

Table Of Content

Journal Cover 2
Author[s] Statement 3
Editorial Team 4
Article information 5
 Check this article update (crossmark) 5
 Check this article impact 5
 Cite this article 5
Title page 6
 Article Title 6
 Author information 6
 Abstract 6
Article content 7

Academia Open



By Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>

EDITORIAL TEAM

Editor in Chief

Mochammad Tanzil Multazam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Managing Editor

Bobur Sobirov, Samarkand Institute of Economics and Service, Uzbekistan

Editors

Fika Megawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Mahardika Darmawan Kusuma Wardana, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Wiwit Wahyu Wijayanti, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Farkhod Abdurakhmonov, Silk Road International Tourism University, Uzbekistan

Dr. Hindarto, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Evi Rinata, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

M Faisal Amir, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dr. Hana Catur Wahyuni, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

Article information

Check this article update (crossmark)



Check this article impact (*)



Save this article to Mendeley



(*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

**The Relationship Between Body Image and Confidence In
Vocational High School Teenage Girls**

*Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja
Putri Sekolah Menengah Kejuruan*

Anggie Yuliani Pertiwi, anggieyulianip@gmail.com, (0)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Eko Hardi Ansyah, ekohardiansyah@umsida.ac.id, (1)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

⁽¹⁾ Corresponding author

Abstract

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 adolescent girls from 413 female adolescent population who were taken using stratified random sampling technique, namely sampling based on a level (strata) in population members. Members of the population are divided into several levels (stratification) based on the characters that exist in the population. Data analysis was carried out using the Pearson correlation technique using the SPSS 17 for windows program. 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%

Published date: 2022-06-30 00:00:00

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, delikueni, 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.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri SMK PGRI 2 Sidoarjo dengan jumlah siswi 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.

Hasil dan Pembahasan

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.

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

Table 1. Uji Kolmogorov-Smirnov Z

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.

| ANOVA Table | | | | | | | |
|----------------|----------------|--------------------------|-----------|--------|----------|--------|------|
| Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. | | | |
| KD * BI | Between Groups | (Combined) | 10782.563 | 53 | 203.445 | 2.619 | .000 |
| | | 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 | | | | |

Table 2. Uji Linieritas

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

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

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

Table 3. Uji Hipotesis

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.

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

a. Predictors: (Constant), BI

Table 4. *Sumbangan Efektif*

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 $0.197 \times 100\% = 19.7\%$.

| Kategori | Skor subjek | | | |
|---------------|-------------|--------|------------------|--------|
| | Body Image | | Kepercayaan Diri | |
| | Σ Siswa | % | Σ 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% |

Table 5. *Kategorisasi Skor Subjek*

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.

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 menghargai 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.

Simpulan dan Saran

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 R^2 sebesar 19.7%,

Saran

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.

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.

References

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/counsellia.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.