan dengan Orang Tua

Dalam satu penelitian yang luas mengenai hubungan orang tua dan anak dengan rasa percaya diri, terdapat suatu alat ukur rasa percaya diri yang diberikan kepada anak laki-laki, dan kemudian anak laki-laki beserta ibunya diwawancarai mengenai hubungan keluarga mereka (Deni dan Ifdil 2016).

Menurut Syam dan Amri (2017) kepercayaan diri dipengaruhi beberapa faktor:

a. Konsep Diri

Terbentuknya kepercayaan diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri.

b. Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif dan tingkat harga diri yang tinggi akan memengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

c. Pengalaman

Pengalaman bisa menjadi faktor munculnya rasa.

Berdasarkan uraian para ahli diatas dari pemaparan para ahli diatas terkait faktor kepercayaan diri seseorang adalah konsep diri, harga diri, pengalaman, pendidikan, rasa aman, penampilan fisik dan orangtua selain itu ada faktor internal yang meliputi perkembangan konsep yang diperoleh dari pergaulannya dalam kelompok, harga diri, kondisi fisik (*body image*) dan

pengalaman hidup yang mengecewakan serta faktor eksternal yang meliputi pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan pengalaman hidup.

2.1.3 Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Dikemukakan oleh Amin (2018), aspek kepercayaan diri sebagai berikut.

a. Keyakinan akan kemampuan diri

Individu memiliki keyakinan bahwa mampu melakukan sesuatu sesuai yang diharapkan tanpa bantuan dan dukungan orang lain, mandiri dan berani menghadapi resiko apa yang telah dilakukan

b. Optimis

Seseorang yang selalu berfikir positif dan selalu optimis terhadap apa yang terjadi dan tidak mudah putus asa, orang yang optimis cenderung bahwa percaya kegagalan adalah sesuatu hal yang *temporal*.

c. Menerima apa adanya

Penerimaan merupakan sikap yang menunjukkan rasa senang dan selalu menerima.

d. Mempunyai gambaran diri yang baik

Adalah cara individu menilai diri sendiri dari segi acuan internal dan pola acuan eksternal. Secara internal mengandung aspek penilaian lingkungan terhadap individu.

Dianningrum dan Satwika (2021) menyebutkan lima aspek dari kepercayaan diri, yaitu:

a. Yakin terhadap kemampuan pribadi

Seseorang yang memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu

menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

b. Optimis

Seseorang yang memiliki keyakinan dapat meraih kesuksesan dan tidak mudah menyerah.

c. Objektif

Seseorang yang bisa menerima pendapat dari orang lain.

d. Tanggung jawab

Seseorang yang memiliki keberanian untuk mengambil resiko dan menyelesaikan permasalahan yang ia hadapi.

e. Rasional dan realistis

Seseorang memiliki pemikiran bahwa kegagalan merupakan salah satu pembelajaran dalam hidup.

Sedangkan menurut Napitupulu dkk (2020) adapun aspek–aspek kepercayaan diri sebagai berikut:

a. Keyakinan akan kemampuan pada diri sendiri

Yaitu memiliki keyakinan pada diri sendiri dan merupakan sikap positif seseorang tentang dirinya.

b. Optimisme

Yaitu sikap positif individu yang selalu memandang baik dalam menghadapi segala hal.

c. Objektif

Yaitu sikap individu yang melihat permasalahan dan segala sesuatu sesuai dengan kebenaran dirinya sendiri.

d. Bertanggung jawab

Yaitu kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

e. Rasional dan realistik

Yaitu kemampuan individu dalam menganalisa masalah, dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan aspek-aspek kepercayaan diri meliputi keyakinan dan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggungjawab, rasional dan realitis, kemampuan menghadapi masalah, bertanggung jawab, kemampuan dalam bergaul, dan kemampuan menerima kritik.

2.1.4 Ciri-Ciri Individu yang Memiliki Kepercayaan Diri

Menurut Amri (2018) orang yang memiliki kepercayaan diri dengan ciri- ciri sebagai berikut:

- a. Memiliki inisiatif.
- b. Kreatif.
- c. Optimis.
- d. Menyadari kelebihan dan kekurangan diri sendiri.
- e. Berfikir positif dan menganggap semua masalah pasti ada jalan keluarnya.

Menurut Oktariani dkk (2017), orang-orang yang memiliki

kepercayaan diri memiliki ciri-ciri seperti berikut:

- a. Memiliki kepercayaan pada kemampuan diri dan tidak membutuhkan pujian serta penerimaan dari orang lain.
- b. Tidak merubah sikap agar sesuai dengan norma yang ada demi diterima orang lain.
- c. Berani menerima penolakan dari orang disekitarnya.
- d. Bisa mengendalikan diri dengan baik (tidak mudah marah).
- e. Tidak gampang menyerah pada keadaan dan tidak mengharapkan bantuan orang lain.
- f. Mempunyai harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga saat harapan itu menjadi kenyataan, ia mampu melihat sisi positif di dirinya dan situasi yang terjadi.

Sedangkan menurut Riyanti dan Darwis (2020) seseorang yang memiliki kepercayaan diri memiliki ciri-ciri seperti berikut:

- a. Mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang individu miliki.
- b. Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai.
- c. Tidak menyalahkan orang lain atas kegagalan namun lebih banyak introspeksi diri sendiri.
- d. Mampu mengatasi perasaan negatif seperti tertekan, kecewa, dan rasa ketidakmampuan yang dihadapinya.
- e. Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya.
- f. Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya.

- g. Berpikir positif.
- h. Maju terus tanpa harus menoleh kebelakang.

Berdasarkan ciri-ciri yang dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa individu yang percaya diri memiliki ciri-ciri mengenal dengan baik dirinya, memiliki inisiatif, optimis, berfikir positif dan tenang dalam menghadapi sesuatu.

2.2 Body Image

2.2.1 Pengertian *Body Image*

Menurut Arthur dan Emily (2010) *body image* adalah imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya, terutama yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi tersebut menggunakan istilah ini hanya terkait penampilan fisik, sementara yang lain mencakup pula penilaian tentang fungsi tubuh, gerakan tubuh, koordinasi tubuh, dan sebagainya.

Menurut Denich dan Ifdil (2015) menyatakan *body image* merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri sebagai makhluk yang mempunyai fisik, fisik yang dimaksud disini adalah bentuk tubuh seorang remaja, karena pada masa remaja seorang akan mengalami pubertas, dimana kita ketahui ketika seorang remaja harus siap menerima perubahan fisik yang ada pada dirinya.

Rombe (2013) mendefinisikan *body image* adalah penilaian seseorang terhadap bentuk tubuhnya dan juga bagaimana penilaian orang disekitarnya terhadap tubuhnya.

Body image adalah gambaran tubuh yang dirasakan oleh individu

terlepas bagaimana sebenarnya tubuhnya terlihat (Rofida dan Puspitosari, 2021).

Sari dan Siregar (2012) mendefinisikan *body image* sebagai penilaian seseorang terhadap tubuhnya berupa ukuran, berat, serta bentuk dari tubuhnya. Menurut Hanifah dan Zuraida (2020) *body image* adalah persepsi individu terhadap fisiknya yang berupa penilaian terhadap dirinya.

Berdasarkan definisi-definisi yang dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *body image* berkaitan dengan tingkah laku, pikiran, keyakinan dan kepercayaan individu tentang keadaan fisiknya. Cara seseorang memandang dirinya terutama ukuran tubuh, dan bentuk fisiknya.

2.2.2 Faktor-Faktor *Body Image*

Menurut Alfian dkk (2020) faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah:

a. Pengaruh berat badan.

Berat badan berpengaruh pada *body image* seseorang, seseorang cenderung berusaha untuk memiliki berat badan yang optimal dengan cara mengatur pola makan.

b. Persepsi gemuk/kurus.

Keinginan seseorang untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap *body image* yang baik yang sesuai dengan keinginannya.

c. Budaya.

Cara lingkungan sekitar dan budaya berkomunikasi

mengenaipenampilan adalah salah satu faktor yang menjadi pengaruh pada perkembangan *body image* seseorang.

d. Siklus hidup.

Manusia memiliki kecenderungan yaitu menginginkan hidup pada bentuk tubuh dimasa lalu.

e. Masa kehamilan.

Body image dapat dipengaruhi dari pemikiran seseorang yang menginginkan proses untuk dapat melakukan penjagaan pada masa tumbuh kembang anaknya dengan tanpa melalui masa-masa kehamilan.

f. Sosialisasi.

Adanya pengaruh dari teman sebaya serta orang disekitarnya yang menjadikan seseorang dapat terpengaruh.

g. Konsep diri.

Gambaran seseorang terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan sosial.

h. Peran gender.

Dalam hal ini peran orangtua sangat penting bagi *body image* seseorang, sehingga menjadikan seseorang jadi terpengaruh.

i. Pengaruh distorsi *body image* pada diri seseorang.

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

Menurut Denich dan Ifdil (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah:

a. Jenis Kelamin

Persepsi *body image* yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada wanita.

b. Media sosial

Media sosial yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai figur perempuan yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang.

c. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan feedback yang diterima dapat mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap *body image*.

Menurut Rofida dan Puspitosari (2014) faktor yang mempengaruhi *Body image* adalah:

a. Perseptual

b. Afektif

c. Kognitif

d. Behaviorual

Dari uraian diatas faktor-faktor dari *body image* adalah jenis kelamin, media sosial, hubungan interpersonal, perseptual, afektif, kognitif, behaviorial, pengaruh berat badan, budaya, persepsi gemuk dan kurus, siklus hidup, masa kehamilan, konsep diri, sosialisasi dan sosialisasi.

2.2.3 Aspek-Aspek *Body Image*

Menurut Denich dan Ifdil (2017) *body image* terbagi dalam beberapa aspek sebagai berikut:

a. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan)

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

b. *Appearance orientation* (orientasi penampilan)

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

c. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh)

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

d. *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

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

e. *Self-classified weight* (Pengkategorian ukuran tubuh)

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

Kristanti dan Savira (2021) menyatakan aspek-aspek dalam *body image* terdiri dari:

a. Persepsi terhadap *body image*

Simbol diri seseorang adalah dari *body imagenya*, sebab hal tersebut

individu dapat menilai baik dirinya sendiri maupun orang lain. Persepsi *body image*, penampilan baik atau buruknya seseorang menunjukkan perasaan senang ataupun kurang menyenangkan pada *body imagenya* sendiri.

b. Perbandingan dengan individu lain

Penilaian baik atau buruk dari individu lain dapat memberikan prasangka terhadap dirinya maupun orang lain juga. Sehingga dari hal tersebut membuat individu menciptakan perbandingan untuk menilai penampilan dirinya dengan *body image* dari orang lain.

c. Sosial budaya

Aspek ini berkaitan dengan reaksi individu terhadap orang lain, penilaian dari reaksi seseorang pada individu lain, jika seseorang tersebut terlihat menarik secara fisik. Sehingga seseorang menggambarkan dirinya berdasarkan hal-hal baik ketika menilai dirinya.

Aspek dari *body image* yang dikemukakan oleh Ramanda (2019) dkk adalah:

a. Evaluasi penampilan

Penilaian seseorang terhadap bentuk tubuh dan penampilannya, apakah menarik atau tidak, terhadap penampilan keseluruhan tubuhnya.

b. Orientasi Penampilan

Usaha yang dilakukan seseorang untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilannya.

c. Kepuasan terhadap bagian tubuh

Kepuasan seseorang terhadap area tubuh tertentu,serta bagian tubuh

secara keseluruhan.

d. Kecemasan menjadi gemuk

Menggambarkan kecemasan seseorang terhadap kegemukan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh

Penilaian seseorang terhadap berat badan apakah dalam kategori kurus atau gemuk.

Menurut Hanifah dan Zuraida (2020) ada beberapa aspek *body image* sebagai berikut:

a. Menganalisa Penampilan

Evaluasi seseorang mengenai penampilan yaitu mengukur penampilan seluruh tubuh, apakah terlihat lebih menarik atau tidak menarik.

b. Pengenalan Penampilan

Memperhatikan *body image* dan penampilan serta usaha memperbaiki penampilan yang dilakukan individu untuk terlihat menarik.

c. Kepuasan Pada Bagian Tubuh

Seseorang melihat kepuasan pada bagian tubuh lebih pasti seperti wajah, tangan, perut, pinggul, paha hingga betis kaki dan keseluruhan tubuh lainnya.

d. Kecemasan Individu Menjadi Gemuk

Cemas saat menjadi gemuk dengan cara melihat kewaspadaan seseorang pada ukuran tubuhnya.

e. Pengkategorian Ukuran Tubuh

Bagaimana seseorang menilai berat badanya, dari sangat kurus menjadi gemuk.

Dari uraian diatas aspek-aspek dari *body image* adalah *physical attractiveness*, *body image satisfaction*, *body image importance*, *body concealment*, *body improvement*, *social physique anxiety*, dan *appearance comparison* selain itu ada aspek *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) dan *self-classified weight* (Pengkategorian ukuran tubuh).

2.3 Hubungan antara Body Image dengan Kepercayaan Diri

Body image harus realistis karena semakin seseorang dapat menerima dan menyukai tubuhnya, ia akan bebas dan merasa kepercayaan dirinya akan meningkat. Sikap individu terhadap tubuhnya mencerminkan aspek penting dalam dirinya.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.

Adanya Hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri dibuktikan melalui penelitian terdahulu oleh Abdillah dan Masykur (2021) dalam “ Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri pada remaja siswa kelas XI SMAN 6 kota Tangerang ” dengan jumlah sampel 100 siswa kelas XI SMAN 6 kota Tangerang menyatakan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri yang artinya bahwa semakin baik persepsi individu terhadap nilai *body image* individu,

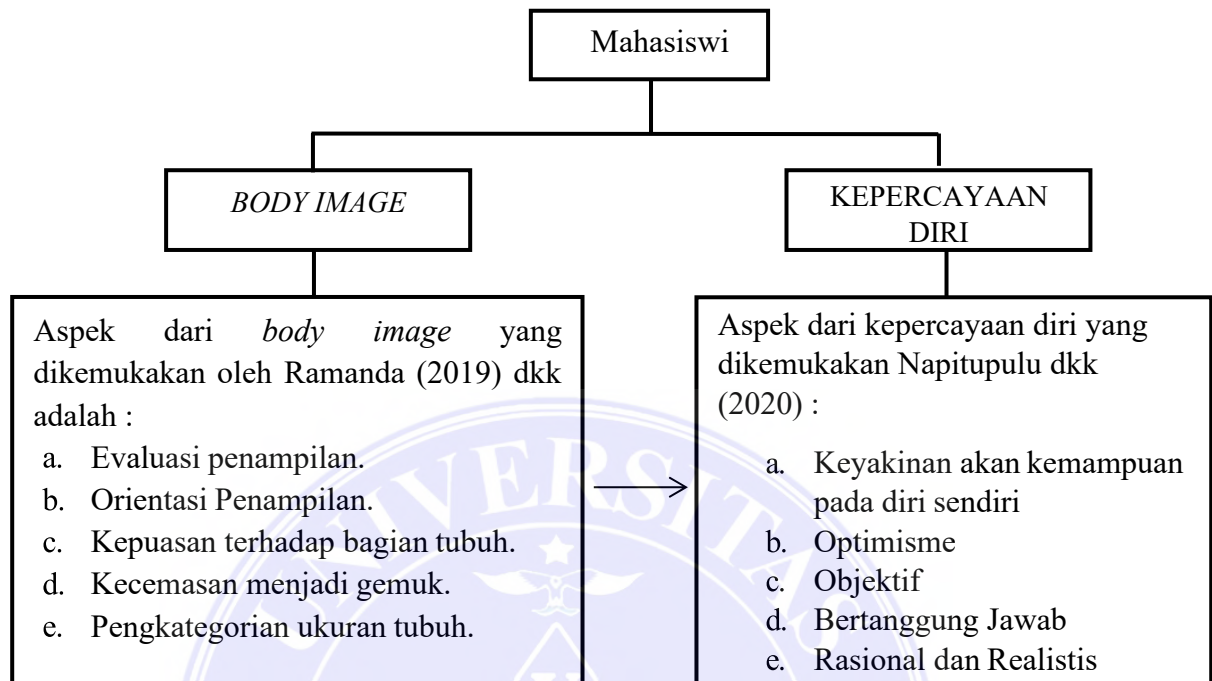
maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri subjek penelitian.

Pada penelitian ini diperkuat dengan berdasarkan hasil dari penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiranatha dan Supriyadi (2015) melakukan penelitian serupa yang berjudul “Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar puteri di kota Denpasar” dengan jumlah sampel sebanyak 492 siswi hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar puteri di Kota Denpasar.

Peneliti terdahulu yang berasal dari Pakistan yang bernama Jameel dan Shamim (2019) dengan jumlah sampel yang meneliti 100 orang dengan judul “*Relationship of Self-confidence with self body image of visually impaired children*” dengan hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif antara kepuasan citra tubuh dengan kepercayaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Wiranatha dan Supriyadi kondisi kepercayaan diri remaja perempuan pada umumnya berada pada kategori rendah. Ini mengungkapkan masih adanya remaja perempuan yang belum bisa bersikap positif terhadap dirinya sendiri dan kemampuan yang dimilikinya. Berdasarkan pernyataan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan *body image* dengan kepercayaan diri

Gambar 1 Kerangka Konseptual



2.4 Kerangka Konseptual

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, yang dilaksanakan di dua kampus, yaitu : kampus 1 yang terletak di jalan kolam No. 1 Medan Estate / Gedung PBSI Medan 20223. Dan kampus 2 terletak di Jln Sei Serayu No.70 A Medan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 16 Januari 2022 hingga 20 Januari 2022 untuk menyebarkan skala *body image* dan kepercayaan diri dengan menggunakan *kertas* kepada sampel dan memasukkan identitas responden serta petunjuk pengisian skala. Setelah menyebarkan skala penelitian, selanjutnya peneliti memindahkan jawaban sampel ke *Microsoft Office Excel 2013* dan memberikan skor terhadap skala yang sudah dikumpulkan, kemudian *SPSS for Windows versi 22.0* digunakan untuk pengolahan data untuk melakukan pengujian normalitas, linearitas, dan hipotesis.

3.2 Bahan dan Alat

Bahan dan alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert untuk variabel *body image* dan variabel kepercayaan diri. Skala *Body image* disusun berdasarkan aspek *body image* yang dikemukakan oleh ramanda dkk (2019), yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh.

Skala penilaian *body image* menggunakan skala Likert, dengan 27 item yang mencakup pernyataan *favourable* (positif) atau *unfavourable* (*negative*) dengan 4 pilihan jawaban. Nilai 4 menunjukan untuk jawaban setuju, nilai 3 menunjukan untuk jawaban kurang setuju, nilai 2 menunjukan

untuk jawaban tidak setuju dan nilai 1 menunjukkan untuk jawaban sangat tidak setuju. Item yang tidak mendukung (*unfavourable*) nilai 1 untuk pernyataan setuju, nilai 2 untuk pernyataan kurang setuju, nilai 3 untuk pernyataan tidak setuju dan nilai 4 untuk pernyataan sangat tidak setuju.

Table 1 Distribusi Skala *Body Image* Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
Evaluasi penampilan	Penilaian terhadap penampilan diri sendiri	1, 6	3, 7	4
	Penilaian terhadap penampilan orang lain	8	12	2
Orientasi penampilan	Berusaha untuk menjaga penampilan	2, 5	4, 9	4
Kepuasan terhadap bagian tubuh	Merasa puas terhadap penampilan secara keseluruhan	18,26	20,25	4
	Merasa puas terhadap tampilan wajah	23,27	19	3
Kecemasan menjadi gemuk	Merasa cemas terhadap kegemukan	17	22	2
	Adanya kewaspadaan seseorang terhadap berat badan (kurus-gemuk)	10, 15	11, 16	4
Pengkategorian ukuran tubuh (tinggi-pendek)	Pengkategorian pada tinggi badan (tinggi-	21, 24	13, 14	4

	pendek)			
Total Aitem		14	13	27

Skala kepercayaan diri disusun menurut aspek kepercayaandiri hal ini di ungkapkan menurut napitupulu (2020) yaitu keyakinan akan kemampuan diri sendiri, optimisme, objektif, bertanggung jawab dan rasional dan realitis. Skala Likert merupakan jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini. Butir aitem pernyataan kemudian dibagi menjadi beberapa aitem *favorable* dan item *unfavorable*. Skala penilaian kepercayaan dirimenggunakan skala Likert, dengan 39 item yang mencakup pernyataan *favourable* (positif) atau *unfavourable (negative)* dengan 4 pilihan jawaban. Nilai 4 menunjukan untuk jawaban setuju, nilai 3 menunjukan untuk jawaban kurang setuju, nilai 2 menunjukan untuk jawaban tidak setuju dan nilai 1 menunjukan untuk jawaban sangat tidak setuju. Ada empat jawaban yang berbeda untuk setiap item pernyataan. Item yang tidak mendukung (*unfavourable*) nilai 1 untuk pernyataan sangat setuju, nilai 2 untuk pernyataan setuju, nilai 3 untuk pernyataan tidak setuju dan nilai 4 untuk pernyataan sangat tidak setuju.

Table 2 Distribusi Skala Kepercayaan Diri Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
Keyakinan akan kemampuan pada diri sendiri	Mampu mengutarakan yang ada di dalam diri	19,22	9,25	4
	Berani berpenampilan sesuai dengan keinginan tanpa memperdulikan pendapat orang lain	24,26	17,21	4
Optimisme	Memiliki keyakinan mampu mengerjakan yang sulit dan yakin akan sukses	1,6,38	5, 13	5
	Selalu berpandangan baik dengan diri sendiri	8,32	16,30	4
Objektif	Menilai diri sesuai dengan kebenaran	3,35	12,34	4
	Mau menerima pendapat dari orang lain	4,29	15,31	4
Bertanggung jawab	Kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya	7,28	10,33	4
	Mampu menyelesaikan permasalahan dalam hidup	14, 20,37	27,36	5
Rasional dan realistis	Pemikiran yang di terima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan	2, 23	11, 18,39	5
Total Aitem		20	19	39

3.3 Metodologi Penelitian

3.3.1 Validitas

Validitas adalah memperlihatkan sejauh mana suatu alat ukur dapat mengukur yang seharusnya diukur (Hamdi dan Bahruddin, 2014). Apabila aitem yang digunakan valid maka akan mendapatkan hasil yang dapat dipercaya kebenarannya. Validitas dapat diukur secara internal maupun eksternal. Pengujian validitas tiap butirnya menggunakan analisis aitem yaitu dengan mengkorelasikan skor tiap butir dengan skor total yang merupakan jumlah dari skor butir. Syarat minimum agar dianggap bahwa memenuhi syarat adalah *corrected item correlation* $> 0,3$ sehingga jika korelasi antara butir dengan skor total kurang dari 0,3 maka hasil instrumen tersebut dinyatakan tidak valid.

3.3.2 Reabilitas

Reliabilitas memperlihatkan bahwa nilai hasil skala suatu pengukuran bersifat stabilitas dan adanya konsistensi. Pengujian reliabilitas instrumen dapat dilakukan dengan cara eksternal ataupun internal. Jika hasil uji coba instrumen telah dinyatakan valid dan reliabel seluruh butirnya maka instrumen dapat digunakan untuk pengukuran dalam rangka pengumpulan data. Analisis reliabilitas alat ukur yang dipakai adalah teknik *Alpha Cronbach's*, yaitu suatu bentuk tes yang hanya memerlukan sekali pengenaan tes tunggal pada sekelompok individu sebagai subjek dengan tujuan untuk melihat konsistensi antar aitem atau bagian dalam skala.

Syarat minimum agar dianggap bahwa memenuhi syarat adalah Jika nilai $\alpha > 0.7$ artinya reliabilitas mencukupi (*sufficient reliability*) sementara jika $\alpha > 0.80$ ini mensugestikan seluruh item reliabel dan seluruh tes secara konsisten memiliki reliabilitas yang kuat.

3.3.3 Normalitas

Penelitian ini melakukan uji normalitas dengan tujuan untuk mengetahui apakah data dari variabel *body image* dan kepercayaan diri normal atau tidak. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi atau $p > 0,05$, sebaliknya apabila nilai $p < 0,05$ maka data dikatakan tidak berdistribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan analisis uji *statistik One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program SPSS *version 22.0 for Windows* dan *Microsoft Office Excel 2013*.

3.3.4 Linearitas

Uji linearitas mempunyai tujuan mengetahui apakah dua variabel atau lebih yang diuji mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji ini biasanya digunakan sebagai syarat dalam analisis kolerasi atau regresi linear. Pengaruh yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat dapat dilihat apabila nilai signifikansi atau $p > 0,05$, sebaliknya jika nilai signifikansi atau $p < 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa pengaruh antara kedua variabel tersebut tidak linear (Setiawan dan Yosepha 2020). Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan analisis uji statistik *Test for Linearity* dengan bantuan program SPSS *version 22.0 for Windows* dan *Microsoft Office Excel 2013*.

3.4 Populasi dan Sampel

Menurut Yusuf (2014) menyatakan bahwa populasi adalah jumlah keseluruhan dari unit analisis. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi angkatan 2019 di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area sebanyak 252 orang mahasiswi.

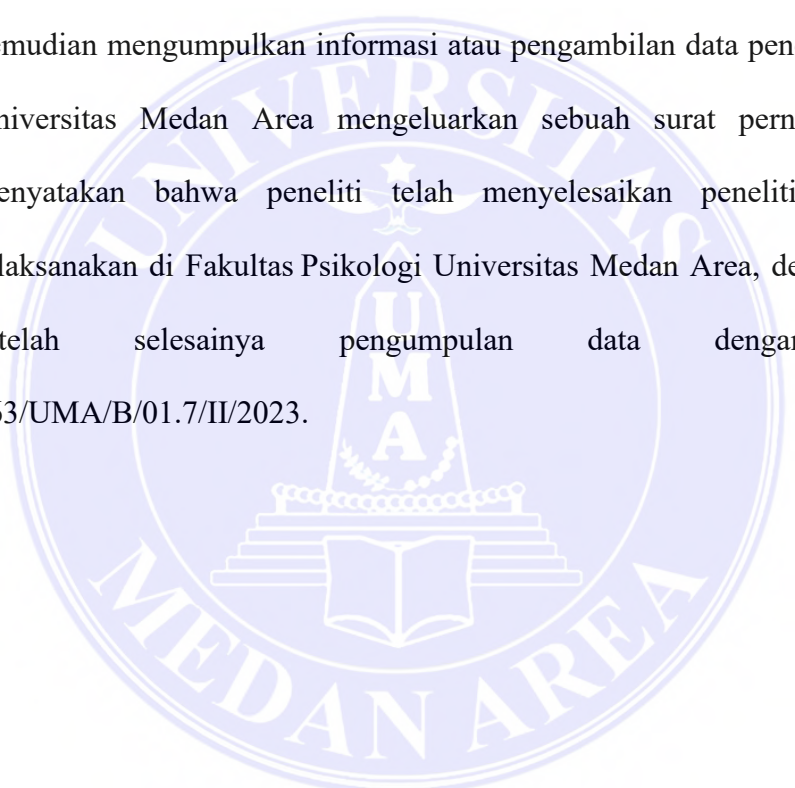
Menurut Yusuf (2014), sampel adalah bagian jumlah yang terbatas dari unsur yang terpilih dari populasi. Dalam penelitian ini, jumlah sampel yang digunakan sebanyak 60 responden.

Teknik pengambilan sampel menurut Margono (2004) adalah suatu metode penentuan ukuran sampel disesuaikan dengan ukuran sampel yang akan digunakan sebagai sumber data, dengan memperhatikan karakteristik dan sebaran populasi, sehingga diperoleh sampel yang representatif. Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah random sampling adalah jenis pengambilan sampel probabilitas setiap orang seluruh populasi target yang memiliki kesempatan sama untuk dipilih, namun pemilihan sampel ini dilakukan secara acak dan tidak berurutan. Untuk menentukan besarnya sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 25% (duapuluh lima persen) dari jumlah populasi yaitu :
Jumlah sampel = 25% x populasi \approx = 25% x 252 = 63 \approx 60 responden Maka hasil penghitungan berdasarkan rumusan tersebut diperoleh jumlah responden sebesar 60 orang.

3.5 Prosedur Kerja

Mengurus administrasi merupakan langkah awal sebelum melakukan sebuah penelitian. Pengurusan administrasi yang akan diserahkan kepada

Wakil Rektor Bidang Administrasi Universitas Medan Area adalah persiapan persyaratan yang diperlukan untuk permohonan izin penelitian dan pendataan dari Fakultas Psikologi. Surat dengan nomor 669/FPSI/01.10/XII/2022 dikirim oleh Fakultas, kemudian peneliti menyerahkan surat tersebut kepada pihak Universitas Medan Area. Setelah Universitas Medan Area memberikan izin untuk mengambil suatu data dengan mengeluarkan surat izin dengan nomor yang dikeluarkan 142/UMA/B/01.7/I/2023, selanjutnya peneliti kemudian mengumpulkan informasi atau pengambilan data penelitian. Pihak Universitas Medan Area mengeluarkan sebuah surat pernyataan yang menyatakan bahwa peneliti telah menyelesaikan penelitiannya yang dilaksanakan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, dengan jumlah setelah selesainya pengumpulan data dengan nomor 363/UMA/B/01.7/II/2023.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil analisis dengan metode *r Product Moment*, diketahui bahwa ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri dimana r_{xy} adalah 0,961 dengan p adalah 0,000 dimana $p < 0,05$. Artinya semakin tinggi *body image* yang dimiliki mahasiswi maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dirasakan.
2. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar 0,923. Artinya *body image* mempengaruhi kepercayaan diri pada mahasiswi stambuk 2019 Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area sebesar 92,3% selebihnya kurangnya kepercayaan diri yang dialami mahasiswi dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti, yaitu: faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti Dianningrum dan Satwika (2021) terdapat 3 faktor:

- a. Pola asuh

Pola asuh demokratis memiliki pengaruh yang besar terhadap kepercayaan diri, hal ini karena pola asuh melatih kita untuk memiliki tanggung jawab dan menyelesaikan masalah secara mandiri.

b. Jenis kelamin

Laki-laki memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi daripada perempuan. Perempuan dianggap memiliki rendahnya kepercayaan diri karena memiliki sifat lemah dan harus di lindungi.

c. Pendidikan

Seseorang yang berpendidikan rendah akan merasa tidak yakin atas kemampuan yang dimiliki, tetapi seseorang yang memiliki pendidikan

3. Dari hasil penelitian ini diketahui juga bahwa *body image* mahasiswi tergolong tinggi karena mean hipotek (50) < mean empirik (80,85) dan selisihnya melebihi nilai satu SD (15,132) dan kepercayaan diri pada mahasiswi juga tergolong tinggi karena mean hipotek (80) < mean empirik (93,13) dan selisihnya melebihi nilai satu SD (12,155).

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, serta kesimpulan yang diperoleh, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswi

Bagi mahasiswi stambuk 2019 Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area, peneliti menyarankan untuk selalu percaya diri terhadap penampilan dan kemampuan yang ada serta mempertahankan dan meningkatkan kemampuan, skill yang ada didalam diri. Cara meningkatkan kepercayaan diri yaitu : berlatih

selftalk, kenali kelebihan serta kekurangan dan fokus pada langkah dan perubahan kecil, Untuk menerima diri sendiri, merasa percaya diri dengan semua kelebihan yang dimiliki terlepas dari *body image*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti berikutnya yang sejenis diharapkan bisa meneliti dengan variabel lain yang lebih luas misal kepercayaan diri terhadap motivasi belajar, maupun tingkat kepercayaan diri yang di tinjau dari dorongan orang tua, sebagai bentuk tindak lanjut dan pengembangan dari penelitian ini.

3. Bagi Lembaga

Diharapkan tidak membebani mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi serta urusan administrasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, S. B. and Masykur, A. M. (2021) 'Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pengguna Instagram', *Setara Sarjana Muda, Universitas Gunadarma*, 000, pp. 300–304.
- Aisyah01, Y. _Dewi and Mardiyanti, R. (2021) 'Body Image Dan Kepercayaan Diri Remaja Perempuan Pac Ippnu Ngusikan', *Prosiding Seminar Nasional & Call for Paper 'Peran Perempuan Sebagai Pahlawan di Era Pandemi' PSGESI LPPM UWP*, 8(1), pp. 247–255. doi: 10.38156/gesi.v8i1.81.
- Alfian, A., Abdullah, A. and Nurjannah, N. (2021) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan persepsi body image pada tenaga kesehatan di RSUD Meuraxa', *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 2(1), p. 60. doi: 10.30867/gikes.v2i1.467.
- Alifa, A. N. and Rizal, G. L. (2020) 'Hubungan Social Comparison Dan Body Dissatisfaction Pada Wanita Yang Memiliki Kelebihan Berat Badan (Overweight)', *Proyeksi*, 15(2), p. 110. doi: 10.30659/jp.15.2.110-119.
- Amarina, F. N. and Laksmiwati, H. (2021) 'Hubungan Antara Komparasi Sosial Dan Body Dissatisfaction Pada Perempuan Pengguna Instagram Di Surabaya', *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(6), pp. 1–11.
- Amin, A. (2018) 'Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja', *Psikologi*, 5(2), pp. 79–85.
- Amri, S. (2018) 'Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu', *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), pp. 156–168.
- Andiwijaya, D. and Liauw, F. (2020) 'Pusat Pengembangan Kepercayaan Diri', *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 1(2), p. 1695. doi: 10.24912/stupa.v1i2.4487.
- Asrullah, S. and Amri (2014) 'Self-confidence', *Revue Medicale Suisse*, 10(452), p. 2296. doi: 10.5422/fordham/9780823244881.003.0006.
- Denich, A. U. and Ifdil, I. (2015) 'Konsep Body Image Remaja Putri', *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), pp. 55–61. doi: 10.29210/116500.
- Denich, I. (2016) 'Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri | denich | Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia', *Jurnal*

- EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2, p. Vol 2-No 2.
Available at: <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/72>.
- Dianningrum, S. W. and Satwika, Y. W. (2021) 'Hubungan antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri pada Remaja Perempuan', *Character*, 8(7), p. 196.
- Ene Keu, K. and Khotimah, N. (2019) 'Studi Deskriptif Aktivitas Guru Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Anak Di Tk Pelita Permai Sambikereb Surabaya', *PAUD Teratai*, 8(1).
- Fitri, E., Zola, N. and Ifdil, I. (2018) 'Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor- Faktor yang Mempengaruhi', *JPPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), pp. 1–5. doi: 10.29210/02017182.
- Girindra, A., Weliangan, H. and Pardede, Y. O. K. (2018) 'Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Pengguna Kosmetik Wardah', *Jurnal Psikologi*, 11(2), pp. 143–152. doi: 10.35760/psi.2018.v11i2.2259.
- Hanifah, N. and Zuraida, Z. (2020) 'Hubungan Body Image Dengan Kecemasan Pada Karyawan Pengguna Media Sosial Di Pt. Sea Asih Lines', *Jurnal Mahasiswa Fakultas Psikologi*, 1(1), pp. 36–45. Available at: <http://e-journal.potensi-utama.ac.id/ojs/index.php/FPsi/article/view/674>.
- Hapasari, A. and Primastuti, E. (2014) 'Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Ditinjau Dari Dukungan Teman Sebaya', *Psikodimensia*, 13(1), p. 60. doi: 10.24167/PSIKO.V13I1.278.
- Iffil, I., Amandha, denich unzillla and Asmidir, I. (2017) 'Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri', *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(3), pp. 107–113.
- Jameel, H. T. and Shamim, F. (2019) 'Relationship of Self-confidence with self body image of visually impaired children', *Journal of Research in Psychology*, 1(1), pp. 9–11. doi: 10.31580/jrp.v1i1.517.
- Kristanti, A. J. and Savira, S. I. (2021) 'Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Acne Vulgaris', *Psikologi*, 08, pp. 1–23.
- Lydia, kusumaningtyas ersta (2015) 'Sekilas Tentang Rasa Percaya Diri Pada Remaja Oleh', *Syria Studies*, 7(1), pp. 37–72.
Available at:
https://www.researchgate.net/publication/269107473_What_is_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.e

con.upf.edu/~reynal/Civil

wars_12December2010.pdf%0

Ahttps://think-

asia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625.

- M Rahman, M. (2014) 'Peran Orang Tua Dalam Membangun Kepercayaan Diri Pada Anak Usia Dini', *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 2(2), p. 285. doi: 10.21043/thufula.v2i2.4241.
- Maulida, S. R. and Dhania, D. R. (2012) 'Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Orang Tua Dengan Motivasi Berwirausaha Pada Siswa Smk', *Jurnal Psikologi*, 11(2), p. 9. doi: 10.14710/jpu.11.2.9.
- Muri yusuf (2017) *penelitian kuantitatif, kualitatif dan penelitian gabungan*. Oktariani, M., Barlian, I. and Fatimah, S. (2017) 'Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Peserta Didik Program Lintas Minat Pada Mata Pelajaran Ekonomi di SMA Negeri 14 Palembang', *Jurnal Profit*, 1(1), pp. 92–106.
- Napitupulu, B. S., Yuni, Y., & Atiyyah, R. (2020). Hubungan Kepercayaan diri (Self Confidence) Dengan Hasil Belajar Matematika. 1-6.
- Pratiwi, I. D. and Laksmiwati, H. (2016) 'Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X"', *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(1), p. 43. doi: 10.26740/jppt.v7n1.p43-49.
- Ramanda, R., Akbar, Z. and Wirasti, R. A. M. K. (2019) 'Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja', *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), p. 121. doi: 10.22373/je.v5i2.5019.
- Riyanti, C. and Darwis, R. S. (2021) 'Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Dengan Metode Cognitive Restructuring', *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(3), p. 569. doi: 10.24198/jppm.v7i3.32150.
- Rofida, M. and Puspitosari, W. A. (2014) 'Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Pengguna Media Sosial'.
- Rombe, S. (2013) 'Hubungan Body Image dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4), pp. 228–236. doi: 10.30872/psikoborneo.v1i4.3520.

Sri Hayuningtyas Sari and Ade Rahmawati Siregar (2013) 'Peran Body-Image Terhadap Penyesuaian Diri Perempuan Dewasa Dini Pada Kehamilan Pertama', *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 7(2), pp. 48–55. doi: 10.32734/psikologia.v7i2.2537.

Wiranatha, F. D. and Supriyadi, S. (2015) 'Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri Di Kota Denpasar', *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), pp. 38–47. doi: 10.24843/jpu.2015.v02.i01.p04.





Lampiran A Skala *Body Image*

IDENTITAS RESPONDEN

Isilah data-data berikut sesuai dengan keadaan diri anda:

1. Nama :
2. Usia :
3. Kelas :
4. Jenis Kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Skala ini terdiri dari 2 jenis skala, yaitu skala A dan skala B.
2. Skala ini berisi beberapa pernyataan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan seksama. Tugas Anda adalah memilih jawaban yang benar-benar sesuai dengan pribadi Anda, dengan cara memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disiapkan dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan Anda. Adapun pilihan jawaban yang tersedia adalah sebagai berikut;

SS : Bila Anda **Sangat Setuju** dengan pernyataan tersebut

S : Bila Anda **Setuju** dengan pernyataan tersebut

TS : Bila Anda **Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

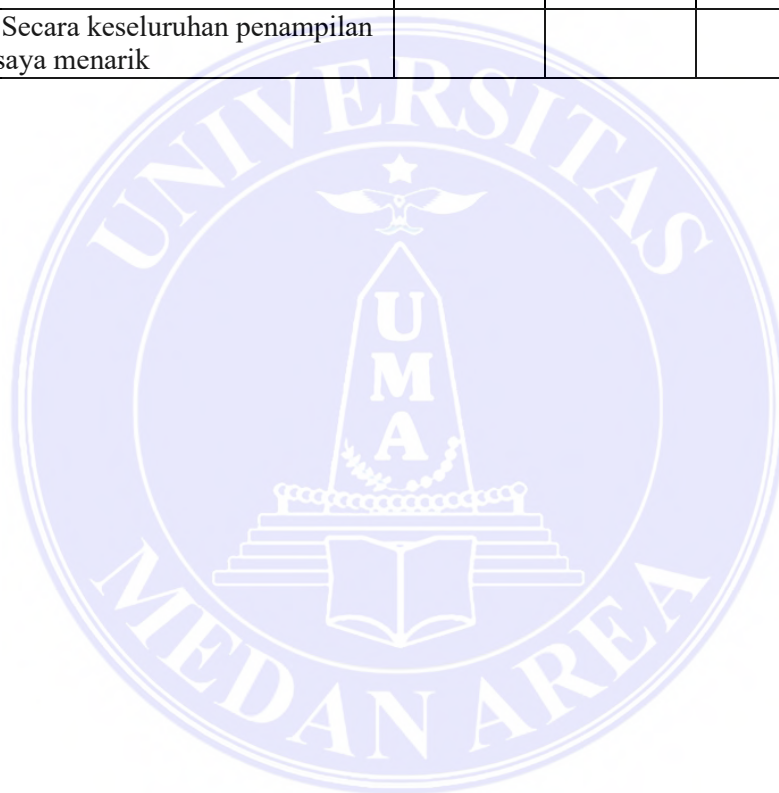
STS : Bila Anda **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut.

3. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda dan tidak ada jawaban yang dianggap salah. Semua jawaban yang Anda pilih benar, karena itu adalah jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda.

Skala *Body Image*

No	Pernyataan	S	KS	TS	STS
1	Saya merasa puas dengan penampilan saya				
2	Saya selalu memperhatikan kerapian pakaian yang saya Gunakan				
3	Saya merasa penampilan saya sangat kuno				
4	Mengurus penampilan hanya buang-buang waktu				
5	Dibandingkan dengan teman-teman, penampilan saya jauh lebih menarik				
6	Saya memiliki tubuh yang Menarik				
7	Saya merasa tubuh saya tidak Menarik				
8	Saya merasa saya menarik, jika dibandingkan dengan teman-teman saya				
9	Saya menginginkan penampilan saya seperti model, artis atau orang terkenal lainnya				
10	Saya menjaga berat badan agar tetap ideal				
11	Saya merasa iri dengan bentuk tubuh teman saya yang lebih Kurus				
12	Saya merasa memiliki penampilan yang kurang menarik disbanding dengan teman-teman yang lain				
13	Tinggi badan saya bukan kriteria tinggi badan yang ideal				
14	Saya merasa lebih pendek dari teman saya				
15	Saya gemar menggunakan produk perawatan tubuh				
16	Saya merasa iri dengan bentuk tubuh teman saya yang lebih kurus				
17	Berat badan saya sesuai yang Diinginkan				
18	Saya merasa puas dengan bentuk tubuh saya				
19	Saya merasa hidung saya sangat pesek dan tidak menarik				
20	Saya tidak suka dengan bentuk wajah saya yang bulat				

No	Pernyataan	S	KS	TS	STS
21	Saya merasa nyaman dengan tinggi badan yang sekarang				
22	Menurut saya badan yang gemuk kurang menarik				
23	Menurut saya walaupun saya berjerawat, wajah saya tetap cantik				
24	Saya suka dengan tinggi badan Saya				
25	Saya suka dengan bentuk rahang saya				
26	Menurut saya badan saya sudah menarik				
27	Secara keseluruhan penampilan saya menarik				



Lampiran B Skala Kepercayaan Diri

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

4. Skala ini berisi beberapa pernyataan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan seksama. Tugas Anda adalah memilih jawaban yang benar-benar sesuai dengan pribadi Anda, dengan cara memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disiapkan dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan Anda.

Adapun pilihan jawaban yang tersedia adalah sebagai berikut;

SS : Bila Anda **Sangat Setuju** dengan pernyataan tersebut

S : Bila Anda **Setuju** dengan pernyataan tersebut

TS : Bila Anda **Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

STS : Bila Anda **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut.

5. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda dan tidak ada jawaban yang dianggap salah. Semua jawaban yang Anda pilih benar, karena itu adalah jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda.

Skala Kepercayaan diri

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak takut untuk berkompetisi dengan orang lain				
2	Saya menghargai pendapat orang lain tentang penampilan saya				
3	Saya merasa bahwa saya dapat mengandalkan diri sendiri untuk mengelola sesuatu dengan baik				
4	Saya selalu menerima apapun penilaian seseorang terhadap diri saya				
5	Saya tidak yakin dapat melalui masalah-masalah dalam hidup saya				
6	saya yakin dengan setiap masalah memiliki jalan keluar saya yakin dengan setiap masalah memiliki jalan keluar				
7	Saya menerima saran dari orang lain dan saya memperbaiki penampilan saya				
8	Apabila saya mengalami kegagalan, saya mencoba memperbaiki karena saya yakin akan berhasil				
9	saya merasa tidak yakin bisa melakukan sesuatu yang baru				
10	Saya tidak menyukai aktivitas yang menantang dan tanggung jawab baru				
11	Saya langsung marah ketika orang lain berkata buruk tentang penampilan saya				
12	Saya tidak bisa menerima jika seseorang mengomentari penampilan saya				
13	Saya tidak memiliki rasa optimis yang tinggi untuk mencapai sesuatu				
14	Penilaian negatif yang saya terima tidak menjadi beban bagi Saya				
15	Saya merasa tersinggung jika ada yang memberikan saran kepada saya				
16	Saya merasa tidak mampu mengerjakan suatu hal baru dengan Baik				
17	Terkadang saya berfikir bahwa orang tidak tertarik dengan warna kulit saya				
18	Saya menolak kritik dari orang lain terhadap diri saya				
19	saya yakin atas kemampuan saya melaksanakan sesuatu				
20	Jika saya berbuat kesalahan, saya berusaha bertanggung jawab terhadap apa yang saya lakukan				
21	Saya menolak kritik dari orang lain terhadap diri saya				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
22	Saya yakin dengan kemampuan saya untuk melaksanakan sesuatu				
23	Penilaian positif dan negatif terhadap saya, bisa saya terima karena orang lain berhak untuk memberi penilaian				
24	Walaupun fisik saya tidak ideal, tetapi saya yakin fisik saya kuat untuk melakukan aktivitas sehari-hari				
25	saya tidak yakin melalui masalah-masalah dalam hidup saya				
26	Saya yakin dengan kemampuan saya akan bermanfaat untuk orang sekitar				
27	Saya merasa kurang yakin dengan kemampuan saya untuk mengatasi situasi yang sulit				
28	Kekurangan diri saya adalah hal yang buruk				
29	Saya bisa mengandalkan diri saya dalam menyelesaikan suatu masalah.				
30	Saya mampu memilih apakah pendapat orang lain terhadap diri saya adalah sebuah kritikan yang membangun atau hanya sekedar ejekan				
31	Perkataan buruk orang lain terhadap diri saya menghambat saya untuk mencapai tujuan saya.				
32	Ketika mengalami kegagalan, saya hanya menangis				
33	Saya memusuhi orang-orang yang berbicara buruk tentang diri saya				
34	Saat saya mempunyai tujuan yang hendak saya capai, saya membuat rencana yang mampu untuk saya kerjakan				
35	Ketika saya gagal, saya menganalisa penyebab kegagalan saya lalu saya berusaha memperbaiki kegagalan saya.				
36	Ketika menghadapi masalah, saya hanya mengeluh.				
37	Saya mampu mengendalikan diri ketika ada orang yang mengejek saya.				
38	Saya bisa belajar dari kegagalan saya				
39	Ketika rencana yang saya kerjakan tidak berhasil membuat saya mencapai tujuan, maka saya membuat rencana lain.				

Lampiran C Data Mentah Skala *Body Image* (Variabel X)

Nama	BI1	BI2	BI3	BI4	BI5	BI6	BI7	BI8	BI9	BI10	BI11	BI12	BI13	BI14	BI15	BI16	BI17	BI18	BI19	BI20	BI21	BI22	BI23	BI24	Jumlah
subjek 1	2	3	2	1	2	1	4	1	1	4	1	4	1	3	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	44
subjek 2	3	2	2	2	3	2	4	3	1	3	2	4	2	2	2	1	2	4	2	4	2	2	1	3	58
subjek 3	4	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	4	2	3	2	1	2	4	2	3	2	3	2	3	64
subjek 4	3	3	4	4	3	2	3	4	1	3	3	4	2	3	2	1	2	3	2	4	2	2	2	3	65
subjek 5	2	2	2	1	2	1	3	3	1	2	1	4	2	2	1	1	1	3	4	4	3	1	2	1	49
subjek 6	4	4	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	81
subjek 7	2	3	2	1	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	4	2	2	1	1	44
subjek 8	3	3	4	1	2	1	2	4	1	2	3	4	3	3	1	1	3	2	1	4	3	3	1	2	57
subjek 9	4	2	3	1	1	1	2	4	1	3	1	4	4	3	1	1	2	4	1	3	4	4	1	1	56
subjek 10	4	3	4	2	4	2	3	4	3	3	1	3	3	2	2	1	2	1	2	4	1	2	1	2	59
subjek 11	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	1	2	2	4	2	3	3	2	2	69
subjek 12	3	3	1	1	3	1	2	2	4	3	2	4	3	3	1	1	2	3	2	4	2	3	1	3	57
subjek 13	4	3	4	2	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	83
subjek 14	3	1	3	1	2	1	2	1	4	3	1	4	4	2	1	1	2	4	3	4	3	1	3	2	56
subjek 15	3	3	2	1	3	1	2	1	3	2	1	4	3	3	1	1	2	4	1	3	3	4	1	4	56
subjek 16	3	3	3	3	3	1	3	4	2	1	2	4	2	4	3	1	2	4	2	4	2	4	2	3	65
subjek 17	4	3	2	3	3	2	2	2	3	4	1	4	2	4	2	1	1	4	2	4	2	4	1	3	63
subjek 18	4	4	2	3	3	3	3	4	2	4	1	4	4	4	2	1	1	4	2	3	2	3	1	3	67
subjek 19	4	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	61
subjek 20	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	1	2	4	2	4	2	3	1	3	66
subjek 21	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	1	4	4	4	3	1	3	4	3	4	3	4	1	3	72
subjek 22	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	1	4	3	4	4	1	3	4	4	4	4	4	3	2	80
subjek 23	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	4	3	2	1	1	1	4	2	4	2	2	1	2	56
subjek 24	2	3	2	1	2	1	4	1	1	4	1	4	1	3	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	44
subjek 25	3	2	2	2	3	2	4	3	1	3	2	4	2	2	2	1	2	4	2	4	2	2	1	3	58
subjek 26	4	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	4	2	3	2	1	2	4	2	3	2	3	2	3	64
subjek 27	3	3	4	4	3	2	3	4	1	3	3	4	2	3	2	1	2	3	2	4	2	2	2	3	65
subjek 28	2	2	2	1	2	1	3	3	1	2	1	4	2	2	1	1	1	3	4	4	3	1	2	1	49
subjek 29	4	4	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	81
subjek 30	2	3	2	1	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	4	2	2	1	1	44

subjek 31	3	3	4	1	2	1	2	4	1	2	3	4	3	3	1	1	3	2	1	4	3	3	1	2	57
subjek 32	4	2	3	1	1	1	2	4	1	3	1	4	4	3	1	1	2	4	1	3	4	4	1	1	56
subjek 33	4	3	4	2	4	2	3	4	3	3	1	3	3	2	2	1	2	1	2	4	1	2	1	2	59
subjek 34	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	1	2	2	4	2	3	3	2	2	69
subjek 35	3	3	1	1	3	1	2	2	4	3	2	4	3	3	1	1	2	3	2	4	2	3	1	3	57
subjek 36	4	3	4	2	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	83
subjek 37	3	1	3	1	2	1	2	1	4	3	1	4	4	2	1	1	2	4	3	4	3	1	3	2	56
subjek 38	3	3	2	1	3	1	2	1	3	2	1	4	3	3	1	1	2	4	1	3	3	4	1	4	56
subjek 39	3	3	3	3	3	1	3	4	2	1	2	4	2	4	3	1	2	4	2	4	2	4	2	3	65
subjek 40	4	3	2	3	3	2	2	2	3	4	1	4	2	4	2	1	1	4	2	4	2	4	1	3	63
subjek 41	4	4	2	3	3	3	3	4	2	4	1	4	4	4	2	1	1	4	2	3	2	3	1	3	67
subjek 42	4	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	61
subjek 43	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	1	2	4	2	4	2	3	1	3	66
subjek 44	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	1	4	4	4	3	1	3	4	3	4	3	4	1	3	72
subjek 45	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	1	4	3	4	4	1	3	4	4	4	4	4	3	2	80
subjek 46	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	4	3	2	1	1	1	4	2	4	2	2	1	2	56
subjek 47	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	1	2	2	4	2	3	3	2	2	69
subjek 48	3	3	1	1	3	1	2	2	4	3	2	4	3	3	1	1	2	3	2	4	2	3	1	3	57
subjek 49	4	3	4	2	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	83
subjek 50	3	1	3	1	2	1	2	1	4	3	1	4	4	2	1	1	2	4	3	4	3	1	3	2	56
subjek 51	3	3	2	1	3	1	2	1	3	2	1	4	3	3	1	1	2	4	1	3	3	4	1	4	56
subjek 52	3	3	3	3	3	1	3	4	2	1	2	4	2	4	3	1	2	4	2	4	2	4	2	3	65
subjek 53	4	3	2	3	3	2	2	2	3	4	1	4	2	4	2	1	1	4	2	4	2	4	1	3	63
subjek 54	4	4	2	3	3	3	3	4	2	4	1	4	4	4	2	1	1	4	2	3	2	3	1	3	67
subjek 55	4	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	61
subjek 56	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	1	2	4	2	4	2	3	1	3	66
subjek 57	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	1	4	4	4	3	1	3	4	3	4	3	4	1	3	72
subjek 58	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	1	4	3	4	4	1	3	4	4	4	4	4	3	2	80
subjek 59	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	4	3	2	1	1	1	4	2	4	2	2	1	2	56
subjek 60	2	3	2	1	2	1	4	1	1	4	1	4	1	3	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	44

Lampiran D Data Mentah Skala Kepercayaan Diri (Variabel Y)

Nama	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	
subjek 1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
subjek 2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
subjek 3	3	4	4	4	2	4	2	2	1	4	1	3	4	2	3	2	1	3	3
subjek 4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3
subjek 5	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4
subjek 6	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4
subjek 7	3	3	3	4	1	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3
subjek 8	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3
subjek 9	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
subjek 10	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
subjek 11	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3
subjek 12	3	3	2	4	3	3	2	2	2	4	2	2	4	2	4	1	2	3	3
subjek 13	1	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3
subjek 14	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3
subjek 15	2	3	2	4	3	3	3	2	1	4	2	2	4	2	3	1	3	2	2
subjek 16	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	2
subjek 17	3	3	2	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3
subjek 18	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
subjek 19	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
aitem 19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
aitem 20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4
aitem 21	3	2	1	1	4	2	1	1	4	4	3	1	4	4	1	3	2	3	4
aitem 22	3	3	3	3	4	4	1	4	4	4	3	1	4	3	4	3	3	4	4
aitem 23	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4
aitem 24	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	4
aitem 25	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	1
aitem 26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4
aitem 27	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4
aitem 28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
aitem 29	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3
aitem 30	3	4	4	4	3	2	3	3	2	4	3	2	4	3	4	3	4	3	3
aitem 31	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4
aitem 32	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
aitem 33	2	2	1	2	2	3	4	3	2	3	1	3	4	3	3	2	2	1	3
aitem 34	3	1	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	2	2	3
aitem 35	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	2	4	4	2	4	4	3	4	4
aitem 36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
aitem 37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
aitem 38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
aitem 39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4

subjek 21	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3
subjek 22	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	4
subjek 23	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4
subjek 50	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2
subjek 51	3	3	2	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3
subjek 52	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
subjek 53	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
subjek 54	3	4	4	4	2	4	2	2	1	4	1	3	4	2	3	2	1	3
subjek 55	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3
subjek 56	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	4
subjek 57	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4
subjek 58	3	3	3	4	1	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3
subjek 59	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3
subjek 60	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
subjek 41	3	3	3	4	1	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3
subjek 42	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3
subjek 43	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
subjek 44	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
subjek 45	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3
subjek 46	3	3	2	4	3	3	2	2	2	4	2	2	4	2	4	1	2	3
subjek 47	1	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	4	3
subjek 48	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3
subjek 49	2	3	2	4	3	3	3	2	1	4	2	2	4	2	3	1	3	2

Lampiran E Uji Validitas dan Reliabilitas

Reliability

Scale: percaya diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.901	39

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PD1	2.90	.656	60
PD2	3.20	.514	60
PD3	2.62	.715	60
PD4	3.60	.494	60
PD5	2.68	.911	60
PD6	3.33	.572	60
PD7	2.82	.792	60
PD8	3.18	.792	60
PD9	2.75	.895	60
PD10	3.72	.555	60
PD11	2.87	.705	60
PD12	3.15	.577	60
PD14	2.82	.651	60
PD15	3.18	.504	60
PD16	2.63	.758	60
PD17	3.00	.803	60
PD18	3.03	.486	60
PD19	3.08	.561	60
PD20	2.78	.715	60
PD21	2.77	.890	60
PD22	2.93	.733	60
PD23	3.15	.577	60
PD24	2.78	.640	60
PD25	2.75	.836	60
PD26	3.00	.713	60
PD27	2.80	.755	60
PD28	3.45	.594	60
PD29	2.98	.701	60
PD30	2.28	.585	60
PD31	3.15	.799	60
PD32	3.62	.490	60
PD33	3.15	.577	60
PD34	3.12	.783	60
PD35	3.07	.406	60
PD36	2.88	.666	60
PD37	3.13	.468	60
PD38	2.77	.673	60
PD39	3.50	.813	60

✚

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PD1	115.08	136.925	.586	.896
PD2	114.78	142.545	.389	.900
PD3	115.37	149.253	-.195	.907
PD4	114.38	142.274	.326	.899
PD5	115.30	136.148	.441	.898
PD6	114.65	139.666	.471	.898
PD7	115.17	137.802	.428	.898
PD8	114.80	133.340	.677	.894
PD9	115.23	127.803	.877	.883
PD10	114.27	141.623	.335	.899
PD11	115.32	137.474	.507	.897
PD12	114.83	139.802	.466	.898
PD13	114.43	144.413	.111	.902
PD14	115.17	136.543	.617	.895
PD15	114.80	138.502	.641	.896
PD16	115.35	134.184	.681	.894
PD17	114.98	135.583	.520	.897
PD18	114.95	140.898	.452	.898
PD19	114.90	140.323	.430	.898
PD20	115.20	136.841	.538	.896
PD21	115.22	134.071	.558	.896
PD22	115.05	137.066	.510	.897
PD23	114.83	140.448	.408	.898
PD24	115.26	142.802	.212	.901
PD25	115.23	143.082	.136	.902
PD26	114.98	137.502	.432	.897
PD27	115.18	133.810	.698	.894
PD28	114.53	135.728	.519	.897
PD29	115.00	138.748	.431	.898
PD30	115.70	155.902	-.677	.911
PD31	114.83	138.243	.368	.898
PD32	114.37	141.252	.417	.898
PD33	114.83	148.242	-.016	.904
PD34	114.87	133.238	.632	.894
PD35	114.92	140.620	.578	.897
PD36	115.10	137.007	.571	.898
PD37	114.85	140.197	.536	.897
PD38	115.22	135.963	.633	.896
PD39	114.48	148.223	-.027	.906

$7 - 39 = 32 \times 4 + 32 \times 1 / 2 = 80$

Scale: body image

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.802	27



†††

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
BI1	2.13	1.127	60
BI2	2.63	.843	60
BI3	2.08	1.062	60
BI4	3.88	.324	60
BI5	2.67	.914	60
BI6	2.92	.720	60
BI7	1.80	.988	60
BI8	1.07	.252	60
BI9	2.00	.803	60
BI10	3.03	1.178	60
BI11	2.15	1.071	60
BI12	3.32	1.066	60
BI13	2.73	.899	60
BI14	2.72	1.121	60
BI15	1.75	1.002	60
BI16	2.42	1.062	60
BI17	2.33	1.130	60
BI18	3.28	.865	60
BI19	3.33	.877	60
BI20	1.50	.597	60
BI21	2.38	1.151	60
BI22	3.30	.926	60
BI23	1.70	.962	60
BI24	3.55	.594	60
BI25	2.27	1.103	60
BI26	3.48	.701	60
BI27	2.15	1.147	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BI1	66.45	93.709	.425	.790
BI2	65.95	113.133	-.535	.828
BI3	66.50	91.644	.564	.783
BI4	64.70	102.146	.305	.799
BI5	65.92	94.112	.524	.787
BI6	65.67	95.277	.601	.786
BI7	66.78	89.020	.764	.774
BI8	67.52	106.288	-.406	.808
BI9	66.58	93.332	.662	.782
BI10	65.55	91.472	.505	.786
BI11	66.43	92.555	.512	.786
BI12	65.27	108.199	-.229	.823
BI13	65.85	98.299	.288	.797
BI14	65.87	92.321	.495	.787
BI15	66.83	87.226	.856	.769
BI16	66.17	91.226	.586	.782
BI17	66.25	89.072	.652	.778
BI18	65.30	113.637	-.550	.829
BI19	65.25	112.699	-.495	.828
BI20	67.08	100.790	.359	.799
BI21	66.20	91.519	.518	.785
BI22	65.28	105.393	-.105	.814
B23	66.88	89.156	.780	.774
BI24	65.03	101.829	.172	.801
BI25	66.32	89.847	.631	.779
BI26	65.10	100.668	.320	.800
BI27	66.43	95.368	.338	.795

Item-Total Statistics

				Cronbach's			
NPar Tests							
+							
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test							
		kepercayaan diri	body image				
BI1	N	39	39				
BI2	Normal Parameters ^a	Mean	93.13	80.85			
BI3		Std. Deviation	12.155	15.132			
BI4	Most Extreme Differences	Absolute	.185	.136			
BI5		Positive	.185	.136			
BI6		Negative	-.103	-.095			
BI7	Kolmogorov-Smirnov Z	1.155	.848				
BI8	Asymp. Sig. (2-tailed)	.139	.469				
a. Test distribution is Normal.							
Means							
Case Processing Summary							
		Cases					
		Included		Excluded		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
kepercayaan diri * body image		60	100.0%	0	.0%	60	100.0%
BI20	67.08	100.790	.359	.799			
BI21	66.20	91.519	.518	.785			
BI22	65.28	105.393	-.105	.814			
BI23	66.88	89.156	.780	.774			
BI24	65.03	101.829	.172	.801			
BI25	66.32	89.847	.631	.779			
BI26	65.10	100.668	.320	.800			
BI27	66.43	95.368	.338	.795			

$$7 - 27 = 20 \times 4 + 20 \times 1/2 = 50$$



Report

kepercayaan diri

body image	Mean	N	Std. Deviation
61	94.00	1	.
63	96.00	1	.
64	97.00	2	.000
66	80.00	2	.000
67	82.00	1	.
68	88.00	2	.000
69	95.57	7	2.070
70	84.67	3	1.155
71	86.00	2	.000
73	86.75	4	.500
74	95.00	2	.000
76	88.80	5	.447
77	91.00	2	.000
78	91.00	2	.000
79	90.00	1	.
80	90.00	1	.
82	95.00	2	.000
83	93.00	4	2.449
84	95.00	2	.000
87	68.00	2	8.485
88	69.00	1	.
93	79.00	2	.000
96	72.00	2	.000
97	75.50	2	.707
109	74.00	1	.
114	95.00	1	.
116	95.00	2	.000
122	94.00	1	.
Total	93.13	60	12.155

Report

kepercayaan diri

body image	Mean	N	Std. Deviation
61	94.00	1	.
63	96.00	1	.
64	97.00	2	.000
66	80.00	2	.000
67	82.00	1	.
68	88.00	2	.000
69	95.57	7	2.070
70	84.67	3	1.155
71	86.00	2	.000
73	86.75	4	.500
74	95.00	2	.000
76	88.80	5	.447
77	91.00	2	.000
78	91.00	2	.000
79	90.00	1	.
80	90.00	1	.
82	95.00	2	.000
83	93.00	4	2.449
84	95.00	2	.000
87	68.00	2	8.485
88	69.00	1	.
93	79.00	2	.000
96	72.00	2	.000
97	75.50	2	.707
109	74.00	1	.
114	95.00	1	.
116	95.00	2	.000
122	94.00	1	.
Total	93.13	60	12.155



ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
kepercayaan diri * body image	Between	(Combined)	7712.152	27	285.635	75.897	.000
	Groups	Linearity	7228.867	1	7228.867	1.92113	.000
		Deviation from Linearity	483.285	26	18.588	4.939	.512
	Within Groups		120.431	32	3.763		
	Total		7832.583	59			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
kepercayaan diri * body image	.961	.923	.992	.985

Lampiran F Uji Normalitas dan Uji Linearitas

Daftar Tabel

1. Reliabelitas Sebelum Uji Coba

Skala	Cronbach Alpha	Keterangan
kepercayaan diri	0,901	Reliabel
body image	0,802	Reliabel

2. Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	RERATA	K-S	SD	Sig	Keterangan
kepercayaan diri	93,13	1,155	12,155	0,139	Normal
body image	80,85	0,848	15,132	0,469	Normal

Kriteria P (sig) > 0.05 maka dinyatakan sebaran normal

3. Hasil Perhitungan Uji linearitas

Korelasional	F beda	P beda	Keterangan
X-Y	4,939	0,512	Linear

Kriteria : P beda > 0.05 maka dinyatakan linear

4. Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment Koefisien Determinan

Statistik	Koefisien (r_{xy})	Koefisien Determinan (r^2)	BE%	P	ket
X-Y	0,961	0,923	92,3%	0,000	significant

5. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik

Variabel	SD	Nilai Rata-rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
kepercayaan diri	12,155	80	93,13	tinggi
body image	15,132	50	80,85	tinggi

Lampiran G Uji Korelasi

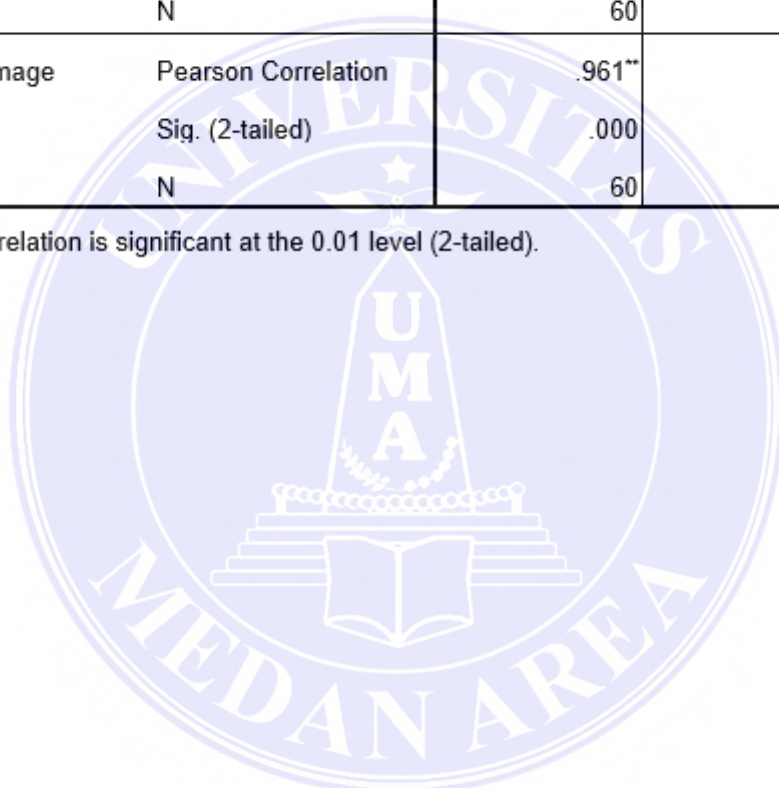
Correlations



Correlations

		kepercayaan diri	body image
kepercayaan diri	Pearson Correlation	1	.961**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	60	60
body image	Pearson Correlation	.961**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	60	60

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



Lampiran H Surat Penelitian



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kuliery Hantar 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7368878, 7364348 ☎ (061) 7369012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Seliatuh Nomor 79 / Jalan Sei Sarayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id ✉ Mail: umma_medanarea@uma.ac.id

SURAT KETERANGAN
Nomor : 663 /UMA/B/01.7/II/2023

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Soraya Mayori
No. Pokok Mahasiswa : 188600297
Fakultas : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area dengan Judul skripsi judul "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area".

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 17 Februari 2023,
An Rektor,
Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan Administrasi Keuangan,

Suswati, MP

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- File





UNIVERSITAS MEDAN AREA
Kampus I Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360163, 7366878, 7364348 ☘ (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II Jalan Setiabudi Nomor 791 Jalan Sei Selayo Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☘ (061) 8226131 Medan 20172
Website: www.uma.ac.id E-Mail: umv.mediana@uma.ac.id

Nomor : 045 /UMA/B/01.7/I/2023 16 Januari 2023.
Lamp. : 1 (satu) lembar
Hal : Izin Riset Dan Pengambilan Data


Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area
di - M e d a n

Dengan hormat, sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian Kepada Masyarakat Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 0068/FPSI/01.10/I/2023 tertanggal 10 Januari 2023, perihal Permohonan Izin Riset dan Pengambilan Data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Jalan Kolam No 1 Medan Estate oleh mahasiswa sebagai berikut :

Nama : Soraya Mayori
No. Pokok Mahasiswa : 188600297
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan pengambilan data tersebut, untuk penyusunan skripsi dengan judul "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area".

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wakil Rektor Bidang Pengembangan
SDM dan Administrasi Keuangan,

Dr. Ir. Suswati, MP

Tembusan :
1. Mahasiswa Ybs
2. File

