

Jurnal Skipsi 2

by Muhamad Adenan Khamim

Submission date: 04-Sep-2021 10:21PM (UTC+0900)

Submission ID: 1625418294

File name: Jurnal_Skipsi_2.doc (139K)

Word count: 2456

Character count: 15078

HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA

PUTRI SMK PGRI 2 SIDOARJO

Anggie Yuliani Pertiwi ^{*1)} Eko Hardi Ansyah ^{*2)}
 Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
 Jl. Raya Gelam 250 Candi – Sidoarjo
 anggieyulianip@gmail.com¹⁾ ekohardiansyah@umsida.ac.id²⁾

Abstrack.

This research is motivated by the phenomenon of adolescent girls experiencing low self-confidence, and aims to determine the relationship between body image and self-confidence in adolescent girls at SMK PGRI2 Sidoarjo. This study uses a quantitative methodology with a correlational approach and uses a psychological scale measuring instrument, namely the self-confidence scale and body image scale. The sample in this study was 191 young women from 413 population of young women who were taken using a stratified random sampling technique, namely sampling based on a level of members. Members of the population are divided into several levels (stratification) based on the characters in the population. Data analysis was carried out using the Pearson correlation technique using SPSS 17 for windows. The results showed that there was a correlation of 0.444 with a significance of 0.000 and an R Square score of 0.197, which means that the hypothesis is accepted. There is a positive relationship between body image and self-confidence, and the effective contribution of body image affects self-confidence. 19.7%

Keywords: Body image, self-confidence, young women.

Abstrack.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya fenomena remaja putri yang mengalami kepercayaan diri rendah, dan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri SMK PGRI2 Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan menggunakan alat ukur skala psikologi yaitu skala kepercayaan diri dan skala *body image*. Sample dalam penelitian ini adalah 191 remaja putri dari 413 populasi remaja putri yang diambil dengan menggunakan teknik *stratified random sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan dari suatu tingkatan (Strata) pada anggota populasi. Anggota populasi dibagi menjadi beberapa tingkatan (Stratifikasi) berdasarkan karakter yang ada pada populasi. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi Pearson menggunakan bantuan program SPSS 17 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi sebesar 0.444 dengan signifikansi sebesar 0,000 dan nilai skor R Square 0,197, yang artinya hipotesa diterima. Ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri, serta sumbangan efektif *body image* mempengaruhi kepercayaan diri. sebesar 19,7%

Kata kunci : *Body image*, Kepercayaan diri, Remaja putri.

I. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, kanak-kanak menuju masa dewasa, yang ditandai dengan perkembangan kognitif, biologis, dan sosial. Pada masa ini, perkembangan seseorang dianggap sebagai upaya mempelajari norma-norma kehidupan dan bermasyarakat untuk dapat beradaptasi dengan baik dalam kehidupannya [1]. WHO berpendapat bahwa rentang usia remaja adalah 10 hingga 19 tahun, sedangkan Hurlock berpendapat bahwa remaja berusia antara 15 hingga 18 tahun. Pada masa ini remaja menginginkan atau mengungkapkan sesuatu, mencari sesuatu, merasa sendiri dan tidak dapat memahami orang lain [2].

Pada masa ini individu akan mengalami perkembangan psikis dan perubahan fisik, sehingga perubahan yang terjadi akan mempengaruhi rasa percaya diri remaja. Rasa percaya diri remaja putri umumnya sedang hingga rendah. Sebuah studi yang telah dilakukan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) menegaskan bahwa kepercayaan diri anak-anak masih relatif rendah, sekitar 56% didominasi oleh anak perempuan [3]. Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Farida (2014) tentang kepercayaan diri menunjukkan bahwa 25% remaja memiliki tingkat kepercayaan diri sedang dan 75% remaja memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah [4]. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Yonita Sari Nurlita (2015) menunjukkan bahwa 17,4% siswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi 67,4% berada pada tingkatan sedang dan 15,2% berada pada tingkatan rendah [5]. Hal inilah yang melatarbelakangi penelitian ini, yaitu untuk mengetahui seberapa besar *body image* remaja putri di SMK PGRI 2 Sidoarjo mempengaruhi kepercayaan diri mereka.

Remaja yang kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku ketidakberdayaan, akan selalu ragu-ragu dalam memenuhi tugasnya, tidak berani berbicara tanpa dukungan, sering menutup diri dan berusaha menghindari komunikasi. Meninggalkan lingkungan dan sedikit berpartisipasi dalam kegiatan atau kelompok, agresif, defensif dan balas dendam [6]. Remaja yang puas dengan kualitas dirinya cenderung merasa percaya diri, tidak kecewa, dan tahu apa yang dibutuhkan, sehingga dapat memutuskan segala sesuatu secara objektif, secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain. Remaja yang percaya diri juga cenderung memiliki *body image* dan konsep diri yang positif [7]. Namun, tidak serta merta individu mampu dan kompeten dalam mengatasi hal-hal tertentu seorang diri.

Kepercayaan diri yang dimiliki remaja berbeda-beda. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu Konsep diri, harga diri, cita-cita, pengalaman, pendidikan dan kondisi fisik [8]. Krisis kepercayaan diri yang disebabkan oleh *body image* pada tahun 2016, Dove merek produk shampo) melakukan survei *Dove's Global Report on Beauty and Confidence of Women Age 10-60*. survei dilakukan di 13 negara dengan total 10.500 responden. Hasil survei menunjukkan bahwa 89% wanita Australia masih merasa sangat tidak aman dengan bentuk tubuhnya [9].

Body image adalah persepsi, sikap dan evaluasi diri seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuh, yang mengarah pada penampilan tubuh [10]. *Body image* yang positif dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja putri.

Body image negatif dapat menyebabkan terjadinya pengaruh psikologis yang tidak diinginkan serta dapat memberikan tekanan kepada remaja putri SMK PGRI 2 Sidoarjo sehingga dapat berdampak buruk pada kepercayaan diri individu. Kepercayaan diri menyebabkan individu merasa tidak nyaman secara emosional, dapat menyebabkan depresi, bunuh diri, anoreksia nervosa, delikuenasi, konsep diri dan masalah penyesuaian diri lainnya [11].

Adapun hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti yaitu adanya hubungan negatif terhadap *body image* dengan kepercayaan diri. Hal ini berarti semakin positif *body image* seseorang, maka semakin positif pula kepercayaan dirinya, begitupun sebaliknya, semakin negatif *body image* yang dimiliki, maka semakin negatif kepercayaan diri remaja putri.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri SMK PGRI 2 Sidoarjo dengan jumlah siswa sebanyak 413 populasi sebagai penentu jumlah sampel dari populasi digunakan tabel *isaac* dan *michael* dengan taraf kesalahan 5%, dari jumlah populasi berada di antara 420 Sehingga sampel yang di dapatkan sebesar 191 sampel. Teknik sampling yang digunakan yaitu teknik *stratified random sampling*.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* yaitu skala *body image* ($\alpha = 0,923$) dan skala kepercayaan diri ($\alpha = 0,921$). Dalam penelitian ini, menggunakan teknik pengumpulan data skala *body image* yang mengukur Evaluasi penampilan, Orientasi Penampilan, Kepuasan area tubuh, Kecemasan menjadi gendut dan Pengkategorian ukuran tubuh dan skala kepercayaan diri yang mengukur Keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab, rasional.

Teknik yang digunakan dalam analisis data ini adalah teknik korelasi *product moment* untuk mengetahui hubungan *body image* dengan kepercayaan diri.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Peneliti melakukan analisis data menggunakan SPSS 17 untuk menguji hasil hipotesis di terima atau di tolak. Namun sebelum melakukan uji hipotesis peneliti melakukan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi yang digunakan yaitu uji normalitas dan uji linearitas.

Tabel 1.
Uji Kolmogorov-Smirnov Z

Kolmogorov-Smirnov Z	.782	1.346
Asymp. Sig. (2-tailed)	.573	.053

Hasil uji normalitas pada output uji *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan variabel *body image* sebesar 0.573 dan Nilai variabel kepercayaan diri 0,053 yang berarti kedua variabel memiliki nilai signifikan lebih dari 0,05 sehingga dapat dinyatakan bahwa data distribusi normal.

Tabel 2.
Uji Linieritas

ANOVA Table						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)		10782.563	53	203.445	2.619	.000
Between Groups	Linearity	4216.685	1	4216.685	54.278	.000
	Deviation from Linearity	6565.878	52	126.267	1.625	.014
Within Groups		10643.175	137	77.687		
Total		21425.738	190			

Berdasarkan dari tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada Linearitas yaitu .000 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel *Body image* dan *Kepercayaan diri* memiliki hubungan yang linear karena memiliki nilai signifikansi (Linearitas) kurang dari 0,05.

Tabel 3.
Uji Hipotesis

Correlations			
		BI	KD
BI	Pearson Correlation	1	.444**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	191	191
KD	Pearson Correlation	.444**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	191	191

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Bahwa hasil analisis *body image* dengan kepercayaan diri adalah (r_{xy}) = .444 dengan signifikansi 0,000. Karena signifikansi < 0,05 maka dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima.

Tabel 4.
Sumbangan Efektif

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of Estimate
1	.444 ^a	.197	.193	9.54218

a. Predictors: (Constant), BI

Berdasarkan dari tabel diatas dapat diketahui bahwa sumbangan variable X *Body Image* terhadap Variabel Y Kepercayaan diri pada remaja putri sebesar 19.7%. Hasil ini diperoleh dari R Square yaitu $0.197 \times 100\% = 19.7\%$.

Tabel 5.
Kategorisasi Skor Subjek

Kategori	Skor subjek			
	<i>Body Image</i>		Kepercayaan Diri	
	∑ Siswa	%	∑ Siswa	%
Sangat Rendah	10	5.2%	10	5.2%
Rendah	56	29.3%	45	23.6%
Sedang	62	32.5%	74	38.7%
Tinggi	46	24.1%	46	24.1%
Sangat Tinggi	17	8.9%	16	8.4%
Total	191	100.0%	191	100.0%

Berdasarkan dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa pada skala *body image* terdapat 10 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* sangat rendah, terdapat 56 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* rendah, terdapat 62 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* sedang, terdapat 46 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* tinggi, serta terdapat 17 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* sangat tinggi.

Kategorisasi pada kepercayaan diri, yaitu terdapat 10 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat rendah, terdapat 45 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, terdapat 74 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, terdapat 46 remaja

putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi, dan terdapat 16 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat tinggi.

Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa remaja putri di SMK PGRI2 Sidoarjo memiliki tingkat *body image* dan Kepercayaan diri dalam kategori sedang, hal ini berdasarkan dari persentase dan jumlah subjek pada tabel diatas.

B. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan Pearson correlation .444 dengan taraf signifikasi .000. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Sehingga menunjukkan bahwa semakin tinggi *body image* maka semakin tinggi pula kepercayaan diri seseorang, begitupun sebaliknya, semakin rendah *body image* maka semakin rendah kepercayaan diri seseorang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ayu Puspita Sary (2016), dengan judul Hubungan antara *Body Image* dengan kepercayaan diri remaja putri di SMA KOLOMBO Yogyakarta, yang diperoleh dengan hasil perhitungan sebesar (r_{xy}) 0,606, dengan taraf signifikan (p) 0,00. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti diterima bahwa ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri SMA KOLOMBO Yogyakarta[12].

Adapun faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya kepercayaan diri yaitu kondisi fisik menurut [8]. Hal tersebut menjelaskan bahwa *body image* yang buruk dapat merendahkan kondisi fisik. kondisi fisik yang buruk berarti tidak mampu mengharga dirinya sendiri, kondisi fisik sangat berhubungan dengan seberapa positif dan negatif *body image* individu yang dapat mempengaruhi terjadinya kepercayaan diri. Hal ini sesuai dengan yang pernah dituliskan cash dalam bukunya “Bahwa *body image* negatif dapat menyebabkan kecemasan dan ketidakpercayaan diri, jika individu tidak dapat menerima *body imagenya*, maka kemungkinan besar ia akan menganggap orang lain juga tidak menyukai *body imagenya*” [13].

Hasil kategorisasi skor subjek dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari sejumlah 191 responden, 10 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* sangat rendah, terdapat 56 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* rendah, terdapat 62 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* sedang, terdapat 46 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* tinggi, serta terdapat 17 remaja putri yang memiliki tingkat *body image* sangat tinggi. Selain itu, dari sejumlah 191 responden diketahui bahwa 10 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat rendah, terdapat 45 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, terdapat 74 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri sedang, terdapat 46 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi, dan terdapat 16 remaja putri yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat tinggi.

Penelitian ini membuktikan bahwa *body image* mempengaruhi kepercayaan diri sebesar 19,7%. Sedangkan sisanya 80,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak difokuskan pada penelitian ini.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Pada penelitian ini menunjukkan hasil yang koefisien korelasi $r_{xy} = 0,444$ dengan signifikan $0,000 < 0,050$ yang artinya hipotesis pada penelitian ini dapat diterima. Semakin tinggi *body image* maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja putri SMK PGRI 2 Sidoarjo, dan sebaliknya Semakin rendah *body image* maka semakin rendah kepercayaan diri pada remaja putri SMK PGRI 2 Sidoarjo. *Body image* dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja putri dengan *Rsquare* sebesar 19,7%.

B. Saran

1. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan agar dapat mendorong remaja putri dalam mengenali dan menerima dirinya apa adanya serta memiliki penilaian *body image* yang positif. Sehingga remaja putri memiliki optimism dan penuh percaya diri yang tinggi. sehingga, remaja putri tidak perlu merasa rendah diri dan menganggap dirinya tidak dibutuhkan atau tidak diperlukan oleh masyarakat. Dengan adanya *body image* yang positif remaja akan memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya, optimis, objektif, dan mampu berfikir secara rasional.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian yang berkaitan dengan *body image* dan kepercayaan diri pada remaja putri merupakan salah satu topik yang bagus untuk diteliti. Seperti yang telah dibahas pada penelitian ini bahwa *body image* mempunyai hubungan positif dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Tetapi masih banyak faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri yang tidak dijelaskan pada penelitian ini. Maka, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian tentang kepercayaan diri agar menggunakan variabel lain yang memiliki sumbangsih lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. Hakim, *Mengatasi Rasa tidak Percaya Diri*, Cetakan II. Jakarta: Puspa Swara, 2005.
- [2] R. M. Lerner and L. D. Steinberg, *Handbook Of Adolescent Psychology*. New Jersey: Jhon Willey Son, 2020.
- [3] W. Tahnia, "Perempuan Krisis Self Confidence," *aklamasi*, 2019. [Online]. Available: <http://aklamasi.id/2019/11/29/perempuan-krisis-self-confidence/>.
- [4] N. I. Farida, "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Remaja Putri yang Mengalami Pubertas Awal Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Role Playing di Kelas VII SMPN 13 Semarang," Univesitas Negeri Semarang, 2014.
- [5] D. Yonita Sari Nurlita, "Pengaruh konsep diri terhadap epercayaan diri siswa kelas v SD

- Se-Gugus Sadewa Kecamatan Temanggung,” pp. 63–74, 2015.
- [6] D. A. Triningtyas, “Studi Kasus Tentang Rasa Percaya Diri, Faktor Penyebabnya Dan Upaya Memperbaiki Dengan Menggunakan Konseling Individual,” *Couns. J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 3, no. 1, 2016, doi: 10.25273/counselia.v3i1.239.
- [7] E. Fitri, N. Zola, and I. Ifdil, “Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi,” *JPPI (Jurnal Penelit. Pendidik. Indones.*, vol. 4, no. 1, p. 1, 2018, doi: 10.29210/02017182.
- [8] M. N. Ghufroon and R. R. Suminta, *Teori - Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011.
- [9] B. A. Prasetyo, “Kenali Penyebab Rasa Percaya Diri Rendah,” *Klikdokter*, 2018. [Online]. Available: <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3619930/kenali-penyebab-rasa-percaya-diri-rendah>.
- [10] M. Ridha, “Hubungan antara Body Image dengan Penerimaan Diri pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta,” *Skripsi*, vol. 1, pp. 111–121, 2012.
- [11] R. M. Islamy, “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Peserta Didik Kelas VII di Smp Negeri 3 Bandar Lampung,” Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2018.
- [12] A. P. Sari, “Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri di sma kolombo yogyakarta,” Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jendral Achmad Yani Yogyakarta, 2016.
- [13] T. F. Cash, *Encyclopedia Of Body Image and Human Appearance*. New York: Academic Press, 2012.

Jurnal Skipsi 2

ORIGINALITY REPORT

20%
SIMILARITY INDEX

20%
INTERNET SOURCES

9%
PUBLICATIONS

8%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 Submitted to Universitas Muhammadiyah
Sidoarjo **6%**
Student Paper

2 www.researchgate.net **2%**
Internet Source

3 digilib.uinsby.ac.id **2%**
Internet Source

4 press.umsida.ac.id **2%**
Internet Source

5 www.scribd.com **2%**
Internet Source

6 dspace.uui.ac.id **2%**
Internet Source

7 aklamasi.id **2%**
Internet Source

8 repository.usd.ac.id **2%**
Internet Source

9 repository.radenintan.ac.id **2%**
Internet Source

Exclude quotes Off

Exclude matches < 2%

Exclude bibliography Off

Jurnal Skripsi 2

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8
