

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI
DI SMP SATRYA BUDI PERDAGANGAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan area
Guna Memenuhi Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi*

ANGGI SELVIANA

188600119



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

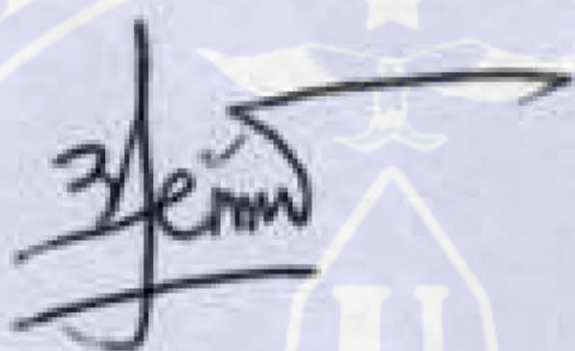
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body image* dengan Kepercayaan Diri
Pada Remaja Putri di SMP Satrya Budi Perdagangan

Nama : Anggi Selviana

NPM : 18.860.0119

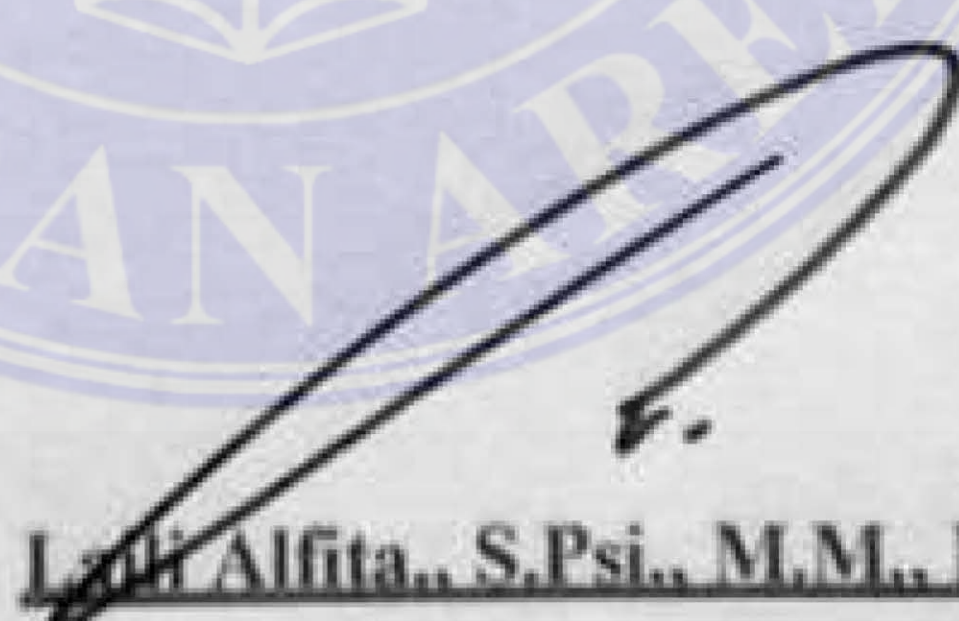
Fakultas : Psikologi

Disetujui Oleh
Komisi Pembimbing



Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog
Pembimbing



Prof. Hasanuddin, Ph.D
Dekan
Lili Alfita, S.Psi, M.M., M.Psi, Psikolog
Wakil Dekan Bidang Pendidikan,
Penelitian, dan Pengabdian
Kepada Masyarakat

Tanggal Lulus : 2 Agustus 2023

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, 2 Agustus 2023



METERAI
TANPA
62AKX588711304

Anggi Selviana

188600119

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

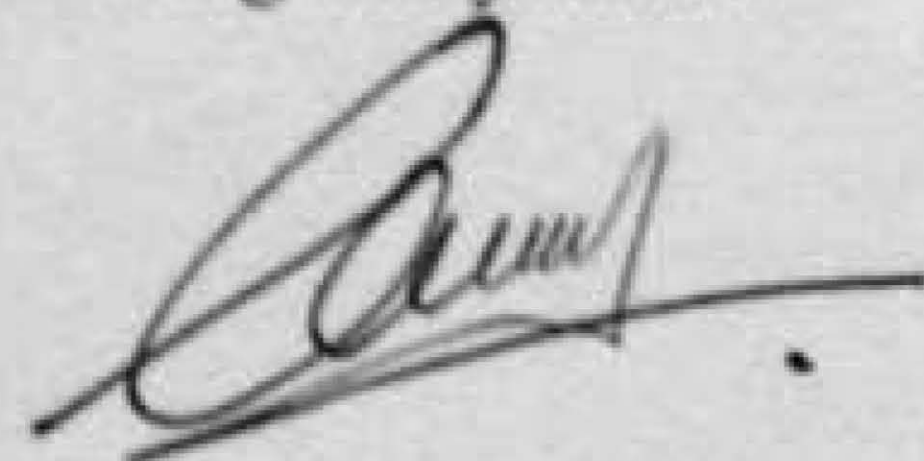
Nama : Anggi Selviana
NPM : 188600119
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

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* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI DI SMP SATRYA BUDI PERDAGANGAN”

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 mempublikasikan tugas skripsi 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 : 2 Agustus 2023
Yang menyatakan



Anggi Selviana
188600119

MOTTO

"Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada kemudahan tanpa doa."

(Ridwan Kamil)

"Semua ada waktunya.

Jalani dan nikmatilah prosesnya."

(Anggi Selviana)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkat rahmat dan hidayah penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Terimakasih kepada Allah SWT yang telah memberikan kelacaran dan kemudahan dalam penyusunan karya ilmiah, sehingga saya dapat menyelesaikannya.

Karya Skripsi ini dipersembahkan kepada kedua orang tua :

Ayah : Juman

Ibu : Juminah

Terimakasih atas semua cinta dan doa yang telah ayah dan ibu berikan kepada saya. Skripsi ini adalah persembahan kecil untuk dua orang yang paling berharga dalam hidup yaitu adalah kedua orang tua saya. Kehidupan ini menjadi begitu mudah ketika saya memiliki orang tua yang lebih memamami diri saya melebihiin saya sendiri. Terimakasih telah menjadi orang tua yang sempurna.

RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Perlanaan pada tanggal 10 Januari 1996 dari ayah yang bernama Juman dan ibu yang bernama Juminah. Peneliti merupakan putri ke lima dari tujuh bersaudara. Memiliki empat orang kakak yang bernama Melisa, Merry Tantriani, Winda Kartikasari, dan Nensi Kharina. Selain itu, juga memiliki satu adik laki-laki yang bernama Angga Syahputra dan satu adik perempuan yang bernama Dewi Fortuna.

Tahun 2013 penelitian lulus dari bangku Sekolah Menengah Atas di SMA Swasta Satrya Budi Perdagangan. Kemudian pada tahun 2018 penelitian terdaftar sebagai Mahasiswi Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area. Sebelum memasuki bangku perkuliahan, penelitian sempat memutuskan untuk mengambil jeda beristirahat dari pendidikan formal (*gap year*) yang berlangsung selama lima tahun dan mengisi waktu tersebut dengan bekerja.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas segala karuniaNya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Body image* dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri di SMP Satrya Budi Perdagangan” ini berhasil diselesaikan.

Terima kasih peneliti sampaikan kepada Bapak Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing dengan segala kesabaran dan kebaikan selama proses membimbing, serta memberikan motivasi dan arahan yang membangun selama penyusunan skripsi. Selain itu, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Rahmi Lubis, S.Psi, M.Psi, Psikolog, Ibu Ayudia Popy Sesilia, S.Psi, M.Psi, dan Ibu Laili Alfita, S.Psi, M.M, M.Psi, Psikolog yang telah banyak memberikan saran. Ungkapan terima kasih juga peneliti sampaikan kepada ayah, ibu, keluarga serta teman-teman atas segala doa dan dukungan yang diberikan kepada peneliti.

Penulis menyadari bahwa tugas skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan tugas skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat baik untuk kalangan pendidikan maupun masyarakat. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Peneliti



Anggi Selviana

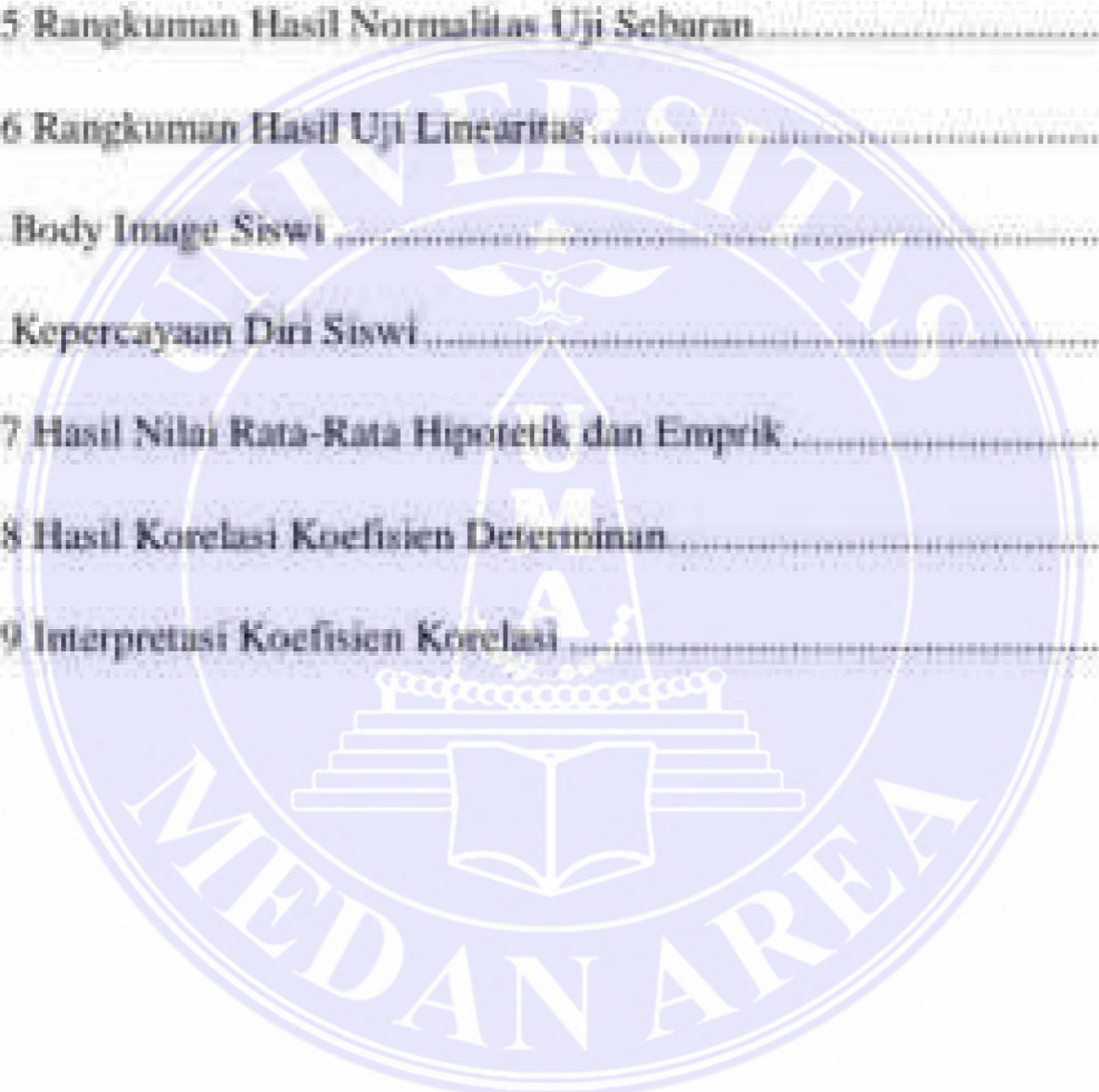
DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Hipotesis Penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	7
A. Kepercayaan Diri	7
1. Pengertian Kepercayaan Diri	7
2. Faktor – Faktor Kepercayaan Diri	8
3. Aspek – Aspek Kepercayaan Diri	9
4. Jenis - Jenis Kepercayaan Diri	11
5. Karakteristik Kepercayaan Diri	12
B. <i>Body Image</i>	13
1. Pengertian <i>Body Image</i>	13
2. Faktor – Faktor <i>Body Image</i>	14
3. Aspek – Aspek <i>Body Image</i>	16
4. Ciri – Ciri <i>Body Image</i>	18

C. Remaja.....	20
1. Pengertian Remaja	20
2. Tahap Perkembangan Remaja.....	20
3. Tugas Perkembangan Remaja.....	22
4. Ciri – Ciri Remaja	23
D. Hubungan <i>Body Image</i> dengan Kepercayaan Diri.....	25
E. Kerangka Konseptual.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Tipe Penelitian	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian	28
C. Defenisi Operasional Variabel.....	28
D. Populasi	29
E. Teknik Pengambilan Sampel.....	29
F. Metode Pengumpulan Data	30
G. Validitas dan Reliabilitas.....	30
H. Metode Analisis Data.....	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Orientasi Kancab Penelitian.....	31
B. Persiapan Penelitian	31
1. Persiapan Administrasi.....	31
2. Persiapan Alat Ukur.....	32
C. Pelaksanaan Penelitian	37
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	37
E. Pembahasan	44
BAB V PENUTUP	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	57

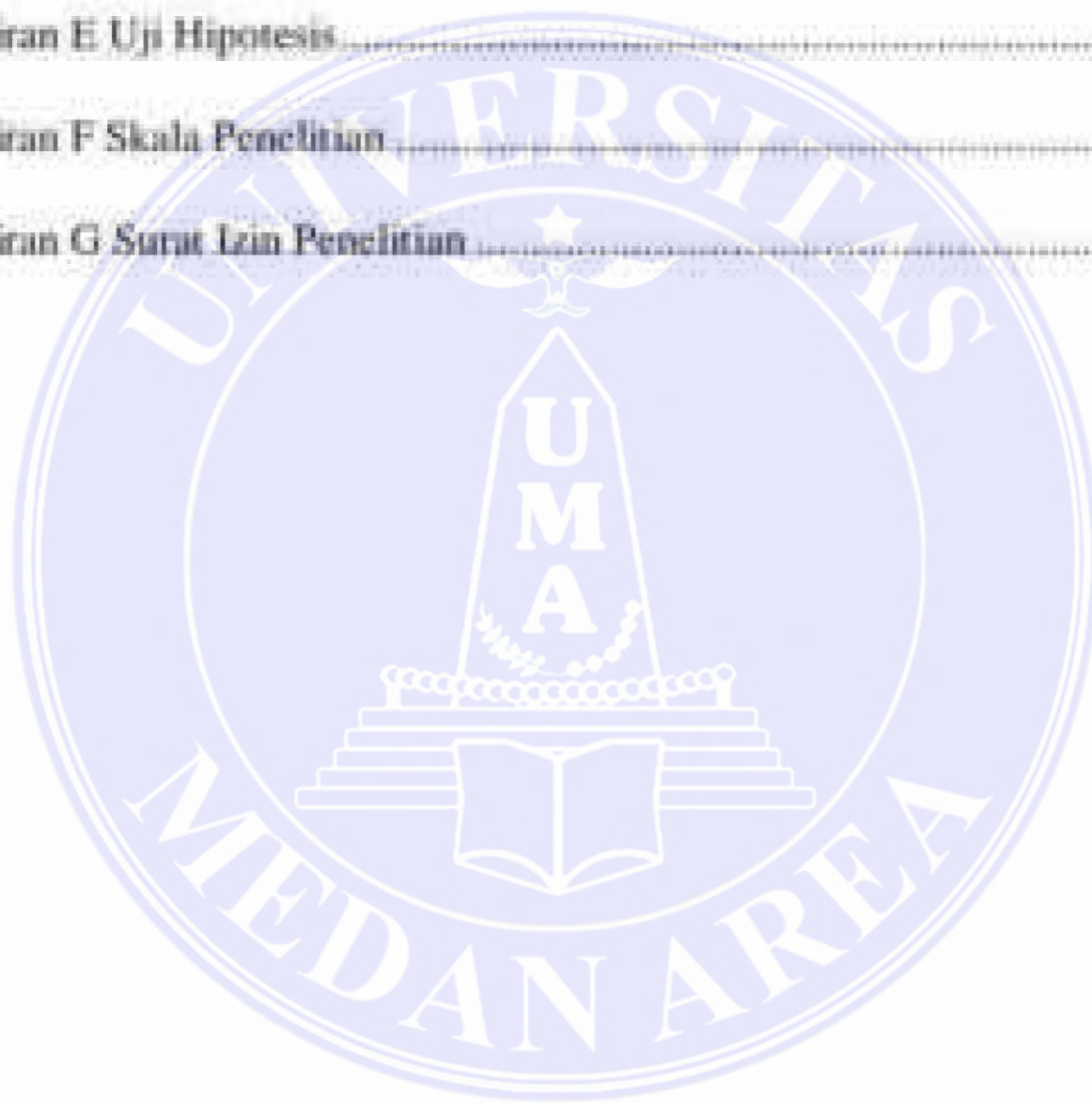
DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skala Kepercayaan Diri Sebelum Uji Coba.....	33
Tabel 2 Skala Kepercayaan Diri Setelah Uji Coba.....	34
Tabel 3 Skala <i>Body Image</i> Sebelum Uji Coba.....	35
Tabel 4 Skala <i>Body Image</i> Setelah Uji Coba.....	36
Tabel 5 Rangkuman Hasil Normalitas Uji Sebaran.....	38
Tabel 6 Rangkuman Hasil Uji Linearitas.....	39
Kurva <i>Body Image</i> Siswi.....	41
Kurva Kepercayaan Diri Siswi.....	41
Tabel 7 Hasil Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Empririk.....	42
Tabel 8 Hasil Korelasi Koefisien Determinan.....	43
Tabel 9 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Data Penelitian.....	57
Lampiran B Data Uji Validitas & Uji Reliabilitas.....	60
Lampiran C Uji Normalitas.....	67
Lampiran D Uji Linearitas.....	69
Lampiran E Uji Hipotesis.....	72
Lampiran F Skala Penelitian.....	74
Lampiran G Surat Izin Penelitian.....	82



HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA DI SMP SATRYA BUDI PERDAGANGAN

Oleh :

ANGGI SELVIANA

NPM : 18.8860.0119

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja di SMP Satrya Budi Perdagangan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Subjek penelitian yang digunakan adalah 49 siswi remaja di SMP Satrya Budi Perdagangan yang memenuhi kriteria sampel. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja dengan asumsi semakin positif *body image* maka semakin tinggi kepercayaan diri. Sebaliknya, semakin negatif *body image* maka semakin rendah juga kepercayaan diri. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert* untuk mengukur variabel *body image* dan kepercayaan diri. Pada penelitian ini menggunakan teknik analisa data Korelasi *Pearson Product Moment*. Berdasarkan hasil analisa data yang dilakukan diperoleh koefisien korelasi sebesar $r_{obs} = 0,871$ lebih besar dari $r_{tab} = 0,357$ ($r_{obs} > r_{tab}$) dengan nilai $sig < 0,05$ ($P = 0,000$). *Body image* memberikan pengaruh sebesar 75,9% terhadap kepercayaan diri. Sedangkan 24,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti konsep diri, harga diri, pengalaman, pendidikan, pekerjaan, dan lingkungan. Berdasarkan hasil analisa deskriptif menunjukkan bahwa tingkat *body image* remaja di SMP Satrya Budi Perdagangan tergolong buruk sehingga kepercayaan dirinyapun rendah.

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

THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND SELF CONFIDENCE IN GIRL ADOLESCENT AT SATRYA BUDI PERDAGANGAN JUNIOR HIGH SCHOOL

By :
Anggi Selviana
NPM : 18.8860.0119

ABSTRACT

This study aims to see the correlation between body image and self-confidence in adolescents at SMP Satrya Budi Perdagangan. This research uses quantitative research methods. The research subjects used were 49 teenage girls at SMP Satrya Budi Perdagangan who met the sample criteria. The sampling technique used in this research is total sampling technique. The hypothesis put forward in this study is that there is a positive correlation between body image and self-confidence in adolescents with the assumption that more positive body image, the higher the self-confidence. Conversely, more negative the body image, the lower the self-confidence. Collecting data in this study used a Likert scale to measure body image and self-confidence variables. In this study using data analysis techniques Pearson Product Moment Correlation. Based on the results of the data analysis performed, it was found that a correlation coefficient of $r_{hit} = 0.871$ was greater than $r_{tab} = 0.357$ ($r_{xy} > r_{tab}$) with a sig value < 0.05 ($P = 0.000$). Body image has an effect of 75.9% on self-confidence. While the remaining 24.1% is influenced by other factors such as self-concept, self-esteem, experience, education, work, and environment. Based on the results of the descriptive analysis, it shows that the body image level of adolescents at SMP Satrya Budi Perdagangan is classified as bad so that their self-confidence is low.

Keywords: Body Image, Self Confidence, Adolescents

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa perubahan dan perkembangan yang terjadi pada remaja baik secara fisik maupun psikologis. Pada saat remaja, salah satu perubahan yang terjadi adalah perubahan bentuk tubuh. Perubahan bentuk tubuh tersebut menyebabkan remaja menjadi lebih memperhatikan diri dan melakukan penilaian terhadap dirinya. Adapun perubahan yang terjadi pada masa awal remaja yaitu ketika individu memasuki bangku sekolah menengah pertama (SMP).

Pada masa ini remaja harus menerima keadaan fisik pada dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock (2011) yang menyatakan bahwa salah satu tugas perkembangan yang harus dilalui oleh remaja yaitu menerima perubahan fisik dan menggunakannya secara efektif. Adapun perubahan fisik yang terjadi pada laki-laki ditandai dengan suara yang berubah, tumbuh jakun, tumbuh janggut, tinggi badan bertumbuh pesat, tumbuh rambut di ketiak dan kemaluan, serta pertumbuhan otot. Sedangkan, perubahan fisik pada perempuan ditandai dengan menstruasi, tumbuhnya payudara, tumbuh bulu pada ketiak dan kemaluan, serta pertumbuhan tulang. Perubahan-perubahan ini rentan mempengaruhi kepercayaan diri.

Kepercayaan diri (*self confidence*) juga dapat diartikan sebagai sikap yang dimiliki oleh individu yang dapat berkembang dengan baik, namun dapat pula mengalami penurunan. Hal ini sejalan dengan pendapat Ghufron (2014) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang didalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistik.

Akan tetapi, pada kenyataannya di lapangan masih terdapat banyaknya kasus krisis kepercayaan, terutama pada remaja perempuan. Hal ini dibuktikan dengan *Dove Girl Beauty Confidence Report* (dalam Cahyu, 2018) yang menunjukkan bahwa sebanyak 54% remaja perempuan di dunia tidak memiliki kepercayaan yang tinggi. Bahkan, sebanyak 7 dari 10 remaja di Indonesia menarik diri dari aktivitas-aktivitas penting pada kehidupan sehari-hari karena tidak percaya diri dengan penampilan. Hal ini menyebabkan mereka enggan berkumpul bersama teman dan keluarga, mengikuti kegiatan kelompok, serta aktivitas yang dapat membantu mereka meraih potensi terbaiknya.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada remaja di SMP Satriya Budi Perdagangan menunjukkan rendahnya tingkat kepercayaan diri pada remaja putri di sekolah tersebut. Hal ini ditunjukkan dengan perilaku remaja seperti menghindari kontak mata, selalu menunduk, sering emosional untuk mengungkapkan kecemasan pada dirinya, dan kurang berkomunikasi. Selain itu, beberapa remaja tersebut tampak kurang aktif di kelas, kurang berinteraksi dengan orang lain, sulit berbaur dengan lingkungan, dan sulit menyesuaikan diri.

Fenomena tersebut diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 16 Mei 2022 dengan seorang remaja putri berinisial AY yang menyatakan bahwa subjek merasa *insecure* melihat teman-teman barunya di sekolah yang memiliki penampilan fisik tinggi dan berkulit putih. Sehingga membuat subjek membandingkan badannya dan membuat pandangan subjek terhadap dirinya menjadi negatif.

Selain itu, juga terdapat wawancara pada seorang remaja putri yang berinisial RK yang menyatakan bahwa subjek merasa malu dan minder terhadap dirinya. Bahkan subjek beranggapan tidak ada orang yang menyukainya dengan penampilan fisik yang subjek miliki. Sehingga membuat subjek selalu menunduk jika berjalan di depan orang lain dan menyendiri. Bahkan subjek merasa takut berinteraksi dengan orang lain karena sering dipandang atau diejek oleh teman-temannya.

Hal ini juga diperkuat dengan wawancara yang dilakukan oleh seorang guru berinisial LH yang menyatakan bahwa terdapat banyak siswi yang pemalu atau kurang memiliki kepercayaan diri terutama ketika di suruh maju ke depan kelas. Sehingga guru merasa kesulitan dalam proses ngajar mengajar. Akan tetapi harus memahami dan memahami hal tersebut dengan memberikan pemahaman kepada siswi-siwinya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara tersebut, menunjukkan remaja putri yang mengalami kepercayaan diri rendah disebabkan oleh *body image*. *Body image* merupakan gambaran dan persepsi seseorang tentang penampilan fisik dirinya sendiri.

Uraian tersebut sejalan dengan pendapat Honigam dan Castle (dalam Januar, 2007) yang mengartikan *body image* sebagai gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Hal ini terkait bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya.

Selain itu, *body image* juga dapat diartikan sebagai imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi persepsi ini (Arthur, 2010). Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan *body image* adalah suatu gambaran diri seseorang terhadap pandangan tubuhnya yaitu baik dari bentuk tubuhnya maupun ukuran tubuhnya serta mengetahui kekurangan dan kelebihan fisiknya. Pengetahuan tentang gambaran diri tersebut dapat membuat seseorang mampu mengkondisikan dirinya secara efektif.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang ditemukan, permasalahan kepercayaan diri yang menyangkut aspek fisik dalam hal ini terkait *body image* pada remaja putri terlihat cukup tidak baik. Remaja putri seharusnya mampu lebih mengembangkan potensi yang dimilikinya, namun terhambat dengan persepsi tentang kecantikan yang berpedoman pada keindahan fisik yang sempurna. Apabila seseorang memandang tubuhnya tidak ideal seperti

wajahnya kurang menarik, badannya terlalu gemuk atau kurus, dan sebagainya maka akan mengakibatkan seseorang sibuk memikirkan kondisi fisik. Sehingga, hal ini akan membentuk *body image* yang negatif dan mempengaruhi kepercayaan diri. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Surya (2009) yang menyatakan bahwa seseorang akan percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya ideal dan orang tersebut merasa puas terhadap bentuk tubuhnya.

Pernyataan tersebut juga diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marita,dkk (2014) yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk. Semakin positif *body image*, maka semakin tinggi kepercayaan diri. Sebaliknya, semakin negatif *body image* maka kepercayaan diri semakin rendah. Berdasarkan penelitian ini, *Body Image* seseorang juga dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri siswi kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk..

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti mengambil kesimpulan sementara bahwa ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja di SMP Satriya Budi Perdagangan. Artinya, *body image* mempengaruhi tingkat kepercayaan diri remaja putri. Sehingga peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri pada remaja di SMP Satriya Budi Perdagangan.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah ada hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri di SMP Satriya Budi Perdagangan?"

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri di SMP Satrya Budi Perdagangan.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif yang signifikan antara *body image* terhadap kepercayaan diri dengan asumsi bahwa semakin positif *body image* maka kepercayaan diri juga semakin tinggi. Sebaliknya, semakin negatif *body image* seseorang maka kepercayaan diri semakin rendah.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi agar dapat membangun ilmu psikologi, terutama psikologi perkembangan yang berkaitan dengan *body image* dan kepercayaan diri. Selain itu, juga diharapkan dapat bermanfaat untuk dijadikan bahan perbandingan bagi penelitian-penelitian selanjutnya terutama yang berhubungan dengan *body image* dan kepercayaan diri.

2.**Manfaat Praktis****a. Bagi Remaja**

Manfaat penelitian bagi remaja adalah menambah wawasan remaja terkait pentingnya body image yang positif mempengaruhi kepercayaan dirinya. Sehingga, remaja bisa berupaya untuk menerima dan mencintai fisiknya secara positif agar memiliki rasa percaya diri di dalam kehidupannya.

b. Bagi Orangtua

Manfaat penelitian bagi orangtua adalah sebagai referensi bagi orangtua agar dapat membantu anak meningkatkan kepercayaan dirinya salah satunya dengan menanamkan penilaian-penilaian yang positif terhadap penampilan anak dan mengajarkan anak untuk menerima bentuk tubuhnya sendiri.

c. Bagi Sekolah

Manfaat penelitian bagi sekolah agar menjadi salah satu evaluasi bagi sekolah agar membantu anak dalam meningkatkan kepercayaan diri di sekolah melalui penyuluhan, pendekatan terhadap siswa yang kurang percaya diri terhadap bentuk tubuh, dan mengadakan kegiatan-kegiatan positif yang mendukung potensi setiap siswa.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

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

Selain itu, Fatimah (2010) juga menyatakan kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Artinya, seseorang merasa memiliki kompetensi dan percaya bahwa dirinya mampu karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Hal ini sejalan dengan pendapat Ghafron dan Risnawati (2014) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang didalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

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

2. Faktor – Faktor Kepercayaan Diri

Antony (dalam Ghufro dan Risnawati, 2018) menyatakan terdapat beberapa faktor yang memengaruhi pembentukan kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

1) Konsep Diri (gagasan tentang dirinya sendiri)

Terbentuknya kepercayaan diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif. Sebaliknya, orang yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan memiliki konsep diri positif sehingga orang tersebut memandang masa depan dengan optimis.

2) Harga Diri (penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri)

Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional. Sehingga, individu akan mudah membina hubungan dengan orang lain.

3) Penampilan Fisik

Salah satu faktor yang sangat mempengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Perubahan fisik akan berdampak pada psikologis seseorang. Mayoritas generasi muda lebih banyak memperhatikan penampilan fisik daripada aspek lain di dalam diri sendiri seperti kecerdasan dan keahlian.

4) Pengalaman

Pengalaman hidup yang mengecewakan paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Hal ini dibuktikan seperti contoh seseorang yang merasa tidak aman, kurang kasih sayang, dan kurang perhatian akan merasa kurang percaya diri.

5) Pendidikan

Salah satu hal yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang adalah tingkat pendidikan. Tingkat pendidikan yang rendah akan mengakibatkan seseorang bergantung pada orang yang memiliki tingkat pendidikan di atasnya atau orang yang berkuasa. Sebaliknya,

orang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi memiliki tingkat kepercayaan diri lebih tinggi.

Menurut Ifdil, dkk (2017) rendahnya kepercayaan diri pada remaja disebabkan oleh beberapa faktor, salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan.

Hal ini juga sejalan dengan pendapat Hakim (2002) yang menjelaskan sumber penyebab timbulnya rasa tidak percaya diri yaitu cacat atau kelainan fisik, buruk rupa, ekonomi lemah, status sosial, status perkawinan, sering gagal, kalah bersaing, kurang cerdas, pendidikan rendah, perbedaan lingkungan, tidak supel, tidak siap menghadapi situasi tertentu, sulit menyesuaikan diri, mudah cemas dan penakut, tidak terbiasa, mudah gugup, bicara gagap, pendidikan keluarga kurang baik, sering menghindar, mudah menyerah, tidak bisa menarik simpati orang, kalah wibawa dengan orang lain.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri meliputi konsep diri, harga diri, penampilan fisik, pengalaman, pendidikan, pekerjaan, serta lingkungan dan pengalaman hidup.

3. Aspek – Aspek Kepercayaan Diri

Lauster (dalam Angrami, 2019) mengemukakan aspek-aspek kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

a. Percaya pada kemampuan diri

Aspek ini berupa keyakinan seseorang terhadap keterampilan diri dalam menilai, tidak mudah menyerah, dapat menyelesaikan masalah, dan mengerjakan kewajibannya dengan baik.

b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan

Aspek ini berupa mampu teguh dalam pendiriannya, berani dalam menentukan pilihan tanpa adanya keterlibatan dan intimidasi dari orang lain, serta dapat bertanggungjawab dalam menentukan pilihan.

c. Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri

Aspek ini berupa kemampuan diri dalam menghadapi setiap permasalahan dan menghargai upaya serta proses yang sedang dijalani.

d. Berani mengungkapkan pendapat

Aspek ini berupa kemampuan diri dalam mengungkapkan segala hasil pemikiran, gagasan, ide, atau pendapat tanpa adanya intimidasi ataupun tekanan, dapat membentuk diri untuk mengasah keberaniannya, bersikap jujur, serta saling menghargai dan menghormati orang lain.

e. Bersikap rasional dan realistis

Rasional dan realistis merupakan suatu sikap menganalisis suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Selain itu, Angelis (dalam Suhardita, 2011) juga mengungkapkan aspek-aspek kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

a. Tingkah laku

Aspek ini memiliki 3 indikator yaitu melakukan sesuatu secara maksimal, mendapat bantuan dari orang lain, dan mampu menghadapi segala kendala.

b. Emosi

Aspek ini terdiri dari 4 indikator yaitu memahami perasaan sendiri, mengungkapkan perasaan sendiri, memperoleh kasih sayang dan perhatian ketika mengalami kesulitan, memahami manfaat apa yang dapat disumbangkan kepada orang lain.

c. Spiritual

Aspek ini terdiri dari 3 indikator yaitu memahami bahwa alam semesta adalah sebuah misteri, meyakini takdir Tuhan, dan mengagungkan Tuhan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri terdiri dari percaya pada kemampuan diri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, berani mengungkapkan pendapat, tingkah laku, emosi, dan spiritual.

4. Jenis – Jenis Kepercayaan Diri

Barbara (2003) mengemukakan terdapat tiga jenis kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

a. Kepercayaan diri tingkah laku

Jenis kepercayaan diri ini merupakan kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas baik dari yang paling sederhana hingga yang bermuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.

b. Kepercayaan diri emosional

Jenis kepercayaan diri ini merupakan kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi.

c. Kepercayaan diri spiritual

Jenis kepercayaan diri ini merupakan keyakinan individu bahwa setiap hidup memiliki tujuan yang positif dan bermakna.

Hal ini sejalan dengan pendapat Lidenfield (dalam Kamil, 2007) yang juga mengemukakan jenis-jenis kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

a. Kepercayaan diri batin

Kepercayaan diri batin ini meliputi kemampuan mengendalikan emosi, memahami kelebihan dan kelemahan diri, dan kemampuan berfikir positif untuk mengembangkan potensi yang dimiliki.

b. Kepercayaan diri lahir

Kepercayaan diri lahir ini meliputi kemampuan dalam berkomunikasi, memiliki sikap yang tegas dalam mengambil keputusan, mampu bersosialisasi untuk memahami diri, dan mampu mengendalikan perasaan.

c. Kepercayaan diri spiritual

Kepercayaan diri spiritual merupakan kemampuan seseorang dalam memahami bahwa sesuatu yang terjadi disebabkan karena kehendak Tuhan Yang Maha Esa, yang meliputi rasa tenang dalam hati, meniti jalan hidup yang benar, yakin bahwa keberadaan individu tersebut dibutuhkan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis kepercayaan diri terdiri dari kepercayaan diri lahir, kepercayaan diri batin, dan kepercayaan diri spiritual.

5. Karakteristik Kepercayaan Diri

Fatimah (2010) menjelaskan beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

- a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok
- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dan berani menjadi diri sendiri
- d. Memiliki pengendalian diri yang baik (tidak *moody* dan emosinya stabil)
- e. Memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung pada usaha sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain)
- f. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi di luar dirinya.
- g. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya yang terjadi.

Lauster (dalam Wahyuni, 2014) juga menjelaskan ciri-ciri kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut :

- a. Percaya pada kemampuan diri sendiri, merupakan sikap yakin terhadap diri sendiri bahwa sesuatu yang terjadi berhubungan dengan kemampuan individu dalam mengevaluasi suatu peristiwa.
- b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, merupakan kemandirian dalam mengambil keputusan tanpa melibatkan orang lain serta mampu untuk bertanggungjawab atas keputusan yang diambil.
- c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, merupakan penilaian yang baik yang berasal dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan ataupun tindakan yang dilakukan menimbulkan rasa positif terhadap diri sendiri.
- d. Berani mengungkapkan pendapat, merupakan adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, ciri-ciri kepercayaan diri meliputi percaya akan kompetensi/kemampuan diri, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri dan mampu mengendalikan diri, dan berani mengungkapkan pendapat.

B. *Body Image*

1. *Pengertian Body Image*

Arthur (2010) mengartikan *body image* sebagai imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Beberapa peneliti menggunakan istilah ini hanya terkait tampilan fisik, sementara yang lain mencakup pula penilaian tentang fungsi tubuh, gerakan tubuh, koordinasi tubuh, dan sebagainya.

Selain itu, Honigam dan Castle (dalam Januar, 2007) juga mengartikan *body image* sebagai gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Hal ini terkait bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya.

Hoyt (dalam Naimah, 2008) juga mengartikan *body image* sebagai sikap seseorang terhadap tubuhnya dari segi ukuran, bentuk maupun estetika berdasarkan evaluasi individual dan pengalaman efektif terhadap atribut fisiknya. *Body image* bukan sesuatu yang statis, tetapi selalu berubah. Pembentukannya dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik. Proses komparasi sosial pasti terjadi dalam membentuk *body image* remaja putri.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa *body image* adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri yang terbentuk dari evaluasi individual dan pengalaman fisik serta pendapat orang lain.

2. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Denich dan Ifdil (2015) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image*, antara lain sebagai berikut :

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang. Ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Pada umumnya, Wanita lebih kurang puas terhadap tubuhnya dan memiliki *body image* negatif serta bersikap lebih kritis terhadap tubuh mereka.

b. Media Massa

Media massa yang muncul dan beredar memberikan gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki sehingga dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Sumber media sering mengiklankan

individu dengan tipe tubuh yang ideal untuk menjual suatu produk. Hal ini mengakibatkan masyarakat terlalu dipengaruhi oleh penggambaran citra diri tersebut.

c. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal mengakibatkan seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain sehingga *feedback* yang diterima mempengaruhi perasaan seseorang terhadap penampilan fisik. Hal ini mengakibatkan rasa cemas dan gugup akan penilaian orang lain terhadap dirinya.

Selain itu, Cash dan Pruzinsky (2002) juga mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image*, antara lain sebagai berikut :

a. Jenis Kelamin

Pada beberapa penelitian menyatakan bahwa wanita memiliki *body image* lebih negatif dibandingkan pria. Hal ini disebabkan karena pria ingin memiliki tubuh yang besar agar tampil lebih percaya diri di hadapan publik serta mengikuti perkembangan zaman. Sebaliknya, Wanita ingin memiliki tubuh ideal sesuai standar kecantikan agar menarik perhatian pasangannya.

b. Usia

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *body image*. Hal ini dibuktikan dengan perubahan fisik yang dialami oleh remaja menjadikan seseorang merasa tidak puas pada tubuhnya.

c. Media Massa

Faktor ini mempengaruhi *body image* karena media massa membagikan gambar ideal mengenai *role model* pria dan wanita yang dapat mempengaruhi gambaran diri individu.

d. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal menjadikan individu sering membandingkan dirinya dengan orang lain serta *feedback* yang diterima mempengaruhi

konsep diri termasuk membuat seseorang merasa takut dan khawatir ketika orang lain melakukan penilaian pada dirinya terhadap penampilan fisik.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* meliputi jenis kelamin, usia, media massa, dan hubungan interpersonal.

3. Aspek – Aspek *Body Image*

Cash dan Puzinsky (dalam Seawell, dkk, 2005) mengemukakan aspek-aspek *body image*, antara lain sebagai berikut :

a. Evaluasi penampilan (*Appearance evaluation*)

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

b. Orientasi penampilan (*Appearance orientation*)

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

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

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

d. Kecemasan menjadi gemuk (*Overweight preoccupation*)

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

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

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

Selain itu, McCabe (dalam Chairih, 2012) juga mengungkapkan aspek-aspek *body image*, antara lain sebagai berikut :

a. *Physical attractiveness*,

Aspek ini mengenai penilaian seseorang mengenai tubuh dan bagian tubuhnya (wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain).

b. *Body image satisfaction*,

Aspek ini mengenai perasaan puas atau tidaknya seseorang terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh, dan berat badan.

c. *Body image importance*

Aspek ini mengenai penilaian seseorang tentang penting atau tidaknya *body image* dibandingkan hal lain dalam hidup seseorang.

d. *Body concealment*

Aspek ini mengenai usaha seseorang untuk menutupi bagian tubuhnya (wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain) yang kurang menarik dari pandangan orang lain dan menghindari percakapan tentang ukuran dan bentuk tubuhnya yang kurang menarik.

e. *Body improvement*

Aspek ini mengenai usaha seseorang untuk meningkatkan atau memperbaiki bentuk, ukuran, dan berat badannya sekarang.

f. *Social physique anxiety*

Aspek ini mengenai perasaan cemas seseorang akan pandangan orang lain tentang tubuhnya yang kurang menarik jika berada di tempat umum.

g. *Appearance comparison*

Aspek ini mengenai tentang perbandingan yang dilakukan seseorang akan berat badan, ukuran tubuh, dan bentuk badannya dengan berat badan, ukuran tubuh dan bentuk tubuh orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *body image* meliputi evaluasi terhadap penampilan, kepuasan terhadap penampilan, serta orientasi terhadap bentuk tubuh dan kecemasan terhadap bentuk tubuh.

4. Ciri - Ciri *Body Image*

Cash dan Smolak (2011) mengemukakan *body image* terbagi dua, yaitu positif dan negatif yang memiliki ciri-ciri, antara lain sebagai berikut :

a. *Body Image* Positif

- 1) Individu mengapresiasi bentuk tubuhnya dengan menghargai fungsi, kesehatan, serta bagian-bagian tubuhnya.
- 2) Individu menerima, merasa nyaman, dan mencintai tubuhnya dengan memilih untuk fokus pada aset tubuh daripada kekurangan tubuhnya.
- 3) Individu merasa senang dengan diri sendiri, bersikap optimis dan selalu merasa bahagia.
- 4) Individu merasa percaya diri dengan keunikan tubuhnya dan percaya bahwa kecantikan seseorang terpancar dari dalam diri bukan hanya memikirkan tentang berat dan bentuk tubuh.

b. *Body image* Negatif

- 1) Individu tidak menyukai bagian-bagian tertentu dari dirinya
- 2) Individu tidak merasa bahagia ketika berat badannya tidak ideal
- 3) Individu merasa tidak nyaman dengan seluruh bagian tubuhnya
- 4) Individu mencemaskan bagian tubuhnya yang dianggap tidak sesuai dengan standar kecantikan
- 5) Individu selalu membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain tanpa memperhatikan kelebihan yang dia miliki

Hal ini sejalan dengan pendapat Tadabbur (2008) yang juga membagi *body image* terdiri dari *body image* negatif dan *body image* positif yang memiliki ciri-ciri, antara lain sebagai berikut :

a. *Body Image* Positif

- 1) Optimis dalam menghadapi kehidupan
- 2) Yakin dapat mengatasi berbagai masalah yang dihadapi
- 3) Yakin dapat meraih kehidupan yang lebih baik
- 4) Bangkit dari kegagalan dan tidak larus dalam duka yang berkepanjangan
- 5) Mempercayai tidak ada hal yang tidak mungkin
- 6) Penuh percaya diri

b. *Body Image* Negatif

- 1) Merasa rendah diri sehingga menganggap dirinya tidak berguna dan tidak berarti di tengah masyarakat
- 2) Merasa keberadaannya tidak dibutuhkan oleh masyarakat dan lingkungan
- 3) Merasa tidak pantas atau tidak berhak memiliki atau mendapatkan sesuatu
- 4) Merasa dibenci dan tidak disukai oleh lingkungan dan orang sekitar
- 5) Merasa tidak mampu dan selalu khawatir akan kegagalan atau cemooh dari orang sekitar
- 6) Merasa kurang berpendidikan dengan orang lain
- 7) Kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, tidak berani memulai sesuatu hal yang baru, selalu khawatir berbuat kesalahan dan ditertawakan orang.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri *body image* terbagi dua, yaitu positif dan negatif. *body image* positif memiliki ciri-ciri seperti menerima kelebihan dan kekurangan diri, bersikap optimis, selalu merasa bahagia, mampu mengatasi permasalahan dan penuh percaya diri. Sedangkan *body image* negatif memiliki ciri-ciri seperti

merasa dirinya tidak mampu dan selalu khawatir, tidak percaya diri, kurang menerima keadaan fisiknya dan merasa rendah diri.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Menurut Santrock (2019) masa remaja merupakan masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Remaja mengalami kematangan fisik secara cepat yang melibatkan hormon dan tubuh. Selain pertumbuhan secara fisik, remaja juga mengalami perkembangan kognitif dan sosioemosional. Pendapat lain juga dikemukakan oleh Papalia, dkk (2009) yang mengemukakan bahwa remaja merupakan transisi perkembangan yang melibatkan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang terbentuk dari sosial, budaya, dan ekonomi yang berbeda. Pada masa remaja awal penuh dengan perubahan fisik, kognitif, psikososial yang juga beresiko terhadap perkembangan yang sehat. Selain itu, King (2010) mengemukakan bahwa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, dimana masa remaja dimulai sekitar usia 10-12 tahun dan berakhir pada usia 18-21 tahun. Masa remaja juga diikuti dengan perkembangan fisik, kognitif, dan sosial emosional. Adapun pendapat lain yang memperkuat pengertian remaja adalah mereka yang mengalami masa transisi (peralihan) dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yaitu antara usia 12 – 13 tahun hingga usia 20-an tahun dimana perubahan yang terjadi termasuk drastis pada semua aspek perkembangan perubahan yang meliputi perkembangan fisik, kognitif, kepribadian, dan sosial (Gunarsa, 2006).

Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang dimulai dari sekitar usia 12-21 tahun yang mengalami perkembangan fisik, kognitif, dan sosial emosional.

2. Tahap – Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Hurlock, dkk (2011) terdapat tiga tahap perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju dewasa, antara lain sebagai berikut :

a. Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Pada tahap ini remaja berusia kisaran 12-14 tahun dengan kontrol terhadap diri remaja bertambah sulit dan cepat marah dengan cara yang kurang wajar untuk meyakinkan lingkungan sekitarnya. Perilaku ini disebabkan oleh kecemasan terhadap diri sendiri sehingga muncul reaksi yang tidak wajar.

b. Remaja Madya (*Middle Adolescence*)

Pada tahap ini remaja berusia kisaran 15 -17 tahun dengan ciri-ciri seperti sangat membutuhkan teman, cenderung bersifat narsis, atau berada dalam kondisi keresahan dan kebingungan karena pertentangan yang terjadi dalam diri, berkeinginan besar mencoba segala hal yang belum diketahuinya, dan keinginan menjelajah ke alam sekitar yang lebih luas.

c. Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Pada tahap ini remaja berusia kisaran 16-19 tahun dengan ciri-ciri seperti aspek-aspek psikis dan fisik yang mulai stabil, meningkatnya berfikir realistik, memiliki sikap pandang yang sudah baik, lebih matang dalam cara menghadapi masalah, ketenangan emosional bertambah dan lebih mampu menguasai perasaan, sudah terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, dan lebih banyak perhatian terhadap lambang-lambang kematangan.

Selain itu, adapun pendapat Putra (2013) yang juga membagi tahap perkembangan menjadi 3 tahap sebagai berikut :

a. Masa Remaja Awal

Pada masa remaja awal ini biasanya remaja berusia 12-15 tahun memiliki ciri-ciri lebih dekat dengan teman sebaya, ingin behas, lebih banyak memperlihatkan keadaan tubuhnya dan mulai berfikir abstrak.

b. Masa Remaja Tengah

Pada masa remaja tengah ini biasanya remaja berusia 15–18 tahun memiliki ciri-ciri sedang mencari identitas diri, adanya timbul keinginan untuk kencan, mempunyai rasa cinta yang mandalam, mengembangkan kemampuan berfikir abstrak, dan berhayal tentang aktivitas seks.

c. Masa Remaja Akhir

Pada masa remaja akhir ini biasanya remaja berusia 18-21 tahun memiliki ciri-ciri pengungkapan identitas diri, lebih selektif dalam mencari teman sebaya, mempunyai citra jasmani dirinya, dapat mewujudkan rasa cinta, dan mampu berfikir abstrak.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap perkembangan remaja meliputi masa remaja awal (12-14 tahun), masa remaja madya (15-17 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun).

3. Tugas – Tugas Perkembangan Remaja

Adapun tugas-tugas perkembangan remaja menurut Hurlock (2011), antara lain sebagai berikut :

- a. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya
- b. Mencapai peran sosial
- c. Mencapai dan mengharapkan tanggungjawab dari perilaku sosial
- d. Mencapai kemandirian emosional
- e. Mempersiapkan perekonomian
- f. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- g. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi
- h. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif

Selain itu William (dalam Yusuf, 2016) mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja, antara lain sebagai berikut :

- a. Menerima fisiknya beserta kualitas yang ada pada dirinya
- b. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas

- c. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain baik secara individual maupun kelompok
- d. Menemukan role model yang dapat dijadikan identitasnya
- e. Menerima dirinya dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya
- 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

Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan remaja meliputi mampu menerima keadaan fisiknya, mampu mencapai kemandirian emosional, mampu membangun komunikasi interpersonal baik secara individu maupun kelompok, dan mampu meninggalkan perilaku kekanak-kanakan untuk belajar bertanggungjawab.

4. Ciri – Ciri Remaja

Hurlock (2011) mengemukakan beberapa ciri-ciri remaja, antara lain sebagai berikut :

a. Masa Remaja Sebagai Periode Peralihan

Pada masa ini remaja belajar untuk dapat memikul tanggungjawab. Sehingga, seorang remaja dituntut harus mampu “meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan” dan mempelajari pola perilaku serta sikap baru untuk menggantikan perilaku atau sikap yang sudah ditinggalkan.

b. Masa Remaja Sebagai Periode Perubahan

Pada masa ini remaja akan mengalami perubahan seperti perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial, serta menimbulkan masalah baru bagi remaja.

c. Masa Remaja Sebagai Usia Bermasalah

Pada masa ini remaja akan menemukan masalah-masalah yang sulit. Kesulitan tersebut terjadi karena dua alasan. Pertama, peran orangtua atau guru yang selalau membantu dalam menyelesaikan masalah pada masa kanak-kanak mengakibatkan mereka kurangnya pengalaman dalam menyelesaikan masalah. Sehingga, mereka akan merasa bahwa permasalahan yang dihadapi sangat sulit untuk diselesaikan. Sedangkan yang kedua, remaja sulit dalam menyelesaikan masalah karena merasa diri mereka mandiri sehingga tidak membutuhkan bantuan dari orang lain, terutama orangtua.

d. Masa Remaja Sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Pada masa ini, adanya stereotip budaya yang menganggap remaja merupakan anak-anak yang tidak rapi, tidak dapat dipercaya, serta cenderung berperilaku merusak menyebabkan orang dewasa yang harusnya menimbang dan mengawasi perkembangan remaja justru merasa takut untuk bertanggungjawab serta kurang bersimpati terhadap perilaku remaja yang normal. Hal ini dapat mempengaruhi konsep diri remaja menjadi negatif serta membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit.

Selain itu Jahja (2011) juga mengemukakan beberapa ciri-ciri remaja, antara lain sebagai berikut :

- a. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada remaja dan dikenal sebagai masa *storm and stress*.
- b. Pada masa ini terjadi peningkatan emosional karena banyaknya tuntutan dan tekanan yang ditujukan kepada remaja, seperti remaja yang harus mampu untuk mandiri, bertanggungjawab, dan berhenti bertingkah seperti anak-anak.
- c. Perubahan fisik secara cepat yang disertai kematangan seksual
- d. Perubahan fisik tersebut antara lain sistem sirkulasi, pencernaan, sistem respirasi, tinggi badan, berat badan, proporsi tubuh, dan kematangan organ reproduksi.

- e. Perubahan dalam hal yang menarik bagi diri sendiri dan hubungan dengan orang lain.
- f. Pada masa remaja ini, ada tanggungjawab yang besar maka remaja diharapkan dapat mengarahkan ketertarikan pada hal-hal yang lebih penting. Selain itu, remaja juga mulai berhubungan dengan lawan jenis.
- g. Perubahan nilai karena prioritas yang berubah mendekati usia dewasa.
- h. Kebanyakan remaja dilema dalam menghadapi perubahan. Remaja menginginkan kebebasan tetapi juga diberikan tanggungjawab sedangkan remaja ragu dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tanggungjawab.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri remaja meliputi perubahan fisik, peningkatan emosional, serta perubahan sikap dan perilaku.

D. Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja

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

Oleh karena itu, setiap individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik mampu menerima penampilan fisik yang dimiliki, yakin akan kemampuan diri sendiri dan potensi yang dimiliki, mampu berpikir positif terhadap diri sendiri, mampu mengambil keputusan sendiri sehingga tidak mudah terpengaruh oleh pandangan orang lain. Sebaliknya, individu yang kurang memiliki kepercayaan diri yang baik maka akan menimbulkan pandangan negatif tentang diri seperti kurang mampu menerima penampilan fisik yang dimiliki, kurang yakin akan kemampuan diri sendiri dan potensi yang dimiliki, kurang mampu mengambil keputusan sendiri sehingga mudah terpengaruh oleh pandangan orang lain.

Berdasarkan uraian tersebut, membuktikan bahwa pandangan tentang diri seseorang akan berpengaruh terhadap kepercayaan diri orang tersebut. Artinya, individu yang memandang dirinya positif maka akan menimbulkan kepercayaan diri yang baik. Sebaliknya, individu yang memandang dirinya negatif maka akan menimbulkan kepercayaan diri yang kurang baik. Hal ini menunjukkan keterkaitan antara *body image* dengan kepercayaan diri yang sejalan dengan pendapat Ancok dan Suroso (dalam Ghufron dan Risnawati, 2016) yang menyatakan bahwa salah satu hal yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah kondisi fisik (*body image*).

Menurut Chaplin (2005) *body image* merupakan ide seseorang mengenai penampilannya dihadapan orang lain. Hal tersebut sejalan dengan pengertian *body image* menurut 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 ini.

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 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 (Surya, 2009). Hal ini diperkuat oleh hasil 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. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada keterkaitan antara *body image* dengan kepercayaan diri.

E. Kerangka Konseptual



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasi. Menurut Sugiyono (2013) penelitian kuantitatif sendiri diartikan sebagai jenis penelitian yang digunakan untuk meneliti sampel atau populasi tertentu, menggunakan instrumen penelitian sebagai pengumpulan data, menggunakan analisis data yang bersifat statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Sedangkan desain korelasi, diartikan sebagai desain penelitian yang bertujuan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang sudah ada (Arikunto, 2018). Sehingga, desain korelasi dianggap sesuai dengan penelitian ini karena ingin mengetahui hubungan antara variabel kepercayaan diri dan variabel *body image*.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan di dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut :

1. Variabel bebas : *Body Image*
2. Variabel terikat : Kepercayaan Diri

C. Defenisi Operasional

1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah suatu sikap yang dimiliki individu dimana individu tersebut yakin terhadap kemampuan diri sendiri, optimis, sehingga mampu menghadapi situasi dengan sebaik mungkin. Tinggi rendahnya kepercayaan diri dalam penelitian ini diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri yaitu percaya kepada kemampuan diri, bertindak mandiri

dalam mengambil keputusan, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, berani mengungkapkan pendapat, serta bersikap rasional dan realistis.

2. *Body Image*

Body Image adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri yang terbentuk dari evaluasi individual dan pengalaman fisik serta pendapat orang lain. Tingkat positif negatif *Body image* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek *body image* yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh.

D. Populasi

Menurut Sugiyono (2018) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMP Satrya Budi Perdagangan dengan jumlah 49 orang.

E. Teknik Pengambilan Sampel

Sugiyono (2018) menjelaskan sampel merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Selanjutnya, Arikunto (2012) menjelaskan apabila populasi kurang dari 100 orang, maka bisa diambil secara keseluruhan. Populasi remaja putri di SMP Satrya Budi Perdagangan berjumlah 49 orang. Sehingga teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Total Sampling*. *Total Sampling* adalah teknik penentuan sampel apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Peneliti menggunakan seluruh siswi SMP Satrya Budi Perdagangan yang berjumlah 49 sebagai sampel pada penelitian ini.

F. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu Skala (kuesioner). Adapun jenis skala yang digunakan yaitu menggunakan skala *Likert*. Sukardi (2008) mengartikan skala *likert* sebagai skala yang digunakan untuk menilai sikap atau tingkah laku yang diinginkan oleh para peneliti dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden. Kemudian responden diminta memberikan pilihan jawaban atau respon terhadap skala yang disediakan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body image* dan skala kepercayaan diri.

G. Validitas dan Reliabilitas

Syahrul & Salmi (2014) mengemukakan bahwa validitas merupakan istilah yang menggambarkan kemampuan instrument untuk mengukur apa yang ingin di ukur. Sedangkan untuk menjamin keakuratan validitas dapat dilakukan dengan menggunakan terlebih dahulu mengenai aspek-aspek yang terkandung dalam variabel penelitian. Oleh karena itu, sebuah alat ukur harus memenuhi kriteria yaitu instrumen penelitian tersebut benar-benar sesuai dengan tujuan penelitian. Selanjutnya, instrumen penelitian juga harus memiliki syarat berikutnya yaitu reliabilitas.

Reliabilitas merupakan instrumen penelitian yang dapat digunakan untuk mengukur sebuah variabel pada suatu waktu dan kemudian dapat digunakan pada waktu lain untuk mengukur variabel yang sama. Artinya, reliabilitas merupakan instrumen penelitian yang dapat digunakan berulang kali dengan waktu yang berbeda untuk mengukur variabel yang sama. Hal ini sejalan dengan pendapat Kurniawan, dkk (2016) yang menyatakan bahwa uji validitas instrumen penelitian merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui keabsahan/ketepatan/kecermatan suatu item pertanyaan dalam mengukur variabel yang diteliti.

Uji validitas dapat dilakukan dengan menggunakan korelasi *product moment* yaitu mengkorelasikan skor masing-masing item dengan skor yang diperoleh dari penjumlahan skor item untuk instrument tersebut (skor total). Sedangkan uji reliabilitas instrument penelitian merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui kehandahan (tingkat kepercayaan) suatu item pertanyaan dalam mengukur variabel yang diteliti. Suatu instrumen penelitian dapat memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi, jika hasil dari pengujian instrumen tersebut menunjukkan hasil yang relatif tetap (konsisten).

H. Metode Analisis Data

Metode analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah metode analisis kuantitatif. Metode analisis kuantitatif adalah metode yang digunakan untuk menyajikan data dalam bentuk angka. Alat uji yang digunakan ialah Analisis Uji Korelasi *Product Moment*. Uji Korelasi *Product Moment* adalah analisis data yang digunakan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan linier dari 2 variabel. Pada penelitian ini, peneliti ingin melihat hubungan antara dua variabel sehingga digunakan Uji Korelasi *Product Moment*.





BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

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

1. Terdapat korelasi positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri di SMP Satrya Budi Perdagangan. Hasil tersebut dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = 0,871$ dengan nilai signifikansi $0,000$ ($P < 0,05$). Artinya, semakin baik *body image* maka kepercayaan diri semakin tinggi. Sebaliknya, semakin buruk *body image* maka kepercayaan diri juga semakin rendah. Sehingga, hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Selain itu, kekuatan hubungan antara *body image* dengan perilaku kepercayaan diri tergolong sangat kuat.
2. Berdasarkan angka koefisien determinan, *body image* memberikan pengaruh sebesar 75,9% terhadap kepercayaan diri pada remaja putri di SMP Satrya Budi Perdagangan. Sedangkan 24,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri yang meliputi konsep diri, harga diri, pengalaman, pendidikan, pekerjaan dan lingkungan. Diketahui variabel *body image* memiliki mean hipotetik sebesar 80 yang apabila dijumlahkan dengan bilangan SD sebesar 2,050 menghasilkan angka yang lebih besar dari mean empiriknya yaitu 71,61. Dapat dikatakan bahwa *body image* tergolong negatif. Begitupula pada variabel kepercayaan

diri yang memiliki mean hipotetik sebesar 72,5 apabila dijumlahkan dengan bilangan standar deviasi sebesar 2,041 menghasilkan angka yang lebih besar dari mean empiriknya yaitu 63,43. Sehingga dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri juga tergolong rendah. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa mean hipotetik dan mean empirik dinyatakan sesuai.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang sudah dikemukakan sebelumnya, dapat disampaikan beberapa saran diantaranya sebagai berikut :

1. Bagi Siswi SMP Satrya Budi Perdagangan

Para siswi SMP Satrya Budi Perdagangan diharapkan mampu menerima penampilan fisik ataupun bentuk tubuh dan mampu memberikan penilaian positif dan realistis terhadap bentuk tubuhnya sendiri. Selain itu, diharapkan para siswa untuk mengasah potensi dan keahlian agar tidak terlalu fokus pada penampilan fisik yang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri.

2. Bagi Kepala Sekolah

Kepala Sekolah diharapkan dapat membuat kebijakan dan program yang berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri siswa. Hal ini dapat dilakukan dengan mengadakan kegiatan penyuluhan, kegiatan ekstrakurikuler, perlombaan, dan kegiatan positif lain yang dapat membantu siswa mengasah keahlian dan percaya diri menunjukkan potensinya.

3. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan mampu mengoptimalkan perannya kembali dalam membimbing dan mengarahkan siswa untuk mengembangkan *body image* dan kepercayaan diri. Adapun bimbingan dan arahan tersebut dapat melalui bimbingan klasikal, sosiodrama, konseling perorangan, dan konseling kelompok.

4. Bagi peneliti

Berdasarkan pemaparan dalam pembahasan, bahwa peneliti masih memiliki beberapa keterbatasan. Oleh karena itu, saran bagi peneliti adalah agar untuk penelitian ke depannya bisa mengefisienkan waktu sehingga dapat melakukan *try out* alat ukur secara terpisah untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih valid. Selain itu, diharapkan agar peneliti mampu melakukan penelitian lebih mendalam terkait kepercayaan diri dengan variabel lain yang mempengaruhi.







DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, M. 2019. Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body Shaming. *Skripsi*. Universitas Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Arikunto, S. 2018. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arthur, S. R. & Emily S. R. 2010. *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barbara, D. 2003. *Percaya Diri*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Cahyu. 2018. Artikel. *Kepercayaan Diri Remaja Perempuan Indonesia Masih Rendah, Apa Solusinya?*. Diakses pada tanggal 21 Januari 2023. <http://www.liputan6.com>.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. 2002. *Body Image : A Handbook of Theory, Research and Clinical*. New York : Guilford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. 2011. *Body Image : A Handbook of Science, Practice, and Prevention*. Edisi Kedua. New York : Guilford Press.
- Chairah, P. 2012. Hubungan Body Image dengan Pola Makan Remaja Putri di SMA Negeri 38 Jakarta. *Skripsi*. Fakultas Keperawatan Universitas Indonesia.
- Chaplin, J. P. 2005. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Press.
- Denich, A. U., & Hdiil, I. 2015. Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 55-61.
- Fatimah, E. 2010. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung : Pustaka Setia.
- Johan, F. A. 2020. Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa SMA Di Kota Pekanbaru. *Other Thesis*, Universitas Islam Riau.
- Ghufron, M. N & Risnawita, R. 2014. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.
- Ghufron, M. N. & Risnawati, R. S. 2016. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak dan Dewasa*. Jakarta : Gunung Mulia.
- Hadi, S. 2003. *Metodologi Research*. Yogyakarta : Pustaka Andi.
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Purwasuara.
- Hurlock. 2011. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.

- Ihdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. 2017. Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(3), 107-113.
- Jahja, Y. 2011. *Psikologi Remaja*. Edisi Pertama. Jakarta : Prenadamedia Group.
- Januar, V. 2007. Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak. *Jurnal Psikologi*, 3(3). Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Kamil. 2007. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta : Arcan.
- King, L. 2010. *Psikologi Umum*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Kurniawan, Puspitaningtyas, A. W., & Zarah. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Pustaka Buku.
- Lauster, P. 2012. *Tes Kepribadian*. Terjemahan D. H. Gulo. Jakarta : Bumi Askara.
- Marita, G. D. M., Yuliadi, I., & Karianta, N. A. 2014. Hubungan Antara Body Image dan Imaginary Audience dengan Kepercayaan Diri Pada Siswi Kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk. *Jurnal Ilmiah*, 3 (3).
- Merlin, R. 2017. Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Peserta Didik Putri di MTs Muhammadiyah Lakitan Kabupaten Pesisir Selatan. *Sarjana Thesis*. STKIP PGRI SUMATERA BARAT.
- Naimah, T. 2008. Pengaruh Komparasi Sosial Pada Public Figure di Media Massa terhadap Body Image Remaja di Kecamatan Patikraja, Kabupaten Banyumas. *Jurnal Psikologi Penelitian Humaniora*, 9 (2).
- Papalia, Feldman, Olds, dan Wendkos. 2009. *Human Development*. Eleventh Edition, New York : Higher Education.
- Putra, N. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif Pendidikan*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Ratnawati, V. & Sofiah, D. 2012. Percaya Diri, Body Image dan Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Putri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 130-142.
- Santrock, J. W. 2019. *Life-Span Development*. Seventeenth Edition. New York : McGraw Hill Education.
- Seawell, A. H., Burg, S. D., 2005. Body Image and Sexuality in Women with and without Systemic Lupus Erythematosus. *Sex Roles*, 53.
- Sukardi, D. K. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

- Suhardita, K. 2011. Efektivitas Penggunaan Teknik Permainan dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Penelitian Quasi Eksperimen*, 127-138. Bandung : ABMAS. Edisi Khusus.
- Sukardi, D. K. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Surya, H. 2009. *Menjadi Manusia Pembelajar*. Jakarta:Gransedia
- Surya, H. 2009. *Percaya Diri Itu Penting*. Jakarta : Eleks Media Komputindo.
- Syahrum & Salim. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Edisi Pertama. Bandung : Citapustaka Media Perintis.
- Tadabbur. 2008. Membentuk Citra Diri. Diakses pada tanggal 21 Januari 2023. <https://digilib.mercubuana.ac.id>.
- Wahyuni. 2014. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. *Ejournal Psikologi*, 2, 50-64.
- Yusuf, S. 2016. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.











34	DR	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150						
35	RI	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150						
36	YI	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	151						
37	AR	3	2	2	4	2	3	2	1	2	4	2	1	2	1	2	1	4	2	1	4	2	1	4	2	2	3	4	3	4	2	4	2	4	2	109						
38	AL	4	2	4	3	4	3	4	4	3	2	3	4	4	1	4	2	4	2	3	3	4	2	2	4	4	1	2	4	1	2	4	2	2	3	4	3	2	4	117		
39	SH	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150				
40	JN	4	4	2	4	4	2	3	4	4	1	4	4	1	1	3	4	1	4	4	2	1	2	4	4	3	1	2	4	3	2	4	3	4	2	2	2	111				
40	RP	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	1	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150				
41	DAN	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	151				
42	MS	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	154				
43	WW	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150				
44	HT	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150				
45	HW	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	151				
46	SP	3	2	2	4	2	3	2	3	2	4	2	1	2	1	2	2	4	2	4	2	1	4	2	2	4	2	4	1	2	3	4	3	4	2	2	4	4	2	4	2	109
47	NS	4	2	4	3	4	4	3	4	4	1	2	3	4	4	1	4	2	4	1	1	2	4	4	2	2	4	4	1	2	4	1	2	4	2	2	3	4	3	2	4	117
48	YH	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150		
48	LS	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	150		





UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS KEPERCAYAAN DIRI

Reliability

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	49	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	49	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.870	49

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	143.73	64.866	.481	.864
VAR00002	143.65	65.981	.407	.866
VAR00003	143.63	64.862	.495	.864
VAR00004	143.47	65.838	.636	.862
VAR00005	143.92	69.993	.002	.878
VAR00006	143.63	66.362	.397	.866
VAR00007	143.59	67.163	.379	.866
VAR00008	143.65	66.356	.247	.869
VAR00009	143.59	68.288	.270	.868
VAR00010	143.65	65.106	.564	.862
VAR00011	143.41	67.747	.500	.866
VAR00012	143.49	66.860	.531	.864
VAR00013	143.65	66.548	.210	.870
VAR00014	143.53	66.088	.546	.863

VAR00015	143.80	68.624	.315	.868
VAR00016	143.78	68.094	.207	.870
VAR00017	143.65	68.565	.321	.869
VAR00018	143.57	69.542	.095	.872
VAR00019	143.67	68.474	.482	.865
VAR00020	143.43	67.042	.590	.864
VAR00021	143.96	71.832	-.148	.880
VAR00022	143.57	69.083	.170	.870
VAR00023	143.71	68.583	.389	.866
VAR00024	143.41	68.455	.368	.867
VAR00025	143.61	68.117	.287	.868
VAR00026	143.47	68.213	.662	.863
VAR00027	143.57	66.000	.533	.864
VAR00028	143.65	65.506	.549	.863
VAR00029	143.47	67.713	.422	.866
VAR00030	143.43	68.208	.327	.868
VAR00031	143.55	66.503	.480	.865
VAR00032	143.51	68.630	.549	.864
VAR00033	143.67	68.891	.391	.866
VAR00034	143.61	68.755	.236	.869
VAR00035	143.59	68.663	.487	.865
VAR00036	143.92	68.202	.188	.871
VAR00037	143.99	68.242	.445	.867
VAR00038	143.78	66.053	.316	.869
VAR00039	143.37	67.654	.627	.865
VAR00040	143.49	66.963	.518	.865

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS BODY IMAGE

Reliability

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	49	98.0
	Excluded ^a	1	2.0
	Total	50	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.936	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	129.00	357.292	.312	.936
VAR00002	129.51	341.255	.617	.934
VAR00003	129.49	341.088	.589	.934
VAR00004	129.04	362.415	.023	.938
VAR00005	129.33	355.808	.190	.938
VAR00006	129.55	345.461	.656	.934
VAR00007	129.37	346.779	.560	.934
VAR00008	129.00	358.417	.279	.938
VAR00009	129.31	345.050	.617	.934
VAR00010	129.53	348.296	.348	.938
VAR00011	129.49	340.588	.633	.934
VAR00012	129.47	337.796	.599	.934
VAR00013	129.63	335.487	.627	.934
VAR00014	129.12	351.360	.635	.935
VAR00015	130.20	322.916	.843	.931
VAR00016	129.45	350.419	.380	.938
VAR00017	129.22	358.803	.131	.938

VAR00018	129.41	348.872	.471	.935
VAR00019	129.69	342.717	.444	.935
VAR00020	129.41	337.580	.507	.932
VAR00021	130.49	329.713	.671	.933
VAR00022	129.05	362.809	.004	.638
VAR00023	129.43	349.500	.373	.936
VAR00024	129.57	335.458	.834	.932
VAR00025	129.27	348.907	.478	.935
VAR00026	129.39	337.451	.729	.933
VAR00027	129.06	362.392	.028	.937
VAR00028	129.63	335.154	.605	.934
VAR00029	129.65	335.731	.830	.932
VAR00030	129.55	346.544	.377	.936
VAR00031	129.55	338.044	.534	.935
VAR00032	129.33	346.016	.512	.935
VAR00033	128.98	360.104	.161	.937
VAR00034	129.84	332.014	.850	.932
VAR00035	129.51	341.297	.616	.934
VAR00036	129.65	361.523	.002	.939
VAR00037	128.78	363.388	-.040	.937
VAR00038	129.63	334.821	.811	.932
VAR00039	129.37	342.029	.589	.934
VAR00040	129.49	339.505	.633	.934



UJI NORMALITAS

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		BODY_IMAGE	KEPERCAYAAN DIRI
N		49	49
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	78.29	75.22
	Std. Deviation	3.506	4.317
Most Extreme Differences	Absolute	.112	.113
	Positive	.112	.113
	Negative	-.086	-.100
Test Statistic		.112	.113
Asymp. Sig. (2-tailed)		.167 ^c	.156 ^c

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.



UJI LINEARITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	df
KEPERCAYAAN DIRI * BODY_IMAGE	Between Groups	(Combined)	479.890	11
		Linearity	441.594	1
		Deviation from Linearity	38.295	10
	Within Groups		102.110	37
Total			582.000	48

ANOVA Table

			Mean Square	F
KEPERCAYAAN DIRI * BODY_IMAGE	Between Groups	(Combined)	43.626	15.808
		Linearity	441.594	160.013
		Deviation from Linearity	3.830	1.388
	Within Groups		2.760	
Total				

ANOVA Table

			Sig.
KEPERCAYAAN DIRI * BODY_IMAGE	Between Groups	(Combined)	.000
		Linearity	.000
		Deviation from Linearity	.224
	Within Groups		
Total			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
KEPERCAYAAN DIRI * BODY_IMAGE	.671	.759	.608	.625

UJI DESKRIPTIF

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
BODY_IMAGE	43	67	75	71.61	2.050
KEPERCAYAAN DIRI	43	60	70	63.43	2.041
Valid N (Total)	43				



UJI HIPOTESIS

Correlations

		BODY_IMAGE	KEPERCAYAAN _DIRI
BODY_IMAGE	Pearson Correlation	1	.871**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	49	49
KEPERCAYAAN_DIRI	Pearson Correlation	.871**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	49	49



LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

Pengisian pada penelitian ini terdapat dua bagian, bacalah dan pahami setiap pernyataan yang ada. Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang telah tersedia sesuai dengan keadaan yang adik alami, yaitu :

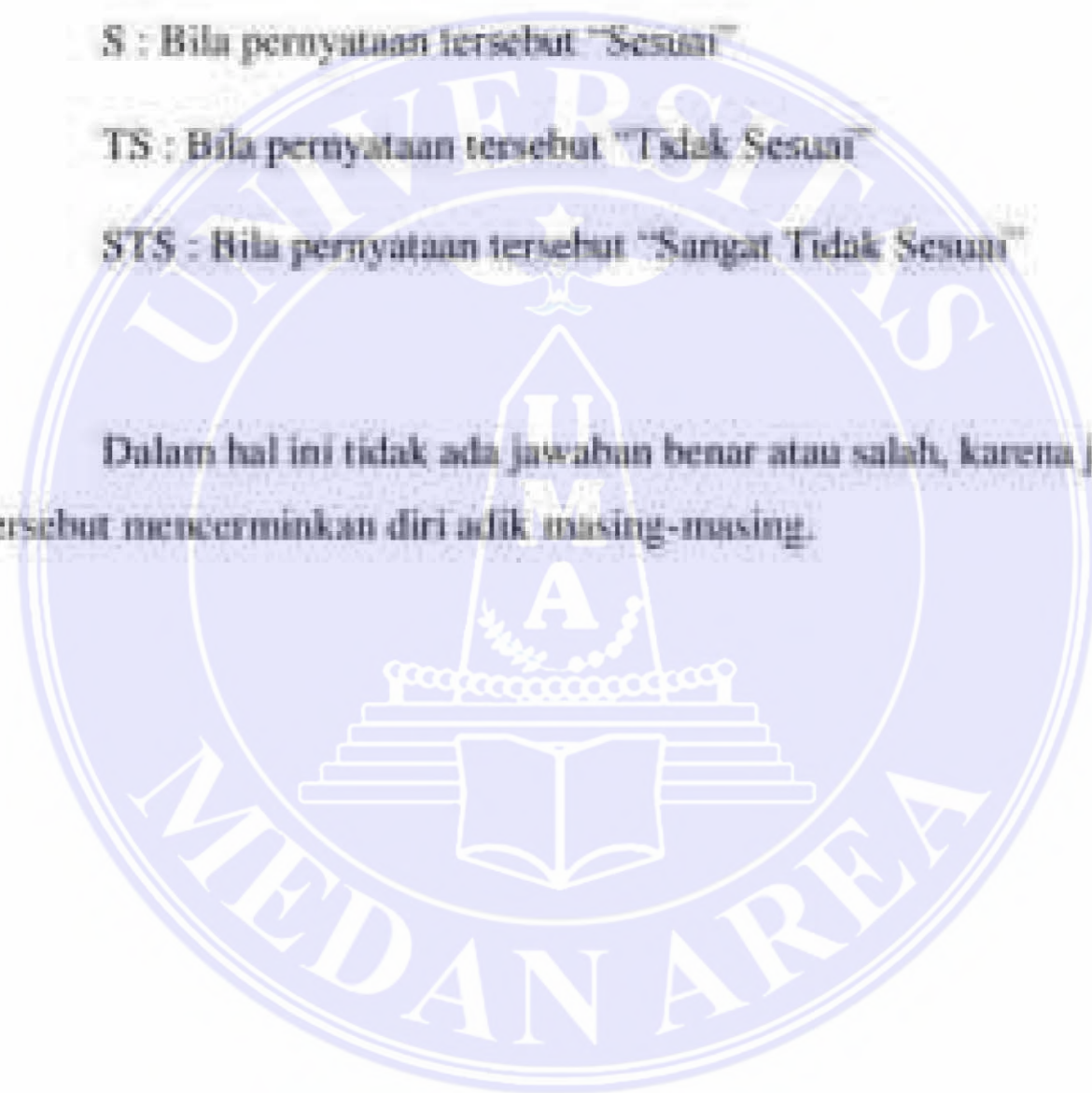
SS : Bila pernyataan tersebut "Sangat Sesuai"

S : Bila pernyataan tersebut "Sesuai"

TS : Bila pernyataan tersebut "Tidak Sesuai"

STS : Bila pernyataan tersebut "Sangat Tidak Sesuai"

Dalam hal ini tidak ada jawaban benar atau salah, karena jawaban tersebut mencerminkan diri adik masing-masing.

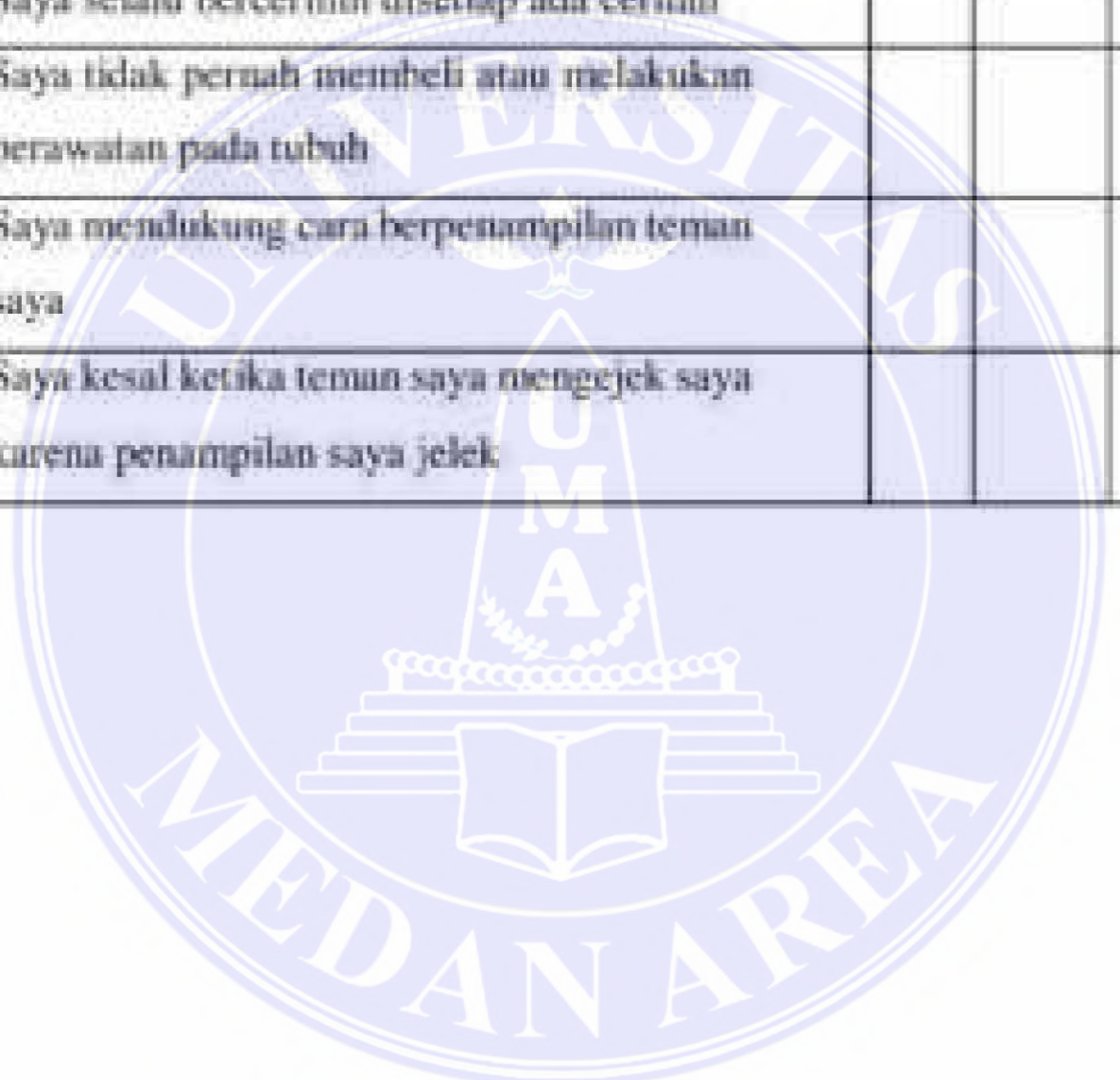


ANGKET A : BODY IMAGE

	PERNYATAAN	S	SS	TS	STS
1	Sebelum keluar rumah, saya selalu memperhatikan penampilan saya.				
2	Saya menyukai kulit yang bagus				
3	Saya mempunyai niat untuk mempercantik diri				
4	Saya menyadari bahwa berat badan saya bertambah dan membesar				
5	Saya menyukai wajah saya				
6	Saya iri dengan teman saya yang kulitnya lebih putih				
7	Saya tidak takut berat badan bertambah karena saya selalu olahraga				
8	Saya tidak peduli makan banyak yang penting kenyang				
9	Saya puas dengan berat badan				
10	Saya iri dengan teman saya yang tinggi badannya cukup				
11	Saya senang karena tinggi badan saya sudah cukup				
12	Saya merasa berat badan saya berlebih dari yang normal				
13	Saya membatasi pola makan sehat				
14	Saya takut bila saya makan banyak akan menjadi gendut				
15	Saya menyukai kulit saya yang bagus				
16	Saya benci karena muka saya berjerawat				

17	Saya menyukai pakaian yang sesuai dengan ukuran tubuh karena akan membuat saya lebih cantik/ tampan				
18	Saya tidak mau berdandan untuk memperbaiki penampilan				
19	Saya senang melihat teman saya berpenampilan keren				
20	Saya merasa bahwa saya jelek				
21	Saya bangga karena diri saya cantik/ tampan				
22	Saya merasa iri dengan penampilan teman saya yang lebih bagus				
23	Saya gemar pergi ke salon untuk perawatan rambut				
24	Saya gemar menggunakan produk perawatan tubuh mahal tanpa melihat jumlah barganya				
25	Saya menyukai rambut saya				
26	Saya malu karena diejek teman karena kulit saya hitam				
27	Saya bangga selalu sehat dengan mengkonsumsi vitamin				
28	Saya tidak menyukai program diet				
29	Saya senang karena berti badan saya ideal				
30	Saya malu karena diejek teman dengan sebutan pendek				
31	Saya senang karena badan saya yang tinggi sehingga dapat membantu teman saya untuk mengambilkan sesuatu				
32	Menurut teman, tubuh saya terlalu gemuk/ kurus				

33	Saya selalu mengkonsumsi buah supaya tetap sehat				
34	Saya tidak nyaman dengan berat badan saya yang gemuk				
35	Saya senang bila saya mempunyai hadian yang indah				
36	Saya benci mengapa kulit muka saya hitam tidak seperti teman teman yang lebih putih				
37	Saya selalu bercermin disetiap ada cermin				
38	Saya tidak pernah membeli atau melakukan perawatan pada tubuh				
39	Saya mendukung cara berpenampilan teman saya				
40	Saya kesal ketika teman saya mengejek saya karena penampilan saya jelek				



ANGKET B : KEPERCAYAAN DIRI

NO	PERNYATAAN	S	SS	TS	STS
1	Saya dapat melakukan kegiatan secara mandiri				
2	Teman saya pintar karena rajin belajar				
3	Menurut saya, perempuan yang cantik bila mempunyai rambut yang Panjang				
4	Saya menyalahkan diri sendiri bila menghadapi kegagalan				
5	Saya mampu mengatasi masalah walau ketika dalam keadaan terdesak				
6	Saya merasa malu dengan kekurangan diri sendiri				
7	Saya berani bila diminta guru untuk menjawab pertanyaan di depan kelas				
8	Saya bangga telah memenangkan sebuah perlombaan di sekolah				
9	Saya merasa tidak mampu jika tanpa bantuan orang lain				
10	Saya merasa kurang maksimal saat mengerjakan tugas				
11	Saya berteman dengan siapa saja				
12	Saya memiliki cita - cita yang saya wujudkan di masa depan				
13	Saya lebih menyukai buku berdasarkan ketertarikan isi buku dibandingkan berdasarkan pendapat orang lain				
14	Saya mampu menerima kekurangan diri				
15	Saya sangat bergantung dengan teman dekat saya				

16	Saya merasa setiap karya yang saya buat kurang bagus				
17	Saya berani ditunjuk sebagai ketua karang taruna				
18	Saya berani bertanggung jawab atas pilihan yang saya pilih				
19	Saya tidak yakin dapat menyelesaikan masalah saya sendiri				
20	Menurut saya, menurunkan berat badan dapat dilakukan hanya dengan makan sehari sekali				
21	Saya mudah menyerah terhadap sesuatu yang saya anggap sulit				
22	Saya mengerjakan sesuatu sesuai dengan mood saya				
23	Saya yakin memenangkan perlombaan				
24	Saya berani meminta maaf bila saya melakukan kesalahan				
25	Saya malu bertanya kepada guru ketika terdapat pelajaran yang sulit dimengerti				
26	Saya takut mengambil resiko dari pilihan yang saya ambil				
27	Saya siap ketika diminta untuk menjadi ketua kelas				
28	Menurut saya kegagalan merupakan keberhasilan yang tertunda				
29	Saya berani berbicara di depan kelas				
30	Saya memiliki target hasil untuk setiap sesuatu yang saya kerjakan				

31	Saya terkadang takut bertemu dengan orang yang baru				
32	Saya takut memberikan keputusan pada saat diberikan tugas				
33	Saya mampu melakukan berbagai hal tanpa meminta bantuan orang lain				
34	Saya berani mengganti kerusakan yang diakibatkan kesalahan saya				
35	Saya iri dengan teman saya yang mendapatkan nilai bagus				
36	Saya selalu mengatakan pendapat yang sama dengan orang lain				
37	Saya takut kalah dalam perlombaan di sekolah				
38	Saya sangat bergantung pada teman dekat saya				
39	Saya yakin bahwa nilai ujian saya memuaskan				
40	Saya berani bertanggung jawab atas kesalahan saya				



Dengan hormat, Saya yang beridentitas di bawah ini:

Nama : Anggi Selviana

NIM : 188600119

Fakultas / Prodi : Psikologi / Psikologi

Universitas : Universitas Medan Area

Memohon bantuan dan kesediaan adik untuk mengisi skala penelitian berikut dalam rangka tugas akhir saya. Pada pertanyaan ini tidak ada jawaban benar atau salah, oleh karena itu saya berharap adik mengisi dengan jujur, spontan, dan sesuai dengan kondisi saat ini. Jawaban dan data yang Saudari berikan akan dijaga kerahasiaannya dan digunakan untuk penelitian.

Saya mengucapkan banyak terima kasih atas kerjasama adik dalam penelitian ini. Semoga penelitian ini berguna dan bermanfaat bagi semua pihak.

Hormat saya,

Anggi Selviana

PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya sebagai responden menyetujui untuk membagikan informasi tentang diri saya dengan sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

IDENTITAS

Nama :

Jenis kelamin :

Hari/Tanggal :

Kelas :





UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Sultan Iskandar 1 Medan (Sumatra Utara) 20137
Kampus II : Jalan Sialang Baru Medan (Sumatra Utara) 20137
Medan www.uma.ac.id | E-mail: info@medanarea.ac.id

No. Surat : 1377/PPH/01.06/03/2022
Lampiran :
Hal : Riset dan Pengambilan Data

14 November 2022

Yth. Bapak/Ibu Kepala Sekolah
SMP Swasta Satria Budi Perdagangan
di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami

Nama : Anggi Selviana
NPM : 200601110
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di SMP Swasta Satria Budi Perdagangan, Jl. Arenal No. 5 Perdagangan Kec. Bandar Kab. Simalungun guna penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Di SMP Swasta Satria Budi Perdagangan Tahun Pelajaran 2021/2022".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian tersebut adalah semata-mata untuk tujuan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Selain itu dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami berharap Bapak/Ibu dapat mengutarakan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik disucapkan terima kasih.

An. Dikun,
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan
Pengabdian Kepada Masyarakat



Anggi Selviana, Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Yth
- Arsip





YAYASAN PERGURUAN SATRYA BUDI SMP SATRYA BUDI PERDAGANGAN.

STATUS : SWASTA / NPSN : 2042041029, NPMN : 12220201, NISN : 1002010
Alamat : Jl. Arifin No. 14P/02A, Tambora, Kecamatan Uluwatu - Medan, Telp. : 8327-40144
www.satryabudi.org, satryabudi.org, satryabudi.org



SURAT KETERANGAN

Nomor : P. 00007WC-SB/2023

Yang terhormat tangan di bawah ini, Kepala SMP Satrya Budi Perdagangan, Kecamatan
Bandar, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara :

Nama : MARTINI, S.Pd
Tempat dan Tanggal Lahir : Perm. Sarma, 24 Maret 1972
Alamat : Perdagangan
Kec. Bandar, Kab. Simalungun.

Dengan ini Menyarankan bahwa:

Nama : ANGGI SELVIANA
NPM : 18060119
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi.

Sejalan dengan surat Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Nomor : 1577 / EPSA 01.10 /
XS/2023, tanggal 14 September 2023, tentang hal pokok surat diatas, adalah benar yang
bersangkutan telah melakukan penelitian pada SMP Satrya Budi Perdagangan, dengan
judul "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri pada
SMP Satrya Budi Perdagangan"

Dengan Surat Keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan oleh yang
bersangkutan sebagaimana mestinya.

Medan, 03 Februari 2023
Kepala SMP Satrya Budi Perdagangan

Cu. Arifin