

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI
REMAJA PUTRI KELAS XI
DI SMAN 1 GEGER KABUPATEN MADIUN**

SKRIPSI



Oleh :

Tian Hayvin Mubarakah
NIM. 303180070

Pembimbing :

Dr. Muh. Tasrif, M.Ag
NIP. 197401081999031001

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
IAIN
P O N O R O G O
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

2022

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI
REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMAN 1 GEGER
KABUPATEN MADIUN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk melengkapi sebagian syarat-syarat
guna memperoleh gelar sarjana program strata satu (S-1)
pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri
Ponorogo**

Oleh :

Tian Hayvin Mubarakah
NIM. 303180070

Pembimbing :

Dr. Muh. Tasrif, M.Ag
NIP. 197401081999031001

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas nama saudara.

Nama : Tian Hayyin Mubarakah
Nim : 303180070
Fakultas : Ushuludin, Adab, dan Dakwah
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri
Remaja putri Kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun
Nama pembimbing : Dr.Muh. Tasrif, M.Ag

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah

Ponorogo, 18 Agustus 2022



Mengetahui
Kepala Jurusan

Muhammad Nurdin, M.Ag.
NIP. 197604132005031001

Mengetahui
Pembimbing

Dr. Muh. Tasrif, M.Ag
NIP. 197401081999031001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tian Hayyin Mubarakah

Nim : 303180070

Fakultas : Ushuludin, Adab, dan Dakwah

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Judul : Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri

Kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun

Menyatakan bahwa tugas akhir skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya, bukan merupakan pengambilan-pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri, kecuali bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan dengan mengikuti tata cara dan penulisan karya ilmiah yang lazim. Jika ternyata terbukti pernyataan ini tidak benar, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya,



Tian Hayyin Mubarakah
NIM. 303180070

NOTA PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Munaqosah Skripsi
Kepada : Yth. Dekan Fakultas Ushuludin, Adab, dan Dakwah IAIN
Ponorogo

Assalamu 'alaikum Wr.Wb

Setelah dengan cermat kami baca dan teliti lagi, serta telah dilakukan perbaikan/penyempurnaan sesuai petunjuk dan arahan kami, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara :

Nama : Tian Hayyin Mubarakah
Nim : 303180070
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja putri Kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun

Telah memenuhi syarat untuk diajukan dalam siding munaqosah skripsi Fakultas Ushuludin, Adab, dan Dakwah IAIN Ponorogo. Untuk itu kami mengharap atas persetujuan munaqosahnya.

Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih
Wassalam 'mualaikum Wr. Wb

Pembimbing


Dr. Mub. Tasrif M. Ag
NIP. 197401081999031001

Surat Persetujuan Publikasi

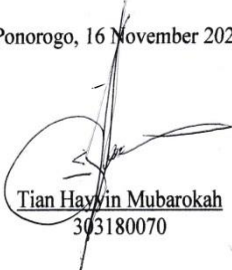
Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tian Hayyin Mubarakah
Nim : 303180070
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Kelas
XI di SMAN 1 Geger Madiun

Menyatakan bahwa naskah skripsi telah diperiksa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh Perpustakaan IAIN Ponorogo yang dapat diakses di etheses.ponorogo.ac.id adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut, sepenuhnya menjadi tanggung jawab dari penulis.

Demikisn pernyataan ini untuk dipergunakan semestinya.

Ponorogo, 16 November 2022


Tian Hayyin Mubarakah
303180070



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
PENGESAHAN

Nama : Tian Hayyin Mubarakah
NIM : 303180070
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Remaja putri
Kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 1 September 2022

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Bimbingan Penyuluhan Islam (S. Sos) pada:

Hari : Senin
Tanggal : 19 September 2022

Tim Penguji:

1. Ketua Sidang : Muhammad Nurdin, M. Ag (.....)
2. Penguji 1 : Fendi Krisna R, M. Psi (.....)
3. Penguji 2 : Dr. Muh. Tasrif, M.Ag (.....)

Ponorogo, 19 September 2022

Mengesahkan
Dekan,



Dr. Ahmad Munir, M. Ag.
NIP. 196806161998031002

Motto

الغرض من العلم هو وضعه موضع التنفيذ ، لذا فإن المعرفة الحقيقية هي المعرفة التي تنعكس في حياته

، وليس المعرفة التي تجلس في رأسه

"Artinya: Tujuan dari sebuah ilmu itu adalah untuk mengamalkannya, maka ilmu yang hakiki adalah ilmu yang terefleksikan dalam kehidupannya, bukan ilmu yang hanya bertengger di kepala."

-Imam Syafi'i

ومن خرج من البيت طلبا للعلم فهو في سبيل الله حتى يعود إلى بيته

“Artinya: Barang siapa yang keluar rumah untuk mencari ilmu ia akan berada di jalan Allah hingga pulang”

-Hadist Riwayat Tirmizi



ABSTRAK

Mubarokah, Tian Hayyin. 2022. Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja putri Kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun, skripsi, Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam. Institut Islam Negeri Ponorogo, Dr. Muh. Tasrif, M.Ag

Kata Kunci : *Body image*, Kepercayaan diri

Body image merupakan sebuah konsep multidimensi, subjektif, dan dinamis yang mencakup persepsi seseorang. Pikiran, dan perasaan tentang tubuhnya. *Body image* tidak terbatas pada karakteristik estetika seseorang, tetapi juga mempertimbangkan kondisi kesehatan, keterampilan, dan seksualitasnya. Seorang akan percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan orang tersebut merasa puas melihat bentuk tubuhnya, maka *body image* yang terbentuk pun menjadi positif. Sebaliknya, jika seseorang memandang tubuhnya tidak ideal seperti wajahnya kurang menarik, yang terbentuk menjadi negatif dan dapat dikatakan orang tersebut tidak memiliki kepercayaan diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas xi di SMAN 1 Geger Madiun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *korelasional*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik kuisioner. Sedangkan untuk menganalisis data pada penelitian ini menggunakan rumus regresi linier sederhana.

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun. Hal ini diketahui dari hasil perhitungan menggunakan SPSS yaitu $F_{hitung} (19,965) > F_{tabel} (1,97)$ sehingga H_0 ditolak. Sedangkan besar pengaruhnya adalah 35,7%. Pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun termasuk dalam kategori sedang (baik). Hal ini diperoleh dari hasil angket siswa dengan rincian 64,3% dengan frekuensi 64 dari 184 responden. Kategori sedang dalam penelitian ini dianggap baik karena pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun seimbang.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim.

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah Swt. atas ridanya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Adapun judul skripsi yang saya ajukan adalah “Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun”

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan mata kuliah Skripsi di Fakultas Ushuludin, Adab, dan Dakwah di Institut Agama Islam Negeri Ponorogo. Tidak dapat disangkal bahwa butuh usaha yang keras dalam penyelesaian pengerjaan skripsi ini. Namun, karya ini tidak akan selesai tanpa orang-orang tercinta di sekeliling saya yang mendukung dan membantu. Terima kasih saya sampaikan kepada:

1. Dr. Hj. Evi Muafiah, M. Ag., Selaku Rektor IAIN Ponorogo.
2. Dr. H. Ahmad Munir, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuludin, Adab, dan Dakwah IAIN Ponorogo.
3. Bapak Muhammad Nurdin, M. Ag., selaku ketua jurusan Bimbingan Penyuluhun Islam, yang sudah memberikan arahan.
4. Dr. Muh. Tasrif, M.Ag selaku Dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, masukan, mengkoreksi dan berbagai pengalaman kepada penulis serta memberikan saran serta ilmu baru saat pengerjaan skripsi.
5. Segenap Dosen Fakultas Ushuludin, Adab, dan Dakwah yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah dan seluruh staf yang selalu sabar melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.
6. Orang tua saya, Bapak Nor Hamdani dan Ibu Sunarsih yang selalu memberikan banyak dukungan kepada saya selama mengerjakan skripsi dan berbagai hal lainnya.
7. Imroatul Latifah, Elsa Nadila, Asti Nur F.H. Nafsiatul Nadzaniah. Elok F,H. Iffatul Azizah. Bunga E.A, Yulfina K.R, Ulya Z.Z. Yuli Nur A. dll yang sudah menyemangati saya selama pengerjaan skripsi.
8. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapat berkah dari Allah Swt. dan akhirnya saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata

sempurna, karena keterbatasan ilmu yang saya miliki. Untuk itu saya dengan kerendahan hati mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dari semua pihak demi membangun laporan penelitian ini.

Ponorogo,
Peneliti

Tian Hayyin Mubarakah



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
PEDOMAN TRASLITERASI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Kajian Terdahulu	10
B. <i>Body image</i>	13
1. Pengertian <i>Body image</i>	13
2. Aspek-aspek <i>Body image</i> (Citra Tubuh)	16
3. Konsep diri/cinta diri terhadap <i>body image</i>	
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body image</i>	17
C. Kepercayaan Diri	21
1. Pengertian Kepercayaan Diri	21
2. Pemahaman diri mengenai kepercayaan diri	
3. Aspek-aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri	23

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri	26
D. Pengaruh <i>Body image</i> Terhadap Kepercayaan Diri	27
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Rancangan Penelitian	29
B. Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional	30
C. Instrumen Penelitian	31
D. Lokasi, Populasi, dan Sempel	35
E. Tahap-tahap Penelitian	37
F. Tahap Pengumpulan Data	39
G. Teknik Analisis Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN	49
A. Gambar umum lokasi penelitian	49
B. Data Hasil Penelitian	53
1. Deskripsi Subjek Penelitian	53
2. Deskripsi Data Penelitian	54
3. Statistik dan Penelitian (Analisis Data)	63
BAB V PEMBAHASAN	71
A. Iinterpretasi	71
B. Pembahasan	72
BAB VI PENUTUP	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN-LAMPIRAN	80



PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi Arab-Indonesia yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut:

ء	=	'	=	ز	=	Z	ق	=	Q
ب	=	B	=	س	=	S	ك	=	K
ت	=	T	=	ش	=	Sh	ل	=	L
ث	=	Th	=	ص	=	ṣ	م	=	M
ج	=	J	=	ض	=	ḍ	ن	=	N
ح	=	Ḥ	=	ط	=	ṭ	و	=	W
خ	=	Kh	=	ظ	=	ẓ	ه	=	H
د	=	D	=	ع	=	'	ي	=	Y
ذ	=	Dh	=	غ	=	Gh			
ر	=	R	=	ف	=	F			

Tā' marbūṭa tidak ditampilkan kecuali dalam susunan idāfa, huruf tersebut ditulis t. Misalnya: فطانة = faṭāna; النبي فطانة = faṭānat al-nabī Diftong dan

Konsonan Rangkap

او	=	Aw	و	=	Ū
اي	=	Ay	ي	=	Ī

Konsonan rangkap ditulis rangkap, kecuali huruf waw yang di dahului ḍamma dan huruf yā' yang di dahului kasra seperti tersebut dalam tabel.

Bacaan Panjang

ا	=	ā	اي	=	Ī	او	=	Ū
---	---	---	----	---	---	----	---	---

Kata Sandang

ال	=	al-	الش	=	al-sh	وال	=	wa'l-
----	---	-----	-----	---	-------	-----	---	-------



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas BMI	13
Tabel 3. 1 Instrumen Penelitian	33
Tabel 3.2 Pemberian Skor Skala Likert	40
Tabel 3.3 Uji Validitas Variabel <i>Body image</i>	42
Tabel 3.4 Uji Validitas Kepercayaan Diri	43
Tabel 3.5 Rekapitulasi Uji Reliabilitasi Item Penelitian Variabel <i>Body image</i>	45
Table 3.6 Rekapitulasi Uji Reliabilitasi Item Penelitian Variabel Kepercayaaan Diri	45
Table 4.1 Keadaan Tenaga Pendidikan SMAN 1 Geger Madiun	51
Table 4.2 Data Siswa	52
Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	53
Tabel 4.4 Kisi-kisi Instrumen <i>Body image</i>	54
Table 4.5 Skor <i>Body image</i>	55
Table 4.6 Deskripsi Statistik Skala Variabel <i>Body image</i>	56
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi dan Presentasi <i>Body image</i>	58
Table 4.8 Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri	59
Tabel 4.9 Skor Kepercayaan Diri	60
Table 4.10 Deskripsi Statistik Skala Variabel Kepercayaan Diri	61
Table 4.11 Distribusi Statistik Skala Variabel Kepercayaan Diri	63
Table 4.12 Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 4.13 Hasil Uji Linieritas	65
Tabel 4.14 Regresi Linier Sederhana	66
Tabel 4.15 Regresi Linier Sederhana	67
Table 4.16 Uji Regresi Linear Sederhana X dan Y	69

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. Instrumen Penelitian	81
LAMPIRAN 2. Uji Coba Validitas dan Reliabilitas Instrumen	86
LAMPIRAN 3. Frekuensi Nilai	92
LAMPIRAN 4. Uji Asumsi	93
LAMPIRAN 5. Analisis Data	95



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja boleh dibilang masa peralihan, peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang akan terjadi sekarang dan akan datang. Bila anak-anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa remaja, anak-anak harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakkan dan juga harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan¹.

Masa remaja yang juga merupakan masa persiapan menuju dewasa oleh Gunarsa dibagi dalam tiga tahapan masa, yaitu :

- a. Masa persiapan fisik : antara umur 11 - 15 tahun
- b. Masa persiapan diri : antara umur 15 - 18 tahun
- c. Masa persiapan dewasa : antara umur 18 - 21 tahun

Dalam masa persiapan fisik proses yang sangat menyolok. terlihat adalah dalam hal perubahan fisik. Perubahan fisik pada masa ini meliputi perubahan yang mudah diamati maupun yang sulit diketahui prosesnya.

Hal yang mudah tampak adalah perubahan dalam tinggi badan dan

¹Gatot Marwoko C A, "Psikologi Perkembangan Remaja", *Jurnal Tarbiyah dan Syari'ah Islam*, Vol. 26, No. 1 (2019)

²M. Fatchurahman, dan Herlan Pratiko, "Kepercayaan Diri, Kematangan Emosi, Pola

sebagainya. Perubahan fisik yang meliputi kedua-duanya adalah perubahan sehubungan dengan pelaksanaan tugas dan peranan dewasa sebagai pria dan wanita. Dan yang erat berhubungan dengan proses persiapan fisik yang terjadi di dalam tubuh dan sulit diamati, justru sering menimbulkan persoalan yang sukar diatasi².

Menurut teori Piaget, mengemukakan bahwa masa remaja adalah: Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu bernitegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam memecahkan masalah³.

Usia masa remaja putri berkisaran pada sekitar usia 13 tahun sampai dengan 21 tahun. Pada usia ini, umumnya para remaja masih duduk di bangku sekolah menengah sampai dengan sekolah menengah ke atas. secara psikologis, remaja adalah suatu usia di mana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar⁴.

Memasuki masa persiapan yang kedua, yaitu masa persiapan diri, pada umumnya persiapan fisik sudah selesai dijalani. Kedewasaan tubuh dan kematangan seksual sudah tercapai. Akan tetapi kedewasaan dalam hal rasa tanggungjawab, pelaksanaan tugas-tugas belum sepenuhnya

²M. Fatchurahman, dan Herlan Pratiko, "Kepercayaan Diri, Kematangan Emosi, Pola Asuh Orang Tua Demokratis dan Kenakalan Remaja", *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 1, No. 2, (September-2012)

³Elizabeth, B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 2002).

⁴ Riskha Ramanda, "Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body image* Bagi Perkembangan Remaja". *Jurnal Edukasi*, vol. 5, No. 2 (2019).

diperoleh. Status kedewasaan, disertai hak-hak kedewasaan, hanya dapat diperoleh melalui sikap, perbuatan, dan kewajiban-kewajiban yang dilaksanakan sesuai dengan taraf kedewasaannya. Memperoleh hak-hak kedewasaan berarti mengalami kewajiban kedewasaan pula.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Kepercayaan diri ditunjukkan oleh suatu keyakinan bahwa seseorang dapat menyebabkan sesuatu terjadi sesuai dengan harapannya⁵.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri berarti mengapresiasi dan menilai diri sendiri. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, maka sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai.

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Idealnya kepercayaan diri yang dimiliki individu haruslah berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini dimaksud seorang individu

⁵ Ibid.. 13.

untuk mengembangkan aspek-aspek yang ada dalam dirinya membutuhkan kepercayaan diri tinggi. Namun, kenyataan yang ada di lapangan masih banyak individu, terutama remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah.

Hasil penelitian menunjukkan 25% kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang, 75% kepercayaan diri remaja berada pada kategori rendah. Selanjutnya, penelitian lain menunjukkan 9,7% kepercayaan diri siswa berada pada kategori sangat tinggi, 24,2% berada pada kategori tinggi, 37,1% berada pada kategori sedang, 22,6% berada pada kategori rendah, dan 6,5% berada pada kategori sangat rendah. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terlihat kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang bahkan tergolong rendah⁶.

Sehingga munculnya penilaian diri di kalangan remaja putri bahwa standar tubuh saat ini yang mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang proposional, telah membuat remaja putri saat ini menjadi kurang percaya diri, remaja putri selalu menilai dirinya melalui kaca mata orang lain yaitu teman-teman sepergaulannya. Berawal dari penampilan fisik, remaja mulai memberikan gambaran dan persepsi tentang bentuk fisik yang dimiliki, kemudian beranjak pada penampilan fisik yang dimiliki orang lain hingga standar tubuh yang harus dimiliki setiap perempuan. Gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik inilah yang disebut *body image*⁷.

⁶ Ibid., 108.

⁷ Ifdil Ifdil, Amandha Unzilla Denich, Asmidir Ilyas, "Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri", *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, Vol. 2, No. 3, (2017)

Body image merupakan imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Sejalan dengan itu, menjelaskan bahwa tingkat *body image* individu digambarkan dengan seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu: reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain. Idealnya *body image* yang harus dimiliki individu adalah positif, agar ia mampu menerima dirinya sendiri tanpa harus memikirkan standar tubuh kebanyakan orang. Namun, yang terlihat di lapangan masih banyaknya siswa terutama remaja putri yang memiliki *body image* negatif baik itu pada kategori rendah maupun kategori sedang⁸.

Pada umumnya perubahan fisik merupakan salah satu hal yang menarik perhatian bagi remaja khususnya remaja putri. Ketika bagian-bagian tubuh tertentu mengalami perubahan fisik dan sangat berbeda dari tubuh yang ia miliki sebelumnya. Tanpa kita sadari, perkembangan yang berhubungan dengan kemampuan menerima keadaan fisik, sehingga perkembangan untuk mencapai penerimaan keadaan fisik atau citra tubuh

⁸ Ibid.. 108.

menjadi salah satu hal yang begitu penting untuk memenuhi perkembangan para remaja khususnya remaja putri.

Seorang remaja yang memandang serta menilai tubuhnya sendiri sesuai dengan apa yang dia inginkan maupun dengan ideal yang ada, maka jelas akan memberikan keuntungan positif bagi diri remaja itu sendiri. *Body image* yang positif atau yang sehat, seorang remaja akan mempunyai penilaian atau pandangan yang baik terhadap ukuran dan bentuk tubuh mereka dan mereka merasa nyaman dengan keadaan tubuhnya itu yang akan diwujudkan dalam sikap percaya diri dan konsep diri yang sehat. Contohnya saja seorang remaja yang berperilaku positif terhadap dirinya sendiri adalah seorang remaja yang mampu menerima bagian dari tubuh mereka, sebagaimana yang telah dianugerahi oleh Tuhan terhadap dirinya. Seperti, mereka menghargai tubuh mereka sendiri, ia akan merasa bangga dan menerima tubuh mereka dan menolak yang tidak masuk akal untuk merasa nyaman dan percaya diri dengan tubuhnya⁹.

Pada zaman era modern sekarang teknologi dan media komunikasi makin berkembang seperti halnya internet yaitu Instagram, WhatsApp dll yang berkembang pesat di masyarakat. Beberapa gaya hidup terutama tren dikalangan anak milenial pada jaman sekarang diantaranya mengenai *fashionable*, kesehatan dan perawatan tubuh¹⁰.

**IAIN
PONOROGO**

⁹Fauzana Alidia, "Body Image Siswa di Tinjau Dari Gender", Jurnal Tarbawai: *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol. 14, No. 02 (2018).

¹⁰Syarif Amalia, "Hubungan Antara *Body image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body Shaming", Skripsi (UIN Sunan Ampel, 2020).

Lalu munculnya penilaian diri dikalangan remaja putri mengenai standar tubuh saat ini yang mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang profesional dan ideal telah membuat remaja putri saat ini menjadi kurang percaya diri¹¹, para remaja selalu menilai dirinya melalui kacamata orang lain yaitu teman-teman sepergaulannya, terkadang ia juga mudah *insecure* terhadap dirinya sendiri karena merasa penampilan dirinya berbeda dengan orang lain atau temannya yang lain. Usia remaja adalah usia yang sangat sensitif dalam masalah pengembangan kepercayaan diri khususnya remaja putri.

Perubahan fisik ini menimbulkan berbagai dampak psikologi yang tidak diinginkan oleh setiap orang tentunya. Mayoritas anak muda lebih banyak memperhatikan penampilan mereka ketimbang aspek-aspek lain dari dalam diri mereka. Banyak diantara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin. Remaja perempuan memiliki sifat perasa yang sangat tinggi. Walaupun orang disekitarnya tidak mengucapkan apa-apa namun didalam hatinya terkadang timbul perasaan yang merasa bahwa dirinya merasa jelek, gemuk, dan lain sebagainya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa narasumber merasakan bahwa dirinya merasa kurang dengan keadaan tubuh yang ia miliki lebih tepatnya mengarah ke dalam *body image*. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan mengambil judul “Pengaruh *Body*

¹¹ Dewi, Amanda Uzhilla dan Ifdill, “Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri” *Jurnal Edukasi*, vol 2, No. 3 (2016).

image Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Kelas XI di SMAN 1 Geger Kabupaten Madiun”.

B. Rumusan Masalah

Agar pembahasan ini nantinya tersusun secara sistematis, maka perlu dirumuskan permasalahan. Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat dirumuskan permasalahan yaitu “Adakah pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang penulis rumuskan, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger.

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran berupa teori-teori terhadap psikologi remaja, khususnya tentang seberapa pentingnya kita mengetahui tingkat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri. Selain itu informasi yang didapatkan peneliti ini dapat memperluas informasi mengenai tingkat pengaruh kepercayaan diri para remaja putri mengenai *body image*. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu para remaja putri untuk memahami apa pengaruh *body image* sehingga remaja putri tidak mudah mengalami rasa *insecure* terhadap dirinya sendiri serta dapat menumbuhkan rasa kepercayaan diri remaja putri .

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu membantu masyarakat, dan pembaca khususnya untuk orang tua, bagaimana cara menumbuhkan rasa percaya diri remaja, agar psikologis remaja mengenai kepercayaan diri bisa tumbuh dengan baik khususnya untuk kepercayaan diri yang dipengaruhi masalah *body image*.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan serta kajian untuk para remaja khususnya untuk menangani permasalahan kepercayaan diri remaja yang disebabkan pengaruh *body image*. Hal ini sangat bermanfaat bagi peneliti untuk dapat menumbuhkan rasa kepercayaan diri remaja putri.



IAIN
PONOROGO

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Terdahulu

Selain mengambil sumber dari buku-buku relevan penulis juga menjadikan penelitian terdahulu sebagai acuan dalam menulis penelitian ini, agar menghindari terjadinya kesamaan atau plagiasi dalam penyusunan skripsi ini¹². Adapun penelitian-penelitian terdahulu yang penulis temukan yang memiliki kemiripan dalam pembahasan yaitu :

Penelitian kedua dilakukan oleh Riskha Ramanda Mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Negeri Jakarta “STUDI KEPUSTAKAAN MENGENAI LANDASAN TEORI *BODY IMAGE* BAGI PERKEMBANGAN REMAJA” yang dilakukan pada tahun 2019 akan menjadi salah satu penelitian yang relevan dengan penelitian saya¹³.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif atau berupa studi kepustakaan. Untuk teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi (*content analysis*) hal ini bertujuan menjaga kekekalan proses pengkajian dan mencegah serta mengatasi misinformasi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskriptifkan landasan teori mengenai *body image* untuk perkembangan remaja. Di dalam jurnal ini dijelaskan mengenai berlangsungnya usia remaja yaitu pada usia 12 sampai dengan

¹² Lia Amalia, “Citra Tubuh (*Body image*) Remaja Perempuan”. *Jurnal Musawa*, Vol. 5, No. 4 (2007).

¹³ Riskha Ramanda, “Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body Image* bagi Perkembangan Remaja” , 5.

21 tahun. Peneliti juga dijelaskan bahwa remaja adalah suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada dibawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama.

Body image memiliki dua komponen yakni *body image* positif dan *negative*. Remaja yang mempunyai *body image* positif artinya individu sudah merasa puas dengan penampilannya saat ini, menghargai segala yang diberikan oleh tubuhnya, dan menerima segala kekurangan dari tubuhnya. Sedangkan *body image* negatif artinya ketidakmampuan seseorang menerima keadaan tubuhnya sehingga menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Perbedaannya dari penelitian ini adalah penulis menggunakan metode kuantitatif, yang bisa diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivism*, yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu¹⁴.

Untuk pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data yang bersifat kuantitatif atau statistika dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Untuk persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama membahas mengenai *body image*. Dan mengenai perbedaan isi disini peneliti lebih cenderung kebagian pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri, di mana akan diketahui seberapa tingginya tingkat pengaruh kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger.

¹⁴Ibid., 6-7.

Penelitian ketiga dilakukan oleh Syarifah Amalia dari fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA KORBAN *BODY SHAMING*” yang dilakukan pada tahun 2020 akan menjadi salah satu penelitian yang relevan dengan penelitian saya¹⁵.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*. Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*. Pernyataan tersebut diperoleh dari hasil uji hipotesis dengan menggunakan product moment yang memiliki nilai signifikan serta koefisien korelasi. Maka *body image* dengan kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif yang berarti semakin positif *body image* pada korban *body shaming* akan semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri remaja¹⁶.

Dalam penelitian ini juga dijelaskan mengenai *Body Mass Index* (BMI) atau indeks massa tubuh (IMT) merupakan salah satu bentuk pengukuran atau metode skrining yang digunakan untuk mengukur komposisi tubuh yang diukur dengan menggunakan berat badan dan tinggi badan yang kemudian diukur dengan rumusan IMT. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwasannya ada 5 tingkatan kategori *Body Mass Index* (BMI) yaitu kurus, normal, gemuk, dan obesitas.

¹⁵ Syarifah Amalia, “Hubungan Antara *Body image* dengan Kepercayaan Diri Pada Korban *Body shaming*”, *Skripsi* (UIN Sunan Ampel, 2020).

¹⁶ *Ibid.*, 4-8.

Table 2.1
Kategori Ambang Batas BMI

Klasifikasi	Kategori			Nilai BMI
		Berat	Badan	
Kurus	Kekurangan Tingkat Berat		Badan	<17,0
	Kekurangan Tingkat Ringan	Berat	Badan	17,00-18,5
Normal	Normal	-	-	>18,5-25,0
Gemuk	Kelebihan Ringan	Berat	Badan Tingkat	25,0-27,0
	Kelebihan Berat	Berat	Badan Tingkat	>27,0-30,0
Obesitas	Obesitas	-	-	>30,0

Persamaannya adalah sama-sama menggunakan penelitian kuantitatif, dan perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan peneliti lebih cenderung terhadap pengaruh *body image*.

B. Body image

1. Pengertian *body image*

Body image atau citra tubuh merupakan persepsi seseorang tentang berat badan dan bentuk tubuhnya. *Body image* dibagi menjadi dua, yaitu *body image* positif dan negatif. *Body image* positive adalah persepsi seseorang yang puas terhadap bentuk tubuhnya, sedangkan *body image* negatif adalah persepsi seseorang yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya¹⁷.

Setiap orang memiliki gambaran diri ideal yang diinginkan termasuk bentuk tubuh. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya¹⁸. *Body*

¹⁷ Yessi Marlina dan Yanti Ernalina, "Hubungan Persepsi *Body Image* dengan Status Gizi Remaja Pada Siswa SMP di Pekanbaru", *Jurnal Kesehatan Komunitas*, Vol. 6, No. 2 (2020).

¹⁸ Lia amalia, "Citra Tubuh (*Body image*) Remaja Putri", 9.

image sendiri adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan mengenai ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman-pengalaman baru setiap individu¹⁹.

Body image merupakan gabungan antara persepsi individu dengan penilaian dari seseorang terhadap bentuk maupun ukuran badan yang bersifat positif maupun negatif. *Body image* juga bisa memungkinkan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang lain serta memunculkan rasa malu dan tidak percaya diri terhadap tubuh yang ia miliki. Sehingga seringkali teman sebaya atau orang lain menjadikan penampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu di sekitarnya maupun kelompoknya. Karena *body image* juga berkaitan dengan *body shaming* yang artinya berfokus pada dinamika psikologis perempuan yang merasakan *body shaming* tersebut. Kisaran remaja akhir ke dewasa awal sering menunjukkan bahwa mereka yang merasakan *body shaming* serta akan memperhatikan tubuh dan menjadikan sebagai objek²⁰.

Masalah penampilan menjadi hal yang penting bagi para remaja, terutama remaja putri untuk meningkatkan *body image* mengenai gambaran tubuh yang diinginkan. Remaja dapat menilai

¹⁹ Rahajeng Marsyardani, "Hubungan *Body image* Terhadap Penerimaan Diri Pada Remaja", *Skripsi* (Universitas Muhammadiyah Surakarta 2013).

²⁰ Syarifah Amalia, "Hubungan Antara *Body image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban *Body shaming*", 4-5.

segi penampilan yang sesuai dengan standar kecantikan di lingkungan sekitarnya. Remaja akan menunjukkan perhatian yang besar terhadap tubuhnya yang tengah mengalami perubahan dan pertumbuhan.

Body image merupakan sebuah konsep multidimensi, subjektif, dan dinamis yang mencakup persepsi seseorang. Pikiran, dan perasaan tentang tubuhnya. *Body image* tidak terbatas pada karakteristik estetika seseorang, tetapi juga mempertimbangkan kondisi kesehatan, keterampilan, dan seksualitasnya²¹. Berdasarkan hasil penelitian sarwono remaja di kota besar memiliki akses terhadap informasi yang lebih besar daripada remaja di daerah. Salah satu ciri remaja adalah dalam berkepribadian di suatu masyarakat.

Salah satu dampak psikologis dari perubahan tubuh pada saat masa puber terhadap remaja yaitu adanya perasaan cemas dengan tubuh mereka sehingga membentuk *body image* mengenai kondisi tubuh mereka²². *Body image* merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki oleh seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian yang positif atau negatif pada dirinya tersebut. Menurut Honigan dan Castle *body image* merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya,

²¹ Kiki Wahyuni, "Hubungan Antara *Body Imaginary Audience* dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri", *Skripsi* (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung 2019).

²² Sarwono, "Anak Jakarta, *a sketch of youth identity*", (Jakarta : Kompas, 2005).

bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya atas penilaian orang lain terhadap dirinya²³.

2. Aspek-aspek yang mempengaruhi *body image*

Aspek ini merupakan kemampuan individu dalam mengukur kepuasan dan ketidakpuasan relatif individu dengan penampilan keseluruhan serta menilai perasaan keseluruhan dan evaluasi penampilan. Aspek ini menggambarkan individu menilai kepuasan terhadap berat badan dan mengukur kepuasan terhadap aspek-aspek tertentu menurut Cash dan Pruzinsky aspek-aspek tersebut yaitu²⁴ :

a. Evaluasi citra tubuh (*Body image evaluation*)

Evaluasi citra tubuh ialah penilaian seseorang yang mengacu pada kepuasan atau ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya sendiri, yang dapat berasal dari penilaian diri.

b. Orientasi penampilan (*Appearance orientation*)

Orientasi penampilan merupakan sebuah usaha yang dilakukan seseorang untuk memperbaiki serta meningkatkan penampilan dirinya.

c. Kepuasan pada area tubuh (*Body area satisfaction*)

**IAIN
PONOROGO**

²³ Sufrihana Rombe, "Hubungan *Body image* dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda", *Jurnal Psiko borneo*, Vol. 1, No. 4 (2013).

²⁴ Melliana, "*Menjelajah Tubuh Perempuan Dan Mitos Kecantikan*", (Yogyakarta: Pt. Lkis Pelangi Aksara, 2006).

Kepuasan pada area tubuh merupakan pengukuran kepuasan seseorang pada keseluruhan bagian tubuh dari atas sampai bawah.

d. Kekhawatiran kelebihan berat badan (*Overweight preoccupation*)

Kekhawatiran akan kelebihan berat badan adalah gambaran kecemasan seseorang terhadap kegemukan serta kewaspadaan akan bertambahnya berat badan.

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

Pengkategorian ukuran tubuh ini berupa penilaian dan penggolongan seseorang pada dirinya sendiri, apakah dirinya termasuk kedalam kategori gemuk atau kurus.

Berdasarkan beberapa aspek yang sudah disebutkan diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa aspek dari *body image* adalah mengevaluasi penampilan, membandingkan ukuran tubuh dengan orang lain, orientasi penampilan, kecemasan untuk menjadi gemuk dan mengklasifikasi bagian tubuh²⁵.

3. Konsep diri/cinta diri terhadap *body image*

Konsep diri sangat diperlukan untuk dapat memahami tentang manusia dan perlakunya. Tidak ada dua orang manusia sekalipun yang mempunyai konsep diri yang sama. Konsep diri muncul dan atau dipelajari berdasarkan pengalaman internal

²⁵ Riskha Ramadani, "Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body image* Bagi Perkembangan Remaja", 9-10.

masing-masing individu, hubungan dengan orang lain, dan interaksi dengan dunia luar. Karena konsep diri merupakan *frame* dari seseorang untuk berinteraksi dengan dunia, maka hal ini sangat mempengaruhi perilaku seseorang. Konsep diri yang positif memungkinkan seseorang untuk menemukan kebahagiaan dalam hidup, dan juga untuk mengatasi kekecewaan dan perubahan hidup. salah satu contoh dari konsep diri itu sendiri adalah *body image* atau citra diri²⁶.

Body image sebagai salah satu dari konsep diri adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya sendiri secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu. Sejak lahir individu mengeksplorasi bagian tubuhnya, menerima stimulus dari orang lain, kemudian mulai memanipulasi lingkungan dan mulai sadar dirinya terpisah dari lingkungan

Hal-hal yang menyebabkan remaja wanita tidak dapat menerima diri sendiri secara fisik seperti tinggi badan, berat badan, ukuran tubuh, bahkan wau wajah. Remaja wanita sangat peka terhadap penampilan dirinya dan merenung perihai bagaimana wajahnya, apakah orang lain menyukai wajahnya serta selalu

²⁶ Jesi Julianti, "Hubungan Antara *Body Image* Dengan Self Esteem Remaja Putri Yang Aktif Dalam Prilaku GYMNASTIC", *Sekripsi*, (Universitas Faculty Of Humanities, 2015)

menggambarkan dan mengembangkan seperti apa tubuhnya dan apa yang diinginkan dari tubuhnya.

Apabila remaja putri dapat mengalami dan menerima segala pengalaman yang selaras dengan struktur dirinya, individu akan lebih mudah memahami orang lain, menerima orang lain sebagai individu dan memiliki penyesuaian diri yang sehat. Sebaliknya, bila pengalaman kehidupan yang dialami ditolak karena tidak sesuai dengan struktur dirinya akan diamati sebagai ancaman. Selanjutnya struktur dirinya akan mempertahankan diri dan menyimpang, mempertahankan gambaran diri yang palsu, dan mengakibatkan pribadi menjadi individu yang tidak mampu menyesuaikan dirinya.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi *body image*

Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang, baik itu dari pandangannya sendiri maupun dari faktor lain.

Menurut Cash ada beberapa faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain sebagai berikut²⁷ :

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang.

Ketidakpuasan terhadap tubuh sering terjadi kepada wanita dibanding dengan pria. Pada umumnya, wanita sering merasa

kurang puas pada bentuk tubuhnya dan menjadikan sebagai

²⁷ Leoni Risky Pratiwi, "Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Modelling di Andaikan Production", *Skripsi*, (Universitas Medan Area 2021).

stigma negatif. Cash juga memberikan penjelasan bahwa sekitar 40% - 70% gadis remaja tidak puas dengan dua aspek dari tubuh mereka, seperti pinggul, perut, dan paha. Hal ini disebabkan letak ideal bentuk tubuh wanita diukur dari aspek-aspek tersebut.

b. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal seseorang cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain dan *feedback* yang diterima cenderung mempengaruhi konsep diri termasuk pada perasaan pada penampilan fisiknya.

c. Media massa

Menurut Cash media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran yang ideal mengenai figur perempuan yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Sebagai contoh seorang selebgram yang menunjukkan *outfit* yang dikenakannya dan menggambarkan ideal bentuk tubuhnya²⁸.

Sejalan dengan itu, Thompson juga menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi *body image*, antara lain yaitu²⁹:

1) Budaya

Merupakan adanya pengaruh lingkungan dan budaya yang dapat mengkomunikasikan norma-norma mengenai

²⁸ Ibid '33.

²⁹ Ibid '34.

penampilan fisik, bentuk tubuh dan penampilan fisik yang menarik³⁰.

2) Pengaruh berat badan/persepsi gemuk

Merupakan keinginan individu manusia dalam membutuhkan bentuk tubuh yang sesuai dengan apa yang diinginkan, seperti menjaga pola makan yang teratur sehingga dapat menimbulkan persepsi yang diinginkan terkait dengan bentuk tubuh.

3) Konsep diri

Merupakan penilaian diri dan penilaian sosial yang meliputi gambaran tentang diri seseorang yang meliputi bentuk tubuh dan penampilan fisik.

4) Sosialisasi

Merupakan adanya pengaruh dari dunia pertemanan seseorang yang terkait mengenai bentuk tubuh dan penampilan fisik.

5) Pengaruh distorsi citra tubuh

Merupakan perasaan dan persepsi individu yang negatif dan dalam dirinya yang diikuti dengan sikap yang buruk.

IAIN
PONOROGO

³⁰ Ibid '34-35.

6) Peran gender

Merupakan pengaruh dan peran orang tua bagi citra tubuh seseorang yang menjadikan individu tersebut lebih cepat terpengaruh.

Pendapat lain dinyatakan oleh Atikah bahwasannya ada beberapa faktor yang mempengaruhi *body image*, antara lain sebagai berikut :

a) Pengetahuan

Pengetahuan adalah kemampuan untuk menerapkan informasi terkait dengan *body image* dalam kehidupan sehari-hari.

b) Sosial ekonomi

Sosial ekonomi adalah tingkat sosial ekonomi keluarga juga menjadi salah satu pendukung dalam mempercantik *body image*. Karena *body image* adalah tingkat finansial yang baik.³¹

c) Usia

Usia adalah salah satu faktor yang mempengaruhi *body image*. Usia juga dapat memberikan gambaran dan peran diri individu.

d) Lingkungan

³¹ Ibid'44

Lingkungan adalah tempat individu untuk dituntut bersosialisasi. Setiap individu membutuhkan kebutuhan sosial³² dalam dirinya. Maka peneliti menyimpulkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain adalah hubungan interpersonal.

e) Media

Media adalah alat atau sarana yang bisa didapat dimana saja dan darimana saja mengenai gambaran ideal dari seseorang *influencer* yang memiliki bentuk tubuh yang ideal³³.

C. Kepercayaan Diri

1. Pengertian kepercayaan diri

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam melakukan tindakan terlalu sering merasa cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginannya.

Menurut Burton dan Platts kepercayaan diri merupakan kemampuan untuk mengambil tindakan yang tepat dan efektif dalam situasi apapun. Mereka juga mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan pengalaman sehari-hari dan cukup

³² Ibid '36-37.

³³ Ibid '38.

sering dialami, kecuali pengalaman yang penting agar dapat digunakan lebih baik lagi dikemudian hari³⁴.

Menurut Lauster kepercayaan diri ialah salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab³⁵.

Berdasarkan definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwasannya kepercayaan diri itu ialah keyakinan diri pada seseorang yang ia tahu bahwa kemampuannya atau potensinya seberapa³⁶. Kepercayaan diri juga salah satu aspek kepribadian yang penting bagi seseorang yang diperoleh dari pengalaman sehari-hari, sikap percaya dan yakin akan kemampuan yang dimiliki, dapat mengambil keputusan dengan tepat dan efektif, tidak mudah terpengaruhi oleh orang lain dalam mengambil keputusan³⁷.

2. Pemahaman diri

Kondisi kepribadian yang penuh percaya diri atau sebaliknya merupakan suatu kondisi yang sudah tersimpan dan

³⁴ Sifatun Rif'ah Nur Hidayati, 'Hubungan Antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya', *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 08, No. 03, (2021)

³⁵ Kiki Wahyuni, "Hubungan Antara *Body image* dan Imaginary Audience Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri", *Skripsi* (Universitas Islam Negeri Raden Inten Lampung 2019).

³⁶ Syarifah Amalia, "Hubungan Antara *Body image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban *Body shaming*", 12.

³⁷ Ibid '10.

terprogram di dalam batin bawah sadar. Segala sesuatu yang sudah terprogram di dalam batin bawah sadar, baik positif maupun negatif, akan menjadi suatu kecenderungan yang kuat dan otomatis mempengaruhi seseorang. Pengalaman manis atau pengalaman yang direspon secara positif akan membuat batin bawah sadar mendominasi kepribadian seseorang dengan dorongan tingkah laku secara positif. Sedangkan pengalaman pahit atau pengalaman yang direspon secara negatif akan membuat batin bawah sadar mendominasi seseorang dengan tingkah laku yang negatif dalam berbagai macam bentuk gangguan mental. Misalnya pengalaman hidup seseorang yang di didik terlalu keras akan membuat batin bawah sadar mendominasi kepribadian dengan kecenderungan untuk mudah cemas, takut berbicara, gugup, dan tidak percaya diri. Oleh karena itu, rasa tidak percaya diri yang sudah mendominasi kepribadian seseorang, biasanya akan membuat kegagalan yang sangat fatal karena ia merasa tidak mampu untuk mencapai berbagai tujuan di dalam kehidupannya.

3. Aspek-aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri

Salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang

mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki oleh setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seseorang anak atau orang tua, secara individual maupun kelompok³⁸.

Menurut Lauster kepercayaan diri yang sangat berlebihan, bukanlah sifat yang positif. Pada umumnya akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri. Menurut Lauster orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah sebagai berikut³⁹ :

a. Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

b. Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang mengenai dirinya. Seorang individu mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

c. Bertanggung jawab

³⁸ Hilmi Atok, "Aspek-aspek Percaya Diri", *jurnal psikologi*, Vol. 3, No. 1 (juli-2011).

³⁹ Leoni Risky Pratiwi, "Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Modelling di Andaika Production", 25-26.

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang yang menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

d. Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu, sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

e. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal. Dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Pendapat lain dikemukakan oleh Anthony yang menyatakan bahwa ad beberapa aspek dalam kepercayaan diri, antara lain⁴⁰ :

1) Ambisi normal

Merupakan keinginan yang disesuaikan dengan kemampuan serta dapat menyelesaikan segala sesuatu dengan baik serta tidak mudah terpengaruh oleh orang lain.

2) Yakin pada kemampuan diri

Merupakan individu yang tidak suka membandingkan dirinya dengan orang lain serta tidak mudah terpengaruhi oleh orang lain⁴¹.

⁴⁰Ibid'. 25.

3) Rasa aman

Merupakan perasaan terbebas dari rasa takut dan tidak memiliki kompetensi terhadap segala jenis situasi dan orang-orang di lingkungan sekitarnya.

4) Mandiri

Merupakan sikap tidak bergantung kepada orang lain serta sikap tidak membutuhkan bantuan orang lain dalam melakukan berbagai hal.

5) Optimis

Merupakan individu yang memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya sendiri dan menata masa depannya.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa aspek kepercayaan diri menurut peneliti adalah individu harus dapat yakin akan kemampuan yang ada dalam dirinya, bersikap mandiri, optimis, dapat mengevaluasi diri secara objektif, rasional dan realistis, *positive thinking*, dan menggunakan *self-affirmation* dengan baik agar kepercayaan diri tidak mengalami penurunan⁴².

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri

Individu yang memiliki daya tarik merasakan sikap sosial yang menguntungkan dengan hal-hal ini akan mempengaruhi

⁴¹ Ibid'. 26.

⁴² Ibid '27-29.

konsep diri sehingga akan lebih percaya⁴³. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, salah satunya adalah penampilan fisik. Menurut Fahmi, faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah :

a. Perilaku orang tua

Sebagai anak, seseorang harus menyesuaikan atau mengidentifikasi diri individu dengan orangtua dan menyerap nilai-nilai yang merdeka jadikan sebagai pegangan hidup.

b. Saudara sekandung

Selama bersamaan saudara sekandung juga mempunyai peranan penting dalam menentukan kesuksesan atau kegagalan individu.

c. Orang lain

Semakin banyak masuk kedalam kehidupan bermasyarakat semakin banyak faktor-faktor yang dapat mengubah pandangan seseorang.

d. Kebudayaan

⁴³ Tria, "Hubungan Antara *Body image* Dengan Kepercayaan diri Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas. *Skripsi* (Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta 2015).

Norma berupa pandangan umum yang diterima dalam masyarakat dimana individu hidup dan diteruskan kepada individu lain melalui media, baik itu media cetak dan elektronik⁴⁴.

D. Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri

Body image atau citra tubuh lebih sering dikaitkan dengan wanita daripada pria karena wanita cenderung lebih memperhatikan penampilannya perubahan-perubahan fisik yang alami oleh individu, terutama pada masa remaja, menghasilkan persepsi yang berubah-ubah mengenai citra tubuh, namun hampir selalu bersifat negatif dan menunjukkan penolakan terhadap fisiknya⁴⁵.

Surya menyatakan bahwa seorang akan percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan orang tersebut merasa puas melihat bentuk tubuhnya, maka *body image* yang terbentuk pun menjadi positif. Sebaliknya, jika seseorang memandang tubuhnya tidak ideal seperti wajahnya kurang menarik, yang terbentuk menjadi negatif dan dapat dikatakan orang tersebut tidak memiliki kepercayaan diri⁴⁶.

⁴⁴ Ibid' 19.

⁴⁵ Putriana, "Hubungan Citra Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri SMU 3 Jambi", *Naskah Publikasi*, (Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia 2004).

⁴⁶ Andiyati, "Hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul", *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 4 (2016).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang datanya berupa angka-angka dan analisis menggunakan *statistic*⁴⁷. Tujuan penelitian kuantitatif adalah untuk mengembangkan dan menggunakan model matematis, teori, dan atau hipotesis yang berkaitan dengan fenomena yang diselidiki oleh peneliti⁴⁸. Jenis penelitian ini berbeda dengan penelitian kualitatif, di mana kualitatif merupakan penelitian yang bersifat deskriptif dan bukan dalam bentuk angka-angka. Tujuan penelitian kualitatif adalah untuk menjelaskan fenomena yang terjadi di masyarakat secara mendalam dengan mengumpulkan data secara mendalam dan lengkap. Data-data tersebut dapat berupa gejala-gejala, kejadian, atau peristiwa yang kemudian dianalisis dalam bentuk kategori⁴⁹.

Data adalah hasil dari pencatatan peneliti, baik berupa fakta maupun angka yang dapat digunakan untuk menyusun informasi dalam suatu keperluan⁵⁰. Sedangkan sumber data utama dalam penelitian kuantitatif ialah melalui survei dengan cara menyebar kuesioner atau angket sebagai instrumen penelitian.

⁴⁷ Ibid., 7.

⁴⁸ Yusuf Muri, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan* (Jakarta: Prenada Media Group, 2014), 5.

⁴⁹ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), 223.

⁵⁰ Suharsimi Arikunto, Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik* (Edisi Revisi VI) (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 118.

Sumber data yang dapat dimanfaatkan dalam penelitian kuantitatif ini terdapat sumber data primer yaitu sumber data yang memuat data utama yakni data yang diperoleh secara langsung dilapangan. Dalam penelitian ini, sumber data primer diperoleh dari narasumber atau informan. Pada penelitian ini ada beberapa orang yang akan dijadikan narasumber atau informan, dengan melalui kuesioner.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Body image merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki oleh seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian yang positif atau negatif pada dirinya. Menurut Honigam dan Castle *body image* merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya⁵¹.

Kepercayaan diri adalah suatu kemampuan untuk mempercayai kemampuan diri sendiri dan merasa positif mengenai apa yang bisa dilakukan dan tidak mengkhawatirkan apa yang tidak bisa dilakukan. Untuk mendukung kepercayaan diri yang dimiliki oleh remaja putri khususnya dalam hal penampilan dirinya, maka remaja putri akan berusaha untuk menjaga penampilannya dan mempertahankan kepercayaan dirinya dengan selalu mengikuti dan berusaha memiliki

⁵¹Amandha Unzila Denich & Ifdil, "Konsep Body Image Remaja Putri", *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol. 3, No. 2, (Juni-2015)

barang-barang mulai dari *trend fashion* hingga barang-barang *trend* lainnya serta akan berusaha untuk mendapatkannya, sehingga dapat membentuk pola konsumsi yang berlebihan.

C. Instrumen Penelitian

Instrumen untuk mengumpulkan data penelitian ini kepada subjek penelitian yaitu menggunakan skala *body image* dan kepercayaan diri. Dua skala tersebut telah mengadaptasi dari penelitian sebelumnya yaitu penelitian dari yang mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Lauster. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data yaitu semacam daftar pernyataan. kuesioner merupakan teknik pengumpulan dengan cara memberikan pernyataan-pernyataan secara tertulis yang diberikan kepada subjek.

Pada metode kuisioner contohnya semua pernyataan dalam penelitian ini harus diisi oleh subjek penelitian berlandaskan jawaban tersebut kemudian akan disimpulkan tentang keadaan subjek penelitian yang sebenarnya. Mengisinya dengan cara (√) yang sudah disiapkan oleh peneliti. Variabel dalam penelitian ini diukur dengan kuisioner yang menggunakan penskalaan respon, dalam hal ini peneliti menggunakan model skala likert, dengan skala likert akan didapatkan gambaran kasar posisi subyek pada perilaku yang diukur.

Berikut ini penjelasan mengenai prosedur pengambangan instrument pengumpulan data yakni sebagai berikut :

1. Variabel Bebas (X)

a. Definisi Opeasional

Body image adalah gabungan persepsi antara subjektif dengan penilaian seseorang tentang tubuhnya sendiri dan kepuasan tentang citra tubuh yang dimiliki oleh seseorang tersebut atau sikap penilaian seseorang yang berupa positif maupun negatif. Karena *body image* sendiri dapat bersifat positif ataupun negatif tergantung bagaimana perindividu tersebut menyikapinya.

b. Alat Ukur

Pada kuesioner *Body image* ini terdapat 3 aspek yang akan disusun sebagai instrumen penelitian. Aspek tersebut yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan fisik sosial, pengkategorian ukuran tubuh. Dalam instrumen ini terdapat 25 item yang terdiri dari 10 favorable dan 15 unfavorable. Instrumen ini menggunakan skala likert pada setiap pernyataannya mempunyai empat pilihan jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS), dengan begitu subyek penelitian harus memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia dan masing-masing pilihan mempunyai skor tertentu yang ditetapkan

Dalam penelitian tidak memiliki jawaban pilihan (N) netral karena untuk menghindari adanya jawaban yang menibulkan subjek cenderung menjawab dengan ragu-ragu yang dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Untuk pengumpulan data tentang *body image* (X) dan kepercayaan diri remaja putri (Y) menggunakan kuesioner atau angket. Adapun kisi-kisi instrumen pengumpulan data dapat dilihat dari tabel di bawah ini.

Tabel 3.1
Kisi-kisi Instrumen *Body image*

Variabel Penelitian	Aspek	Indikator	Nomer Angket	
			Favorable	Unfavorable
Variabel X <i>Body image</i>	Evaluasi Penampilan	Penampilan Mengenai Penampilan Keseluruhan	6,20, 15, 18	2, 7, 10, 16, 19, 24
	Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Penampilan Terhadap Kondisi Tubuh Secara Keseluruhan	8, 12, 13, 25	3, 5, 9, 11
	Berat Badan	Kecemasan Terhadap Berat Badan	17, 23	1, 4, 14, 21, 22
Jumlah			10	15

2. Variabel Terikat (Y)

a. Definisi Operasional

Kepercayaan diri itu ialah keyakinan diri pada seseorang yang ia tahu bahwa kemampuannya atau potensinya seberapa. Dengan adanya seseorang itu tau kemampuannya seberapa ia bisa menggalih kemampuan atau potensi itu lebih baik lagi dan jika

ia tahu kekurangannya ia bisa menerima apa adanya dirinya sendiri.

b. Alat Ukur

Pada kuesioner Kepercayaan Diri terdapat 2 aspek yang akan disusun sebagai instrumen penelitian. Aspek tersebut yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab serta rasional dan realistis. Dalam instrumen terdapat 25 aitem yang terdiri dari 12 *favorable* dan 13 *unfavorable*. Instrumen ini menggunakan skala likert pada setiapnya pernyataan mempunyai empat pilihan jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS), dengan begitu subjek penelitian harus memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia dan masing-masing pilihan mempunyai skor tertentu yang ditetapkan berikut skor tersebut :

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri

Variabel Penelitian	Aspek	Indikator	Nomer Angket	
			Favoriabile	Unfavoriabile
	Cinta Diri	merupakan perilaku orang untuk memelihara diri	16, 17	15, 16, 18, 19, 20

Variabel (Y) Kepercayaan Diri	Pemahaman diri	Berusaha ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang dirinya sendiri	6, 9, 24	5, 12, 25
		percaya dengan kemampuan diri sendiri	1, 11	21, 4, 7, 17
		memiliki konsep diri yang positif	2, 8	22, 23
		berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain yaitu menjadi diri sendiri	3, 10, 13	14, 20
Jumlah			12	13

D. Lokasi, Populasi dan Sampel

a. Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Geger yang bertempat di jalan raya Uteran No.634 Geger desa Sumberejo kecamatan Geger kabupaten Madiun. Objeknya adalah penelitian meliputi para remaja yang mengalami kurangnya kepercayaan diri karena pengaruh *body image* terhadap perkembangan dirinya. Peneliti mencari informasi tambahan sebagai data pendukung untuk dapat mengetahui sejauh mana para remaja putri mengalami kurangnya kepercayaan diri akibat *body image* terhadap dirinya di

wilayah tersebut. Adapun lokasi yang digunakan peneliti untuk memperoleh informasi adalah sekolah SMAN 1 Geger Madiun.

b. Populasi

Populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari objek maupun subjek yang mempunyai kualitas serta karakteristik yang ditarik dari kesimpulannya. Populasi bukan hanya merupakan jumlah orang tetapi juga karakter atau sifat yang dimiliki oleh objek yang diteliti⁵². Dalam penelitian ini populasinya adalah remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Kabupaten Madiun.

c. Sampel

Sampel adalah bagian jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajarinya semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel dari populasi itu⁵³.

Sampel adalah sebagian dari jumlah yang dimiliki oleh populasi, yang diambil dengan suatu prosedur hingga mewakili populasi yang ada⁵⁴. Di sini sampel harus benar-benar bisa mencerminkan keadaan populasi, artinya kesimpulan hasil penelitian yang diangkat dari sampel harus merupakan kesimpulan

⁵² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 117.

⁵³ Ibid, 118.

⁵⁴ Ibid., 65.

atas populasi⁵⁵. Dalam pengambilan sampel jika subjek kurang dari 100 akan lebih baik diambil semua, sedangkan jika lebih dari 100 maka dapat diambil sebanyak 10%-15% atau 20%-25% atau lebih sesuai dengan kemampuan penelitian dari segi waktu, tenaga dan dana yang dibutuhkan.

Sampling purposive yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu⁵⁶. Ukuran sampel pada penelitian ini didasarkan dengan penentuan pengambilan sampel berdasarkan *sampling purposive*, yaitu para remaja putri. Dengan demikian populasi yang berjumlah 246 remaja putri dari 7 kelas sebagian telah mengalami pengaruh *body image* terhadap kepercayaan dirinya, maka 184 remaja putri dari 246 remaja putri merupakan sampel penelitian yang ini.

E. Tahap-tahap Penelitian

Penelitian ilmiah memiliki tahap-tahap tertentu, tahap tersebut disusun bukan untuk dikerjakan dalam sebuah tahapan yang sekali jadi. Namun dalam alur pikiran dan logika tertentu. Sehingga saat melakukan penelitian, tidak perlu terlalu terburu-buru dan mengabaikan proses yang ditempuh. Untuk melakukan sebuah penelitian terhadap beberapa prosedur yang harus ditempuh, sebagai berikut:

⁵⁵ Hardani et al., *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, 362.

⁵⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 85.

1. Penentuan Masalah

Langkah yang pertama kali akan dilakukan dalam memilih topik penelitian secara umum dalam bidang yang berkaitan dengan prodi penelitian. Bidang yang dipilih merupakan hal yang menarik minat peneliti untuk melakukan sebuah penelitian dengan alasan tertentu⁵⁷.

2. Ulasan Kepustakaan

Dalam proses penelitian, wawasan yang diperoleh dari kepustakaan yang relevan dengan topik sangat penting dan perlu, karena dapat memberikan latar belakang informasi serta arahan teoritis yang sesuai pada bidang yang diteliti. Ulasan ini dapat dilakukan pada buku atau jurnal yang berkaitan dengan penelitian.

3. Penentuan Fokus Masalah

Fokus masalah pada penelitian harus dirumuskan secara formal dalam bentuk pernyataan, pernyataan atau hipotesis sehingga memungkinkan untuk diuji secara empiris.

4. Penentuan Desain dan Metode Penelitian

Pada tahap ini penelitian memutuskan untuk memilih alat yang digunakan dalam penelitian yang akan dilakukan, serta memilih pendekatan yang sesuai dengan pembahasan sendiri.

5. Pengumpulan Data

⁵⁷ Syahrudin dan Salim, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Citra pustaka Media, 2012), 74

Dalam suatu penelitian, harus berhati-hati dalam mengumpulkan data atau informasi. Pengumpulan data atau informasi harus sesuai dengan jenis penelitian yang dilakukan, dalam langkah ini penelitian perlu untuk memperhatikan masalah etika dan peraturan yang berlaku.

6. Analisis Hasil

Jika data penelitian telah terkumpul, maka tugas peneliti pada langkah selanjutnya adalah mengolah data dan menjelaskan hubungan antara variabel yang telah diperoleh datanya.

7. Penarikan Kesimpulan

Langkah terakhir dalam penelitian adalah penarikan kesimpulan dari data yang telah diolah sebelumnya dan dianalisis menggunakan teknik analisis yang sesuai, serta pembuktian hipotesis yang telah diajukan⁵⁸.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, adapun langkah-langkah teknik pengumpulan data yaitu dengan menggunakan kuesioner (angket) dan dokumentasi seperti yang dijelaskan di bawah ini:

Kuesioner (Angket)

Kuesioner atau angket merupakan suatu teknik pengumpulan data pada penelitian dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau

⁵⁸ Syahrudin dan Salim, *Metodologi Penelitian kuantitatif*, 74-80.

pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden⁵⁹.

Berikut ini pemberian skor untuk setiap jenjang skala likert baik itu pertanyaan yang positif.

Tabel 3.2
pemberian skor skala likert

Untuk Pernyataan Positif (Favorable)			Untuk Pernyataan Negatif (Unfavorable)		
Sangat Setuju	(SS)	4	Sangat Setuju	(SS)	1
Setuju	(S)	3	Setuju	(S)	2
Tidak Setuju	(TS)	2	Tidak Setuju	(TS)	3
Sangat Tidak Setuju	(STS)	1	Sangat Tidak Setuju	(STS)	4

G. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data diperoleh dari responden atau sumber data lain yang terkumpul. Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik⁶⁰. SPSS merupakan salah satu program komputer khusus yang dibuat untuk mengolah data dengan metode statistik tertentu yaitu dengan teknik analisis data validitas Konstruk yaitu merupakan uji kecocokan antara butir-butir dalam kuisisioner dengan teori yang mendasari (digunakan untuk mendefinisikan)

⁵⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 199.

⁶⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 207.

konsep atau konstruk yang diukur⁶¹. Pada penelitian ini peneliti menggunakan bantuan dari aplikasi IBM SPSS 25. Adapun analisis data dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Tahap Pra Penelitian

Suatu tindakan mengumpulkan informasi pokok seputar topic yang potensial dengan menggunakan beragam sumber referensi.

a. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Sehingga data dinyatakan valid ketika data yang dilaporkan oleh peneliti tidak berbeda dengan data yang benar-benar terjadi pada objek penelitian⁶².

Validitas yaitu suatu keadaan yang menggambarkan bahwa tingkat instrumen yang bersangkutan mampu mengukur apa yang diukur. Suatu tes disebut valid apabila tes tersebut dapat mengukur apa yang hendak diukur. Jadi validitas merupakan tingkat ketepatan tes tersebut dalam mengukur materi dan perilaku yang harus diukur.

Adapun perhitungan menggunakan SPSS versi 25 *for windows*, yang dapat dilihat pada tabel *correlation* masing-

⁶¹ Singgih Santoso, *Panduan Lengkap SPSS Versi 23* (Jakarta:PT Elex Media Komputindo,2016), 11.

⁶² Ibid.,363.

masing hasil validitas instrument, dan teknik analisi data yang digunakan adalah regresi linear sederhana. Pengambilan keputusan validnya item instrumen:

- 1) Apabila $r_{xy} \geq r_{0,3}$ maka kesimpulannya item kuesioner tersebut valid.
- 2) Apabila $r_{xy} \leq r_{0,3}$, maka kesimpulannya item kuesioner tersebut tidak valid⁶³.

Penelitian ini menggunakan 70 responden uji coba yang berasal dari siswi kelas X SMAN 1 Geger Madiun yang akan digunakan untuk penelitian yang memiliki karakteristik sama dengan masing-masing berisi 25 item untuk *body image* dan 25 untuk kepercayaan diri. Hasil perhitungan validitas instrument disimpulkan dalam table berikut ini:

Tabel 3.3
Uji Validitas Variabel *Body image*

Butir Pernyataan	R hitung	R tabel	Keterangan
1	.449**	0,235	Valid
2	0,038	0,235	Tidak Valid
3	.522*	0,235	Valid
4	.442*	0,235	Valid
5	.532**	0,235	Valid
6	-0,081	0,235	Tidak Valid
7	.549**	0,235	Valid
8	.483**	0,235	Valid
9	.669**	0,235	Valid
10	.453**	0,235	Valid
11	.684**	0,235	Valid

⁶³ Marsono, *Metode Penelitian Kuantitatif: Langkah-langkah menyusun skripsi, tesis atau disertasi menggunakan teknik analisis jalur (Path Analysis) dilengkapi contoh aplikasinya*, (Jakarta: IN Media, 2016), 74.

12	.478**	0,235	Valid
13	.429**	0,235	Valid
14	.749**	0,235	Valid
15	.604**	0,235	Valid
16	.393**	0,235	Valid
17	.626**	0,235	Valid
18	0,197	0,235	Tidak Valid
19	-.551**	0,235	Tidak Valid
20	.381**	0,235	Valid
21	-.320**	0,235	Tidak Valid
22	.567**	0,235	Valid
23	.558**	0,235	Valid
24	.533**	0,235	Valid
25	.499**	0,235	Valid

Dari hasil perhitungan uji validitas Item instrumen diatas terdapat 25 item pernyataan yang berupa angket variabel *body image*. Dari keseluruhan 25 item pernyataan maka terdapat 5 item yang tidak valid yaitu nomor 2, 6, 18, 19, dan 21.

Tabel 3. 4
Uji Validitas Variabel kepercayaan diri

Butir Pernyataan	R hitung	R tabel	Keterangan
1	-0,186	0,235	Tidak Valid
2	0,141	0,235	Tidak Valid
3	-.378**	0,235	Tidak Valid
4	.653**	0,235	Valid
5	.575**	0,235	Valid
6	.325**	0,235	Valid
7	-0,060	0,235	Tidak Valid
8	.331**	0,235	Valid
9	.261**	0,235	Valid
10	-0,073	0,235	Tidak Valid
11	.275*	0,235	valid
12	.446**	0,235	valid
13	.272*	0,235	valid
14	.444**	0,235	valid

15	.480**	0,235	valid
16	.393**	0,235	valid
17	0,223	0,235	Tidak Valid
18	.484**	0,235	Valid
19	-.531**	0,235	Tidak Valid
20	-0,061	0,235	Tidak Valid
21	-0,147	0,235	Tidak Valid
22	.652**	0,235	Valid
23	.269*	0,235	Valid
24	.399**	0,235	Valid
25	.583**	0,235	Valid

Dari hasil perhitungan uji validitas Item instrumen diatas terdapat 25 item pernyataan yang berupa angket variabel *body image*. Dari keseluruhan 25 item pernyataan maka terdapat 9 item yang tidak valid yaitu nomor 1, 2, 3, 7, 10, 17,19, 20, dan 21.

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas berhubungan dengan masalah kepercayaan. Suatu instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama akan menghasilkan data yang sama. Untuk menguji reliabilitas instrumen pada penelitian ini menggunakan internal reliabilitas. Instrumen dapat diuji dengan menganalisis butir-butir pada instrumen dengan teknik tertentu.⁶⁴

Teknik yang digunakan untuk menguji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha*

⁶⁴ Ibid,130

Cronbach. Selanjutnya adalah membandingkan dengan *cronbach alpha* dengan ketentuan nilai *cronbach alpha* minimal 0,70.

Tabel 3.5
Rekapitulasi Uji Reliabilitas Item Penelitian Variabel *Body image*

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0,873	0,873	20

Tabel 3.6
Rekapitulasi Uji Reliabilitas Item Penelitian Variabel Kepercayaan Diri

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0,755	0,754	16

Keputusan uji reliabilitas yaitu variabel dapat dikatakan reliabel jika nilai Cronbach Alpha > 0,70 dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut :

- 1.) Apabila nilai cronbach alpha yang didapat dari perhitungan SPSS lebih besar dari 0,7 maka kuesioner tersebut dinyatakan reliabel

2.) Apabila nilai cronbach alpha yang didapat dari perhitungan SPSS lebih kecil dari 0,7 maka kuesioner tersebut dinyatakan tidak reliabel⁶⁵.

Berdasarkan pengambilan keputusan diatas, maka dinyatakan bahwa variabel *body image*, dan kepercayaan diri dinyatakan reliabel.

2. Tahap Uji Persyaratan Analisis Data

Dalam uji persyaratan analisis data ini penulis menggunakan dua cara. Yang pertama menggunakan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, dan uji linieritas. Yang kedua uji hipotesis

a. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan untuk menjawab pengajuan hipotesis adalah dengan menggunakan uji normalitas. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *kolmogorov-Smirnov* merupakan teknik membangun persamaan garis lurus untuk membuat penafsiran, agar penafsiran tersebut tepat maka persamaan yang digunakan untuk menafsirkan juga harus tepat. Uji normalitas adalah uji untuk mengukur apakah variabel dependen dan independen memiliki distribusi

⁶⁵ Jum C, Nunnally and Ira H. Bernstein, *Psychometric The Theory* (New York: McGraw-Hill, 1994), 272.

normal atau tidak⁶⁶. Berdasarkan definisi tersebut maka tujuan dari uji *Kolmogorov-smirnov* adalah untuk mengetahui apakah suatu variabel normal atau tidak.

Kriteria pengambilan keputusan dengan *Kolmogorov-smirnov* adalah sebagai berikut:

- a) Nilai sig atau signifikan atau nilai probabilitas kurang dari 0,05 distribusi data adalah tidak normal.
- b) Nilai sig atau signifikan atau nilai probabilitas lebih dari 0,05 distribusi data adalah normal.

2) Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan suatu uji yang dilakukan dengan tujuan mengetahui apakah antara variabel tak bebas (Y) dan variabel bebas (X) mempunyai hubungan yang linier. Apabila dalam uji linier menyatakan bahwa tidak dapat dilanjutkan. Dalam uji ini peneliti menggunakan SPSS.

Sementara pengambilan keputusan pada uji linier didasarkan pada sig hitung yang dibandingkan dengan 0,05.

Berikut ini syarat pengambilan keputusan pada uji linier:

- a) Nilai sig atau signifikansi atau nilai probabilitas kurang dari 0,05 distribusi data adalah tidak linier.⁶⁷

⁶⁶Tony wijaya, *Analisis Data Penelitian Menggunakan SPSS* (Yogyakarta: Universitas Atma Jaya, 2009),126

⁶⁷Jonathan Sarwono, *Model-model Linier dan Non-Linier dalam IBM SPSS 21* (Jakarta: PT Elex, Media Komputindo) 2013,44

b) Nilai sig atau signifikansi atau nilai probabilitas lebih dari 0,05 distribusi data adalah linier⁶⁸.

3) Uji Hipotesis

Hasil pengujian hipotesis akan memberikan kesimpulan untuk menolak atau menerima hipotesis. Analisis regresi merupakan metode yang digunakan untuk mengembangkan sebuah model persamaan yang menjelaskan hubungan antara dua variabel⁶⁹. Regresi Linier sederhana digunakan untuk melihat pengaruh yang terjadi antara dua variabel yaitu variabel dependen dan independen⁷⁰. Pada penelitian ini menggunakan regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh antara *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 GEGER kabupaten Madiun. Model ini dilakukan dengan cara membandingkan angka r_{hitung} dan r_{tabel} 0,05.

- 1) Jika $sig > 0,05$ maka tidak ada pengaruh
- 2) Jika $sig < 0,05$ maka ada pengaruh

IAIN
PONOROGO

⁶⁸ Jonathan Sarwono'58

⁶⁹ Singih Santoso, *Statistik Prametrik Konsep dan Aplikasi dengan SPSS* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2010), 163.

⁷⁰ Teguh Wahyono, *Analisis Statistik Mudah dengan SPSS 20* (Jakarta: PT Gramedia, 2012), 127.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambar Umum Lokasi Penelitian

1. Profil SMAN 1 Geger Madiun

a. Nama : SMAN 1 Geger

Desa : Sumberejo

Kecamatan : Geger

Kabupaten : Madiun

Provinsi : Jawa Timur

b. Kepala Sekolah

Nama : Drs. Makmun Fatoni , M.Pd

Pendidikan : S2

Jurusan : Teknologi Pembelajaran

2. Visi, Misi, dan Tujuan SMAN 1 Geger Madiun

a. Visi SMAN 1 Geger Madiun

“Unggul dalam bidang akademik dan non akademik yang berpijak pada keseimbangan IMTAQ dan IPTEK serta berwawasan lingkungan”

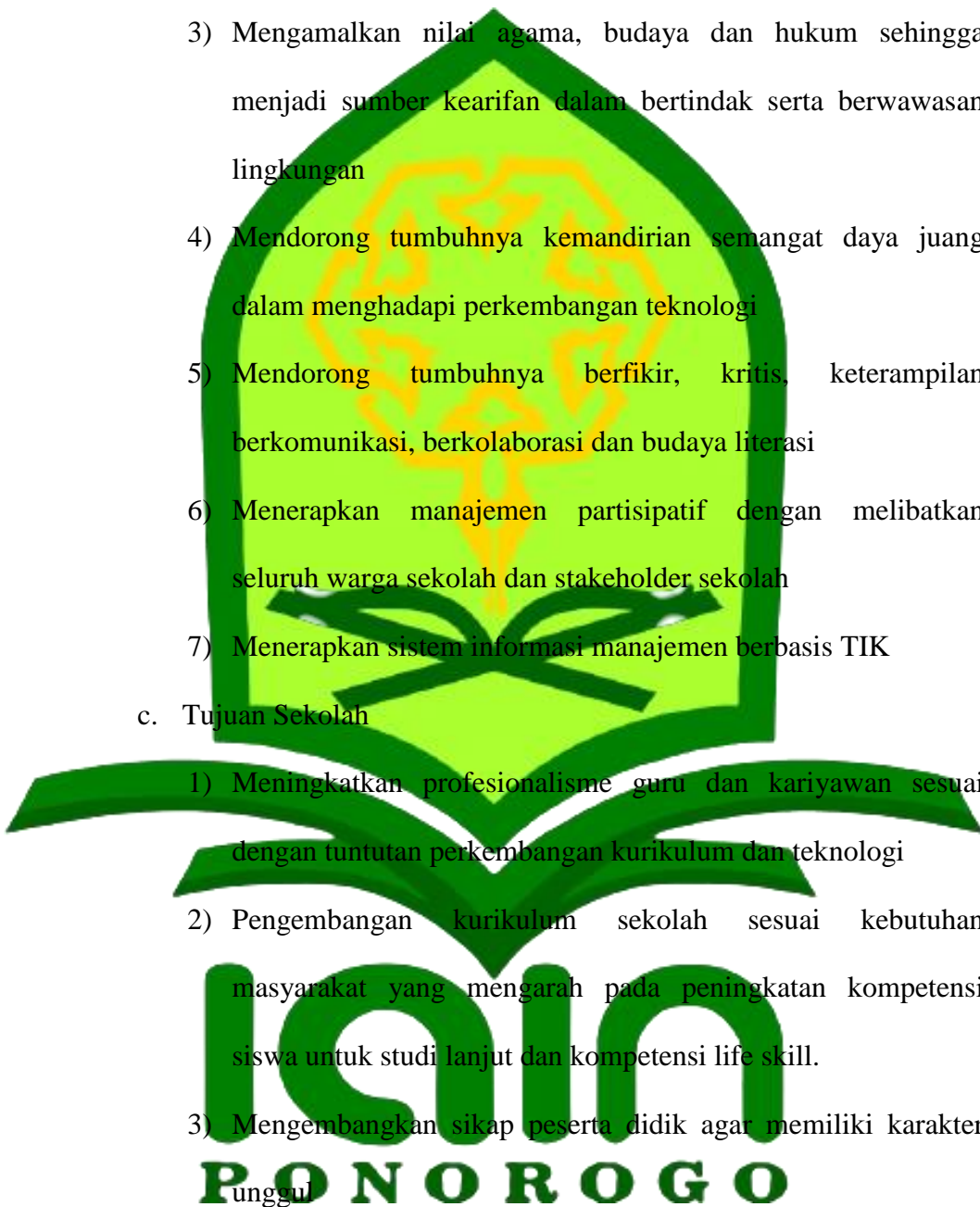
b. Misi SMAN 1 Geger Madiun

- 1) Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif, kreatif dan inovatif

- 2) Menyelenggarakan kegiatan pengembangan kompetensi siswa agar memiliki sikap, pengetahuan, keterampilan, kemandirian untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi
- 3) Mengamalkan nilai agama, budaya dan hukum sehingga menjadi sumber kearifan dalam bertindak serta berwawasan lingkungan
- 4) Mendorong tumbuhnya kemandirian semangat daya juang dalam menghadapi perkembangan teknologi
- 5) Mendorong tumbuhnya berfikir, kritis, keterampilan berkomunikasi, berkolaborasi dan budaya literasi
- 6) Menerapkan manajemen partisipatif dengan melibatkan seluruh warga sekolah dan stakeholder sekolah
- 7) Menerapkan sistem informasi manajemen berbasis TIK

c. Tujuan Sekolah

- 1) Meningkatkan profesionalisme guru dan karyawan sesuai dengan tuntutan perkembangan kurikulum dan teknologi
- 2) Pengembangan kurikulum sekolah sesuai kebutuhan masyarakat yang mengarah pada peningkatan kompetensi siswa untuk studi lanjut dan kompetensi life skill.
- 3) Mengembangkan sikap peserta didik agar memiliki karakter unggul
- 4) Menyiapkan lulusan SMAN 1 Geger agar memiliki sikap positif dalam menghadapi perkembangan teknologi



- 5) Menyiapkan lulusan SMAN 1 Geger agar memiliki sikap, keterampilan menghadapi abad 21
 - 6) Mendayagunakan seluruh warga sekolah untuk mewujudkan peningkatan mutu sekolah
 - 7) Meningkatkan kinerja sekolah berbasis TIK yang mendorong SMAN 1 Geger dalam mewujudkan pelayanan prima.
3. Kondisi Keadaan Tenaga Pendidikan dan Tenaga Kependidikan SMAN 1 Geger Madiun

Tabel 4.1
Keadaan tenaga pendidikan dan tenaga kependidikan SMAN 1 Geger Madiun

No	Nama	jabatan	mata pelajaran
1	Makmun Fatonii, Drs. M.Pd.	kepala sekolah	MAT
2	Setiyo Budiyo, Drs.	Guru Tetap	Kesenian
3	Sugijanto, Drs.	Guru Tetap	PENJAS
4	Kuntarto, Drs.	Guru Tetap	BK
5	Joko Purwanto, S.Pd.	Guru Tetap	GEO
6	Santoso, Drs.	Guru Tetap	BIG
7	Puji Rahayu, S.Pd.	Guru Tetap	AKUNT
8	Wahidah Amini, S.Pd.	Guru Tetap	MAT
9	Sri Setyaningsih, S.Pd.	Guru Tetap	Sosiologi
10	Ninik Suryani, Dra.	Guru Tetap	BIG
11	Priowiriandoko, S.Pd.	Guru Tetap	SEJ
12	Yuni Uni Supriyanti, S.Pd.	Guru Tetap	MAT
13	Dardiri, S.Pd.	Guru Tetap	FIS
14	Hermi Sri Utami, S.Pd..	Guru Tetap	KIM
15	Siti Nurul Hidayah, S.Pd.	Guru Tetap	KIM
16	Endang Yuliani, S.Pd.	Guru Tetap	BIG
17	Agus Widagda, Drs.	Guru Tetap	MAT
18	Purwati, S.Pd.	Guru Tetap	BK
19	Subiyanto, S.Pd.	Guru Tetap	FIS
20	Sugiono, S.Pd.	Guru Tetap	Sosiologi
21	Ninik Tri Hari Palupi, S.Pd.	Guru Tetap	MAT
22	Siti Nurhayati, S.Pd.	Guru Tetap	Kesenian
23	Ummatul Mathohharoh, S.Pd.	Guru Tetap	MAT
24	Titik Gianti, Dra.	Guru Tetap	KWN
25	Mas Ayu Husnul Khr, S.Pd.	Guru Tetap	EKO
26	Intan Pringga Yudha, S.Pd.	Guru Tetap	BIG
27	Irmawati, SE, M.Pd.	Guru Tetap	TI
28	Siti Mariyani, S.Pd..	Guru Tetap	BIO
29	Lathif Zamroni, S.Kom, M.Pd	Guru Tetap	BIO

30	Erfan Heri Cahyono, M.Pd	Guru Tetap	PAI
31	Malik Ashari, M.Pd	Guru Tetap	BIN
32	Mar'atulsholicaha, M.Pd	Guru Tetap	PENJAS
33	Yuli Asamara D, S.Pd	Guru Tetap	BP/BK
34	Edy Hendrawan, S.Pd	Guru Tetap	GEO
35	Ardian Syaifudin, S.Psi	Guru Tetap	FIS
36	Partini, S.Pd	Guru Tetap	FIS
37	Rini Purwaningsih, S.Pd	Guru Tetap	EKO/PKWU
38	Ida Erma Suryan, S.Pd. M.Pd	Guru Tetap	PAI
39	Octana Kusuma L, S.Pd	Guru Tetap	TI
40	Heppy Puspitasari, S.PdI	Guru Tetap	GEO
41	Farida Mei Damayanti, S.Pi.	Guru Tetap	B.INDO
42	Novita Sandra Hardianti, S.Pd.	Guru Tetap	Sejarah
43	Sulis Ernawati, S.Pd.	Guru Tetap	B.INDO
44	Tommy Ardianto, S.Pd	Guru Tetap	MAT
45	Yusda Hardian Syahrul F, M.Pd	Guru Tetap	MAT
46	Ayu Martha Budiarti, S.Pd	Guru Tetap	Sejarah
47	Galih Puji Mulyadi, S.Pd	Guru Tetap	MAT
48	Anna Dwi Lestari, S.Pd	Guru Tetap	KIM
49	Yafita Arfina Mu'ti	Guru Tetap	KIM
50	Ilmi FitrohI Tun'isah	Guru Tetap	MAT
51	Faisal Hindarto, S.Pd	Guru Tetap	GEO
52	Edi Pramono, S.Pd.	Guru Tetap	Sejarah
53	Farnisa, S.Pd	Guru Tetap	PAI
54	Fauzia, S.Pd	Guru Tetap	KIM

4. Data Siswa Kelas Menurut Jenis Kelamin

Dalam setiap tahun siswa dan siswi di SMAN 1 Geger bertambah dengan sangat begitu pesat seperti yang dapat kita lihat di bawah ini:

Tabel 4.2
Data siswa

NO.	Jumlah Siswa	Tahun Pelajaran								
		2019/2020			2020/2021			2021/2022		
		L	P	Jml.	L	P	Jml.	L	P	Jml.
1	X	108	248	356	99	252	351	98	223	321
2	XI	95	213	308	102	246	348	99	251	350
3	XII	88	196	284	93	213	306	102	246	348
	Jumlah	291	657	948	294	711	1005	299	720	1019

Pada periode tahun 2019/2020 siswa putri berselisih 366 siswa putra, pada periode tahun 2020/2021 berselisih 417, dan pada periode tahun 2021/2022 berselisih 421 siswa.

B. Data Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, penulis menggunakan sampel yaitu remaja madya kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun yang berjumlah 184 responden. Sebelum melakukan penyebaran kuesioner kepada 184 remaja, penulis melakukan uji validitas reliabilitas kepada 70 remaja madya kelas 10 di SMAN 1 Geger Madiun yang memiliki karakteristik yang sama. Sebanyak 70 responden uji coba yang ada tidak diikutkan dalam sampel penelitian. Sebaran subjek dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.3
Deskripsi subjek penelitian berdasarkan usia

NO	Usia	Frekuensi	Presentasi
1	15	7	3,8%
2	16	84	45,7%
3	17	83	45,1%
4	18	10	5,4 %
Jumlah		184	100

Berdasarkan tabel diatas dapat kita ketahui bahwa dalam penelitian ini remaja yang berusia 15 tahun berjumlah 7 orang (3,8%), remaja yang berusia 16 tahun berjumlah 84 orang (45,7%). Remaja yang berusia 17 tahun berjumlah 83 orang (45,1%), remaja yang berusia 18 tahun berjumlah 10 orang (5,4%). Disini bisa kita simpulkan bahwa sebaran remaja dalam penelitian ini lebih berdominan dengan remaja yang berusia 16 tahun (45,7%).

2. Deskripsi Data Penelitian

a. Deskripsi data mengenai *body image* remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun

Penulis memperoleh Deskripsi data mengenai *body image* remaja kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun melalui angka kuesioner yang sudah disebar kepada responden. Adapun skor jawaban kuesioner yang diperoleh penulis berupa angka-angka yang sudah diinterpretasikan sehingga mudah untuk di pahami.

Adapun sistem pemberian skor dalam pengambilan data kuesioner penulis menggunakan skala likert dengan ketentuan pernyataan yang positif dan negatif. Item kuesioner yang sudah disebar berdasarkan kisi-kisi instrumen pengumpulan data dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, sehingga menghasilkan kisi-kisi sebagai berikut ini:

Tabel 4.4
KISI-KISI INSTRUMEN PENELITIAN *BODY IMAGE*

Variabel Penelitian	Aspek	Indikator	Nomer Angket	
			Favorable	Unfavorable
Variabel X <i>Body image</i>	Evaluasi Penampilan	Penampilan Mengenai Penampilan Keseluruhan	15	7, 10, 16, 24
	Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Penampilan Terhadap Kondisi Tubuh Secara Keseluruhan	8, 12, 13, 25	3, 5, 9, 11
	Berat Badan	Kecemasan Terhadap Berat Badan	17, 23	1, 4, 14, 22
Jumlah			7	12

Berdasarkan penyebaran angket variabel *body image*, maka dapat kita lihat perolehan skor *body image* remaja kls XI di SMAN 1 Geger Madiun, sebagai berikut

Tabel 4.5
Skor *Body image*

		Frequency	Percent
Valid	27.00	1	0,5
	28.00	1	0,5
	29.00	1	0,5
	30.00	1	0,5
	31.00	3	1,6
	32.00	1	0,5
	33.00	4	2,2
	35.00	3	1,6
	36.00	4	2,2
	37.00	4	2,2
	38.00	4	2,2
	39.00	4	2,2
	40.00	1	0,5
	41.00	4	2,2
	42.00	5	2,7
	43.00	5	2,7
	44.00	7	3,8
	45.00	7	3,8
	46.00	7	3,8
	47.00	9	4,9
	48.00	12	6,5
	49.00	6	3,3
	50.00	5	2,7
	51.00	10	5,4
	52.00	9	4,9
	53.00	4	2,2
	54.00	3	1,6

55.00	8	4,3
56.00	5	2,7
57.00	7	3,8
58.00	8	4,3
59.00	5	2,7
60.00	3	1,6
61.00	4	2,2
62.00	2	1,1
63.00	4	2,2
64.00	4	2,2
66.00	2	1,1
68.00	3	1,6
69.00	1	0,5
74.00	1	0,5
75.00	1	0,5
76.00	1	0,5
Total	184	100,0

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diatas yang sudah diolah menggunakan program SPSS *versi 25 for windows*, untuk variabel *body image* dapat diketahui :

Tabel 4.6
Deskripsi statistik skala variabel *body image*

		BODY IMAGE
N	Valid	184
	Missing	0
Mean		49,5054
Median		49,0000
Mode		48,00
Std. Deviation		9,71000
Range		49,00
Minimum		27,00
Maximum		76,00

Dari tabel yang ada diatas maka dapat diketahui berapa nilai rata-rata data (*Mean*) sebesar 49,5054, nilai tengah data (*Median*) yang dimiliki adalah 49,0000, nilai yang sering muncul (*mode*) sebesar 48,00. dari hasil SPSS juga dapat kita ketahui standart deviasi dari data mencapai angka 9,71000 dengan range sebesar 49,00, nilai minimum data adalah 27,00 dan nilai maksimum yang dimiliki sebesar 76,00.

Dari statistic yang penulis peroleh dapat dilakukan pengkategorian skor tinggi, sedang dan rendah *body image* remaja putri dengan rumus⁷¹:

$$\text{Tinggi} = X > (M + 1 \cdot SD)$$

$$= X > (49,5054 + 1 \cdot 9,71000)$$

$$= X > 59,2154$$

$$= X > 59$$

$$\text{Sedang} = (M - 1 \cdot SD) < X < (M + 1 \cdot SD)$$

$$= (49,5054 - 1 \cdot 9,71000) < X < (49,5054 + 1 \cdot 9,71000)$$

$$= 39,7954 < X < 59,2154$$

$$= 39 < X < 59$$

$$\text{Rendah} = X < (M - 1 \cdot SD)$$

$$= X < (49,5054 - 1 \cdot 9,71000)$$

$$= X < 39,7954$$

$$= X < 39$$

⁷¹ Sufren Natanael Yonathan, Mahir Menggunakan SPSS Secara Otodidak (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2013), 176.

Dari perhitungan data skor di atas dapat diketahui bahwa sebaran data kategori tinggi, sedang dan rendah untuk variabel *body image* remaja putri dapat dilihat dalam tabel di bawah ini :

Tabel 4.7
Distribusi frekuensi dan presentasi *body image*

NILAI_X		Frequency	Percent
Valid	27-38	27	14,7
	39-59	131	71,2
	60-76	26	14,1
Total		184	100,0

Dari hasil perhitungan nilai kategori di atas dapat diketahui bahwa kategori skor tinggi ($x > 59$) memiliki jumlah 27 responden dengan presentasi 14%, kategori sedang ($39 < X < 59$) terdapat 131 responden, kategori ini memiliki angka presentasi terbesar yaitu 71,2%, sedangkan presentasi rendah ($X < 39$) memiliki 26 responden dengan presentasi 14,1%, dari uraian diatas, dapat dilihat bahwa *body image* yang dimiliki remaja putri pada penelitian ini menduduki kategori sedang.

b. Deskripsi data mengenai kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun

Deskripsi data mengenai kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun, diperoleh data dari angka kuesioner yang telah disebarakan kepada responden. Adapun untuk

skor jawaban kuesioner tersebut berupa angka-angka yang sudah diinterpretasikan sehingga dapat dengan mudah dipahami.

Sistem pemberian skor untuk pengambilan data kuesioner, penulis menggunakan skala likert dengan ketentuan pernyataan positif dan negatif. Item kuesioner yang disebarluaskan berdasarkan kisi-kisi instrument pengumpulan data dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, sehingga menghasilkan kisi-kisi sebagai berikut:

Tabel 4.8
KISI-KISI INSTRUMEN PENELITIAN KEPERCAYAAN DIRI

Variabel Penelitian	Aspek	Indikator	Nomer Angket	
			Favorable	Unfavorable
Variabel Y Kepercayaan Diri	cinta diri	merupakan perilaku orang untuk memelihara diri	16	15, 16, 18, 20
		berusaha ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang dirinya sendiri	6, 9, 24	5, 12, 25
	pemahaman diri	percaya dengan kemampuan diri sendiri	11	4
		memiliki konsep diri yang positif	8	22, 23

P O N O R O G O

		berani menerima dan menghadapi penolak orang lain yaitu menjadi diri sendiri	13	14
Jumlah			7	11

Berdasarkan penyebaran angket variabel kepercayaan diri, maka dapat kita lihat berapa perolehan skor kepercayaan diri terhadap remaja putri kls XI di SMAN 1 Geger Madiun, sebagai berikut:

Tabel 4.9
Skor kepercayaan diri remaja putri

	Frequency	Percent
Valid 35.00	1	0,5
36.00	2	1,1
37.00	1	0,5
38.00	3	1,6
39.00	2	1,1
40.00	13	7,1
41.00	18	9,8
42.00	17	9,2
43.00	15	8,2
44.00	20	10,9
45.00	10	5,4
46.00	16	8,7
47.00	14	7,6
48.00	11	6,0
49.00	4	2,2
50.00	5	2,7
51.00	5	2,7

52.00	4	2,2
53.00	10	5,4
54.00	2	1,1
55.00	4	2,2
56.00	2	1,1
58.00	1	0,5
59.00	4	2,2
Total	184	100,0

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang diperoleh menggunakan program SPSS *versi 25 for windows*, untuk variabel kepercayaan diri dapat kita ketahui sebagai berikut:

Tabel 4.10
Deskripsi statistic skala variabel kepercayaan diri

		KEPERCAYAA N DIRI
N	Valid	184
	Missing	0
Mean		45,5326
Median		44,5000
Mode		44,00
Std. Deviation		4,94329
Range		24,00
Minimum		35,00
Maximum		59,00

Dari perolehan tabel diatas, dapat kita ketahui nilai rata-rata data (*Mean*) sebesar 45,5326, nilai tengah data (*Median*) yang dimiliki adalah 44,5000. Nilai yang sering muncul (*modus*) sebesar 44,00, dari hasil SPSS juga dapat kita ketahui standar deviasi dari data mencapai angka 4,94329 dengan range sebesar 24,00, nilai

minimum data adalah 35,00 dan nilai maksimum yang dimiliki sebesar 59,00.

Dari statistik yang penulis peroleh dapat dilakukan pengkategorian skor tinggi, sedang dan rendah *body image* remaja putri dengan rumus⁷² :

$$\text{Tinggi} = X > (M + 1 \cdot \text{SD})$$

$$= X > (45,5326 + 1 \cdot 4,94329)$$

$$= X > 50,47589$$

$$= X > 50$$

$$\text{Sedang} = (M - 1 \cdot \text{SD}) < M < (M + 1 \cdot \text{SD})$$

$$= (45,5326 - 1 \cdot 4,94329) < M < (45,5326 + 1 \cdot 4,94329)$$

$$= 40,58931 < M < 50,47589$$

$$= 40 < M < 50$$

$$\text{Rendah} = X < (M - 1 \cdot \text{SD})$$

$$= X < (45,5326 - 1 \cdot 4,94329)$$

$$= X < 40,68931$$

$$= X < 40$$

Dari perhitungan data skor diatas dapat diketahui bahwa sebaran data kategori tinggi, sedang dan rendah untuk variabel kepercayaan diri remaja putri dapat dilihat dalam tabel di bawah ini.

⁷² Natanael,176.

Tabel 4.11
Distribusi Frekuensi Dan Peresentasi Kepercayaan Diri

		NILAI_Y	
		Frequency	Percent
Valid	35-39	9	4,9
	40-50	143	77,7
	51-59	32	17,4
	Total	184	100,0

Dari hasil perhitungan nilai kategori diatas dapat diketahui bahwa kategori skor tinggi ($X > 50$) memiliki jumlah 9 responden dengan presentasi 4,9%, kategori sedang ($40 < M < 50$) terdapat 143 responden, kategori ini memiliki angka presentasi terbesar yaitu 77,7%, sedangkan presentasi rendah ($X < 40$) memiliki 32 responden dengan presentasi 17,4%, dari uraian diatas, dapat dilihat bahwa kepercayaan diri yang dimiliki remaja putri pada penelitian ini menduduki kategori sedang.

3. Statistik data penelitian (Analisis Data)

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibuat, dalam penelitian ini penulis melakukan model analisis regresi, yaitu analisis regresi linear sederhana. Model analisis regresi linear sederhana digunakan untuk melihat pengaruh dari variabel X *body image* terhadap variabel Y kepercayaan diri. adapun sebelum penulis melakukan analisis regresi linear sederhana, maka penulis perlu melakukan uji normalitas dan *linearitas* terlebih dahulu,

supaya saat dilakukan analisis dengan model regresi, data sudah berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linear satu dengan yang lain. Berikut adalah hasil dari perhitungan menggunakan bantuan aplikasi SPSS *versi 25 for windows*.

a. Uji Asumsi Klasik

1.) Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji untuk mengukur apakah variabel dependen dan independen memiliki distribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* dengan kriteria pengambilan keputusan nilai Sig atau signifikansi atau nilai probabilitas kurang dari 0,05 distribusi data adalah tidak normal sedangkan nilai Sig atau signifikansi atau nilai probabilitas lebih dari 0,05 distribusi data adalah normal. Berikut ini *output* SPSS uji normalitas:

Tabel 4.12
Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>		<i>Unstandardized Residual</i>
<i>N</i>		184
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	0,0000000
	<i>Std. Deviation</i>	3,96256738
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	0,059
	<i>Positive</i>	0,059
	<i>Negative</i>	-0,044
<i>Test Statistic</i>		0,059
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.200 ^{c,d}

a. *Test distribution is Normal*

b. *Calculated from data.*

c. *Lilliefors Significance Correction.*

d. *This is a lower bound of the true significance.*

Berdasarkan pada tabel 4.12 dapat diketahui bahwa nilai Asymp. Sig . (2-tailed)nya adalah 200. Dengan demikian berarti nilai signifikansi data tersebut berada di atas nilai 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

2.) Uji *Linearitas*

Uji *linearitas* merupakan suatu uji yang dilakukan dengan tujuan mengetahui apakah antara variabel tak bebas (Y) dan variabel bebas (X) mempunyai hubungan yang linear dengan pengambilan keputusan apabila nilai Sig atau signifikansi atau nilai probabilitas kurang dari 0,05 distribusi data adalah tidak linear sedangkan nilai Sig atau signifikansi atau nilai probabilitas lebih dari 0,05 distribusi data adalah linear. Berikut ini output SPSS uji *linearitas*

Tabel 4.13
Uji *Linearitas*

			<i>ANOVA Table</i>				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KEPERCAYAAN DIRI * BODY IMAGE	Between Groups	(Combined) Linearity	2360,396	42	56,200	3,753	0,000
		Deviation from Linearity	1598,349	1	1598,349	106,738	0,000
			762,047	41	18,587	1,241	0,179
	Within Groups		2111,408	141	14,975		
	Total		4471,804	183			

Berdasarkan tabel 4.13 diketahui bahwa nilai Sig. deviation from linearity sebesar 0,904 maka lebih besar dibandingkan nilai signifikansi 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan

bahwa terdapat hubungan yang linear antara kepercayaan diri dengan perilaku positif.

b. Uji Hipotesis/ Teknik Analisis Data Regresi *Linear* Sederhana

Setelah melakukan uji asumsi klasik berupa uji normalitas dan *linearitas* maka selanjutnya melakukan uji hipotesis. Hasil pengujian hipotesis akan memberikan kesimpulan untuk menolak atau menerima hipotesis.

Pada penelitian ini uji hipotesis menggunakan regresi *linear* sederhana digunakan untuk melihat pengaruh yang terjadi di antara dua variabel yaitu variabel dependen dan independen yaitu apakah ada pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun. Model ini dilakukan dengan cara membandingkan angka sig dan 0,05. Jika sig > 0,05 maka tidak ada pengaruh sedangkan jika sig < 0,05 maka ada pengaruh. Berikut ini output SPSS uji regresi *linear* sederhana.

Tabel 4.14
Uji Regresi *Linear* Sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.598 ^a	0,357	0,354	3,97344

a. Predictors: (Constant), BODY IMAGE

P O N O R O G O

Tabel 4.15

Uji Regresi *Linear Sederhana*

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	30,465	1,526		19,965	0,000
<i>BODY IMAGE</i>	0,304	0,030	0,598	10,062	0,000

a. *Dependent Variable: KEPERCAYAAN DIRI*

Tabel 4.14 merupakan hasil uji regresi yang menghasilkan koefisien korelasi sebesar 598 dengan nilai signifikansi 0,000 yang terdapat pada tabel 4.15. Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh antara variabel *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri. Tabel model summary menunjukkan nilai R Square atau angka yang berkisaran 0 sampai 1 yang mengindikasikan besarnya kombinasi variabel independen secara bersama-sama yang mempengaruhi nilai variabel dependen yaitu sebesar 0,357. Nilai ini menunjukkan bahwa sumbangan dari variabel pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri sebesar 35,7%. Hal tersebut menjelaskan bahwa 64,3% adalah sisanya, bisa diteliti dari variabel lain..

Dari tabel 4.12 diketahui bahwa nilai Constant 30,465 sebesar dengan nilai intensitas *body image* (B/Koefisien Regresi) sebesar 0,304. Sehingga disusunlah persamaan regresinya yaitu Y

= $a + Bx$ sehingga $Y = 30,465 + 0,304X$ Dari persamaan tersebut maka dapat diterjemahkan sebagai berikut:

- a. Konstanta sebesar 30,465 mengandung arti bahwa nilai konstanta variabel perilaku positif sebesar 30,465.
- b. Nilai koefisien regresi 0,304X sebesar menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai pengaruh *body image* juga akan bertambah sebesar 0,304.

Pengambilan keputusan dalam uji regresi:

- a. Berdasarkan nilai signifikansi dari tabel Coefficients diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, maka terdapat pengaruh antara variabel X dan variabel Y sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *body image* (X1) berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri (Y).
- b. Berdasarkan nilai t diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar 19,965, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *body image* (X1) berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri (Y).

Dalam penelitian ini digunakan jenis analisis regresi, yaitu analisis regresi *linear* sederhana. Jenis analisis regresi *linear* sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh antara variabel X yaitu penggunaan media sosial youtube terhadap variabel Y perilaku positif siswa. Berikut merupakan hasil perhitungan dengan regresi menggunakan program SPSS v25.

c. Analisis Regresi *Linear* Sederhana

1) Pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kepada 184 siswa

H_0 : Tidak berpengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun

H_a : diterima terdapat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kls XI di SMAN 1 Geger Madiun.

Jika nilai signifikan uji $t > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Artinya tidak ada pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen. Jika nilai signifikansi uji $t < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen berikut ini adalah penjabaran dalam bentuk tabel hasil dari uji *regresi linear* sederhana pada variabel X dan Y.

Tabel 4.16
Uji Regresi *Linear* Sederhana X dan Y

t_{hitung}	signifikansi	t_{tabel}
19,965	0,000	1,97

Sumber: data diolah

Dari tabel 4.16 diketahui bahwa t_{hitung} (19,965) t_{tabel} (1,97) dan nilai signifikansinya 0,000 < 0,25. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak atau H_1 diterima, dengan kata lain

body image berpengaruh terhadap kepercayaan diri remaja putri di
SMAN 1 Geger Madiun



BAB V

PEMBAHASAN

A. Interpretasi

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS v25 didapatkan hasil regresi, yaitu pengaruh variabel X Terhadap variabel Y. adapun model persamaan regresi variabel X terhadap variabel Y yaitu:

$$Y = a + Bx$$

$$Y = 30,465 + 0,304x$$

Nilai koefisien regresi X sebesar 30,465 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai intensitas *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri juga akan bertambah sebesar 30,465. Berdasarkan hasil analisis ini juga diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar $19,965 > t_{tabel} 1,97$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel intensitas *body image* (X) berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri (Y). dari tabel 4.14 *model summary* menunjukkan nilai *r square* sebesar 0,357, nilai ini menunjukkan bahwa *body image* mempengaruhi kepercayaan diri remaja putri sebesar 35,7%.

Berdasarkan perhitungan analisis regresi linier sederhana tentang *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri diperoleh F_{hitung} sebesar $(19,965) > F_{tabel} (1,97)$ sehingga H_0 ditolak. Hal itu berarti ada pengaruh yang signifikan antara *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun. Besar koefisien determinasi (R^2) atau R square

adalah 35,7%, yang artinya *body image* (X) berpengaruh sebesar 35,7% terhadap kepercayaan diri (Y) remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun 64,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan sumbangan efektif *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri 35,7%, hasil uji regresi linier sederhana memperoleh nilai t_{hitung} sebesar $19,965 > t_{tabel}$ 1,97 sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *body image* (X) berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri (Y). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh *body image* yang signifikan terhadap kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun.

Hasil penelitian ini menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian Genny, Welly dan Andella⁷³ dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa penampilan adalah salah satu aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Permasalahan terkait penampilan khususnya bentuk tubuh tidak jarang mempengaruhi konsep diri khususnya bagi perempuan muda. Kebutuhan untuk meningkatkan kualitas penampilan didukung tuntutan untuk tampil sempurna bagi perempuan muda merupakan sarana eksistensi diri yang utama. Sehingga secara tidak langsung penelitian ini juga membuktikan bahwa *body image* dapat berpengaruh dalam kepercayaan diri seseorang.

⁷³ Genny Gustina Sari, Welly Wirman, dan Andella Dekrin, "Pengaruh *Body image* terhadap Konsep Diri Mahasiswi *Public Relations* di Kota Pekanbaru", *Jurnal of Strategic Communication*, Vol.12 No.1 (2021).

Body image memberikan pengaruh pada kepercayaan diri remaja juga dikuatkan dengan pendapat Dwi Putri⁷⁴ yang mengatakan bahwa salah satu tahap perkembangan remaja yakni mengenai kepercayaan diri. Memiliki kepercayaan diri sangatlah penting hal ini dikarenakan seorang remaja akan mampu untuk menilai diri sendiri dan melakukan suatu pekerjaan secara efektif di dalam kehidupannya.

Remaja sering kali menilai kritis tubuh mereka. Apakah tubuh mereka memiliki bentuk dan ukuran yang ideal hal ini telah dikuatkan oleh pendapat Ida Wati, Sarinah, dan Sri⁷⁵. Di sini juga dijelaskan bahwa hipotesis penelitian yaitu adanya hubungan positif antara *body image* dan kepercayaan diri pada siswi kelas X SMA dapat diterima.

Menurut Riskha Ramanda dkk, ada beberapa istilah untuk perkembangan fisik remaja, yaitu *The Onset of pubertal growth spurt* (masa kritis dari perkembangan biologis) dan *The maximum growth age*, yang berupa perubahan bentuk tubuh, ukuran, tinggi, dan berat badan, proporsi muka dan badan. Pertumbuhan fisik remaja laki-laki dan perempuan menunjukkan perbedaan yang mencolok. Remaja perempuan lebih cepat pertumbuhannya dibandingkan dengan remaja laki-laki, namun pada periode tertentu remaja laki-laki akan menyusul dengan kecepatan melebihi remaja perempuan sehingga pada akhirnya remaja

**IAIN
PONOROGO**

⁷⁴ Dwi Putri Robiatul Adawiyah, "Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang", *Jurnal Komunikasi*, Vol 14 No.2 (2020).

⁷⁵ Ida Wati, Sarinah, dan Sri, "Kepercayaan Diri Ditinjau Dari *Body image* Pada Siswi Kelas X SMA", *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, Vol.13 No.1 (2019).

laki-laki mempunyai tinggi, besar, dan berat badan melebihi anak perempuan⁷⁶.

Perubahan-perubahan tersebut melibatkan citra tubuh (*body image*). Citra tubuh satu aspek psikologis dari perubahan fisik saat pubertas adalah sesuatu yang pasti, remaja terobsesi dengan tubuhnya sendiri dan mengembangkan gambaran dari bentuk tubuh yang remaja sukai dan remaja sering mengalami kegusaran hati yang paling dalam karena perhatian yang besar pada diri terutama kalau ada penyimpangan, bagi remaja yang mengalami masa pertumbuhan yang cacat dapat menghambat kepribadiannya seperti rendah diri, dan tidak percaya diri.



⁷⁶Riskha Ramanda, Zarina Akbar, dan R. A. Murti, “Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body image* Bagi Perkembangan Remaja”, *jurnal edukasi*, vol.5 No.2 (2019).

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian deskriptif data serta analisis data dalam penelitian ini dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun. Adapun besar pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri adalah 35,7%.
2. Berdasarkan deskripsi statistik skala variabel *body image* diketahui berberapa nilai rata-rata data (*Mean*) sebesar 49,5054 nilai tengah data (*Median*) yang dimiliki adalah 49,0000 dan nilai yang sering muncul (*Mode*) sebesar 48,00. Sedangkan statistik skala variabel kepercayaan diri dapat diketahui bahwa nilai rata-rata data (*Mean*) sebesar 45,5326, nilai tengah data (*Median*) yang dimiliki adalah 44,5000, dan nilai yang sering muncul (*mode*) sebesar 44,00. Hal ini menunjukkan bahwa *body image* menurunkan rasa kurangnya percaya diri pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun.

B. Saran

Dari hasil analisis data pembahasan mengenai pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun, maka penulis memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi sekolah, sebagai masukan agar memberikan bimbingan serta pengawasan lebih kepada para siswi terkait *body image* (body shaming) agar siswi dapat lebih merasa percaya diri untuk mengkondisikan *body imagenya*
2. Bagi siswi, sebagai masukan agar menumbuhkan rasa percaya dirinya lagi dengan cara banyak berlatih *public speaking* di depan cermin. Selain itu kita juga harus tetap menerima diri apa adanya dan terus memperbaiki diri dengan cara rajin melakukan perawatan dan olahraga yang rutin, dan berusaha untuk menjadi pribadi yang rapi.
3. Bagi guru, sebagai saran dan masukan agar dapat meningkatkan pengontrolan kepada siswi terkait pengaruhnya *body image* yang bersangkutan dengan kepercayaan diri, agar para siswi bisa lebih percaya diri lagi dan tidak minder ketika melakukan suatu hal.



DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, Dwi Putri Robiatul. “Pengaruh Penggunaan Tiktok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang”. *Jurnal Komunikasi*, Vol. 14, No. 2, Tahun 2020. <https://Journal.trunojoyo.ac.id>
- Amalia, Lia. “Citra Tubuh(*Body image*) remaja putri”. *Jurnal Musawa*. Vol. 5, No. 4, Tahun 2007. <http://ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/MUSAWA/article/view/54.441-464/1361>
- Amalia, Syarifah. “Hubungann Antara *Body image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body Shaming”. *Skripsi*, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2020.
- Badan Pusat Statistik, Kementrian Dalam Negeri. “Berita Resmi Statistik Hasil Sensus Penduduk 2020,” BPS/Go.Id. 2020.
- Dewi, Amanda Unzhilla & Ifdill. “Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri”. *Jurnal EDUCATION*, Vol.02, No.02. Tahun 2016 <https://jurnal.iicet.org>
- Dzikran, Ahmad. *Jadilah Diri Sendiri*. Tangerang Selatan: Gemilang, 2018
- Denich, Amanda Unziila, dan Ifdil. “Konsep *Body image* Remaja Putri”. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol. 3. No. 2. Tahun 2015. <http://jurnal.konselingindonesia.com>
- Emzir, *Metodolodi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Press, 2012.
- Fitri, Emria, Nilma Zola, Ifdil Ifdil, “ Profil Kepercayaan Diri Remaja Serta Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi”, *Jurnal Peneliti Pendidikan Indonesia*, Vol.4 No.1, Tahun 2018. <https://jurnal.iicet.org>
- Hidayati, Sifatuh Rif'ah Nur. “Hubungan Antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Univversitas Negeri Surabaya”. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 08. NO. 03. Tahun 2021. <file:///C:/Users/HP/Downloads/41142-Article%20Text-63476-1-10-20210705-1.pdf>
- Ifdil, Ifdil, Amandha Unzilla Denich, Asmidir Ilyas. “Hubungan *Body image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Vol. 2. No. 3. Tahun 2017. <http://dx.doi.org/10.17977/um001v2i32017p107>

- Mappiare. *Psikologi Remaja*, Surabaya: Usaha Nasional, 1982.
- Marlina, Yesi. Ernalia, Yanti. “Hubungan Persepsi *Body image* Dengan Status Gizi Remaja Pada Siswa SMP di Pekanbaru”. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. Vol. 6, No. 2. Tahun 2020. <http://jurnal.htp.ac.id>
- Natanael, Sufren, younathan. *Mahir Menggunakan SPSS Secara Otodidak*. Jakarta: Elix Media Komputindo, 2013.
- Nisa, Hayatul. “Hubungan *Body image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa UIN AR-RANIRY Banda Aceh”. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri AR-RANIRY Banda Aceh, 2021.
- Pratiwi, Leoni Risky. “Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Modelling Di Andika Production”. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, 2021.
- Ramadani, Riskha. Zarina Akbar, R.A. Murti Kusuma Wirasti, “Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body image* Bagi Perkembangan Remaja”. *Jurnal Edukasi, Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol.5, No.2, Tahun 2019. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id>
- Rombe, Sufrihana. “Hubungan *Body image* dan Kepercayaan Diri Dengan Prilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda”. *Jurnal Psikoborneo*. Vol.1 No.4. Tahun 2013. <http://e-journals.unmul.ac.id>
- Santoso, Singgih. *Panduan Lengkap SPSS Versi 23*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo, 2016.
- Sari, Genny Gustina. Welly Wirman, dan Andella Dekrin. “Pengaruh *Body image* Terhadap Konsip Diri Mahasiswi Public Relations di Kota Pekanbaru Baru”. *Jurnal Of Strategic Communication*. Vol.12 No.1, Tahun 2021. <https://journal.univpancasila.ac.id>
- Sarwoono, Jonathan. *Model-model Linear dan Npn-Linear dalam IBM SPSS 21*. Jakarta: PT. Elix Media Komputindo, 2013.
- Setiaman, Sobur. Analisis Korelasi Dan Regresi Linear Sederhana Dengan SPSS Versi 24. 1st ed. Vol. 5. PPNI Qatar, 2019.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2016.
- _____, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Wahyono, Teguh. *Analisis Statistik Mudah Dengan SPSS 20*. Jakarta: Pt. Alex Media Komputindo, 2012.

- Wardani, Rachajeng Marsya. “Hubungan *Body image* Terhadap Penerimaan Diri Pada Remaja”. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2013.
- Wati, Ida. Sarinah , Sri H. “Kepercayaan Diri Ditinjau Dari *Body image* Pada Siswi Kelas X SMA”. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*. Vol.13 No.1, Tahun 2019. <https://journal.binadarma.ac.id>
- Aristantya, Era Kurnia. Helmi, Avin Fadilla Helmi. “Citra Tubuh Pada Remaja Pengguna Instagram”. *Jurnal OF PSYCHOLOGY*. Vol. 5, No. 2. Tahun 2019. <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop>
- Alidia, Fauzana. “*Body image* Ditinjau Dari Gender”. *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*. Vol. 14, No. 2. Tahun 2018. <file:///C:/Users/HP/Downloads/291-Article%20Text-977-2-10-20181220.pdf>
- Marwoko, Gatot. “Psikologi Perkembangan Masa Remaja” *Jurnal Tarbiyah Dan Syari’ah Islamiyah*. Vol. 26, No. 1. Tahun 2019. <https://doi.org/10.29138/tasyri.v26il.69>





LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

INSTRUMEN PENELITIAN

ANGKET PENELITIAN

C. Identitas responden

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

D. Pengantar

Item pernyataan ini digunakan untuk memperoleh data-data mengenai “Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Kelas XI Di SMAN 1 Geger Madiun” jawaban yang anda berikan secara benar dan jujur sangatlah membantu keberhasilan dan kesuksesan penelitian ini dan jawaban-jawaban dari angket ini hanya akan dipublikasikan secara ilmiah.

Petunjuk pengisian angket:

1. Isilah data diri anda secara lengkap sebelum mengisi angket ini
2. Jawablah pernyataan di bawah ini dengan benar dan sungguh-sungguh.
3. Berilah tanda checklist (✓) pada salah satu jawaban yang anda anggap mewakili diri anda.
4. Alternative jawaban:

a. Sangat setuju	: SS
b. Setuju	: S
c. Tidak setuju	: TS
d. Sangat tidak setuju	: STS

KUISIONER PENELITIAN

1. Kuisisioner *Body image*

No	Pertanyaan Mengenai <i>Body image</i>	Tingkat Persetujuan			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa resah jika orang lain mengomentari kondisi berat badan saya				
2.	Penampilan saya selalu mengikuti trend yang ada				
3.	Saya suka membanding-bandingkan tubuh saya dengan orang lain				
4.	Saya rela melakukan diet ekstrim agar tidak gemuk				
5.	Saya merasa wajah saya kurang berparas cantik				
6.	Saya selalu mencoba hal-hal baru yang dapat membuat penampilan saya menarik				
7.	Saya mengeluhkan penampilan saya saat ini				
8.	Saya merasa puas dengan bentuk tubuh yang saya miliki				
9.	Saya merasa bentuk tubuh yang saya miliki kurang memuaskan				
10.	Terkadang saya merasa tidak cocok dengan pakaian yang saya pakai				
11.	Saya minder dengan keadaan fisik yang saya miliki				
12.	Secara keseluruhan penampilan saya menarik				
13.	Saya merasa puas dengan kondisi wajah yang saya miliki				
14.	Saya minder dengan kelebihan berat badan saya				
15.	Bagi saya tidak perlu merubah penampilan seperti orang lain				
16.	Penampilan saya kurang trendy				
17.	Saya suka dengan ukuran berat badan saya saat ini				
18.	Saya suka menggunakan pakaian yang sesuai dengan ukuran saya				
19.	Saya mengeluhkan penampilan saya saat ini				
20.	Saya sering merasa cocok dengan pakain yang saya pakai				
21.	Saya ingin menambah berat badan saya				
22.	Saya ingin mengurangi berat badan saya, karena saya merasa tidak pede dengan berat				

	badan saya				
23	Berat badan yang saya miliki sesuai dengan keinginan saya				
24	Ketika saya melihat penampilan orang lain lebih baik dari saya, saya merasa insecure				
25	Saya harus percaya bentuk tubuh saya adalah yang terbaik				



2. Kuisisioner Kepercayaan Diri

NO	Pertanyaan mengenai kepercayaan diri	Tingkat Persetujuan			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak yakin dengan kelebihan yang saya miliki akan berhasil				
2.	Saya yakin setiap orang atau individu pasti memiliki sudut pandang sendiri-sendiri				
3.	Saya akan merasa takut ketika berhadapan dengan orang lain				
4.	Pilihan saya akan berubah ketika melihat orang lain				
5.	Saya kurang merasa percaya diri ketika orang lain menilai kondisi fisik saya				
6.	Saya percaya dengan kemampuan diri saya mengenai kondisi fisik saya				
7.	Saya selalu melakukan olahraga untuk membantu membentuk tubuh saya menjadi ideal				
8.	Saya berusaha bersikap netral dan positif				
9.	Saya merasa kekurangan dan kelebihan mengenai kondisi fisik seseorang adalah hal yang wajar				
10.	Jika penampilan fisik saya buruk, saya akan berusaha untuk lebih memperbaikinya				
11.	Saya tidak pernah mendengarkan komentar orang lain mengenai fisik saya				
12.	Saya kurang percaya diri mengenai berat badan saya				
13.	Saya bisa menjadi diri saya sendiri ketika menghadapi sebuah penolakan				
14.	Saya cenderung tidak berani dalam mengambil sebuah resiko				
15.	Saya merasa usaha yang keras begitu sia-sia				
16.	Saya selalu bersungguh-sungguh dalam usaha saya untuk mempercantik wajah saya				
17.	Saya selalu bersungguh-sungguh dalam usaha saya untuk memperbaiki penampilan saya				
18.	Saya kurang percaya diri dengan kondisi fisik saya				
19.	Saya kurang percaya diri dengan penampilan yang saya miliki				
20.	Saya yakin setiap kritikan yang didapat bersifat mendidik				
21.	Saya yakin dengan kelebihan yang saya miliki akan berhasil				
22.	Saya kurang bisa menerima komentar orang lain mengenai diri saya				

23.	Terkadang saya kurang bisa bersikap netral dan positif				
24.	Saya suka mendengarkan pendapat orang lain mengenai diri saya				
25.	Saya kurang suka mendengarkan pendapat orang lain mengenai diri saya				



LAMPIRAN 2

UJI COBA VALIDITAS DAN REABILITAS INSTRUMEN

VARIABEL *BODY IMAGE*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	68	97,1
	Excluded ^a	2	2,9
	Total	70	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0,873	0,873	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
R01	50,1765	65,073	0,378	0,335	0,871
R02	49,9118	63,246	0,484	0,451	0,867
R03	49,1618	65,362	0,342	0,420	0,872
R04	49,6912	63,829	0,464	0,546	0,868
R05	49,7353	63,989	0,535	0,464	0,865
R06	49,6176	64,896	0,412	0,517	0,870
R07	49,8824	62,016	0,638	0,655	0,861
R08	50,1029	65,347	0,396	0,492	0,870
R09	49,6471	62,769	0,663	0,685	0,861
R10	49,7500	65,802	0,401	0,524	0,870
R11	49,5588	66,041	0,364	0,483	0,871
R12	49,5294	60,104	0,753	0,839	0,857
R13	49,2794	63,786	0,525	0,584	0,866

R14	49,7353	66,556	0,331	0,482	0,872
R15	49,7059	63,524	0,563	0,631	0,864
R16	49,3382	67,332	0,288	0,333	0,873
R17	49,7353	61,272	0,528	0,779	0,866
R18	49,9118	64,828	0,497	0,544	0,867
R19	50,1618	62,526	0,502	0,475	0,866
R20	49,2353	65,705	0,381	0,413	0,870

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
52,3088	70,664	8,40621	20



VARIABEL KEPERCAYAAN DIRI

Reliability

Case Processing Summary

Cases	N		%
	Valid	Excluded ^a	
	70	0	100,0
	70	0	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
0,755	0,754	16

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
R01	39,4857	26,688	0,644	0,587	0,721
R02	40,0714	25,430	0,553	0,597	0,721
R03	39,4000	28,070	0,300	0,506	0,748
R04	38,9714	29,246	0,247	0,480	0,751
R05	39,1143	30,682	-0,007	0,325	0,773
R06	39,5571	28,830	0,232	0,462	0,753
R07	39,7286	26,693	0,398	0,408	0,738
R08	39,2143	29,707	0,159	0,444	0,757
R09	39,6429	26,755	0,429	0,629	0,735
R10	39,7286	26,172	0,495	0,517	0,728
R11	40,1714	28,721	0,206	0,397	0,757
R12	39,7286	27,186	0,466	0,540	0,733
R13	39,8429	26,221	0,536	0,579	0,725
R14	39,9571	28,853	0,229	0,365	0,753
R15	39,4857	28,833	0,255	0,476	0,751

R16	39,7571	27,520	0,452	0,613	0,735
-----	---------	--------	-------	-------	-------

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
42,2571	31,179	5,58384	16

STATISTIK DESKRIPTIF

Statistics

		<i>BODY IMAGE</i>	KEPERCAYAAN DIRI
N	Valid	184	184
	Missing	0	0
Mean		49,5054	45,5326
Median		49,0000	44,5000
Mode		48,00	44,00
Std. Deviation		9,71000	4,94329
Range		49,00	24,00
Minimum		27,00	35,00
Maximum		76,00	59,00

Frequency Table

BODY IMAGE

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	27.00	1	0,5	0,5	0,5
	28.00	1	0,5	0,5	1,1
	29.00	1	0,5	0,5	1,6
	30.00	1	0,5	0,5	2,2
	31.00	3	1,6	1,6	3,8
	32.00	1	0,5	0,5	4,3
	33.00	1	0,5	0,5	4,8
	35.00	3	1,6	1,6	6,4
	36.00	4	2,2	2,2	8,6
	37.00	4	2,2	2,2	10,8
	38.00	4	2,2	2,2	13,0

39.00	4	2,2	2,2	16,8
40.00	1	0,5	0,5	17,4
41.00	4	2,2	2,2	19,6
42.00	5	2,7	2,7	22,3
43.00	5	2,7	2,7	25,0
44.00	7	3,8	3,8	28,8
45.00	7	3,8	3,8	32,6
46.00	7	3,8	3,8	36,4
47.00	9	4,9	4,9	41,3
48.00	12	6,5	6,5	47,8
49.00	6	3,3	3,3	51,1
50.00	5	2,7	2,7	53,8
51.00	10	5,4	5,4	59,2
52.00	9	4,9	4,9	64,1
53.00	4	2,2	2,2	66,3
54.00	3	1,6	1,6	67,9
55.00	8	4,3	4,3	72,3
56.00	5	2,7	2,7	75,0
57.00	7	3,8	3,8	78,8
58.00	8	4,3	4,3	83,2
59.00	5	2,7	2,7	85,9
60.00	3	1,6	1,6	87,5
61.00	4	2,2	2,2	89,7
62.00	2	1,1	1,1	90,8
63.00	4	2,2	2,2	92,9
64.00	4	2,2	2,2	95,1
66.00	2	1,1	1,1	96,2
68.00	3	1,6	1,6	97,8
69.00	1	0,5	0,5	98,4
74.00	1	0,5	0,5	98,9
75.00	1	0,5	0,5	99,5
76.00	0	0,0	0,0	100,0
Total	184	100,0	100,0	

KEPERCAYAAN DIRI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	35.00	1	0,5	0,5	0,5
	36.00	2	1,1	1,1	1,6
	37.00	1	0,5	0,5	2,2
	38.00	3	1,6	1,6	3,8
	39.00	2	1,1	1,1	4,9
	40.00	13	7,1	7,1	12,0
	41.00	18	9,8	9,8	21,7
	42.00	17	9,2	9,2	31,0
	43.00	15	8,2	8,2	39,1
	44.00	20	10,9	10,9	50,0
	45.00	10	5,4	5,4	55,4
	46.00	16	8,7	8,7	64,1
	47.00	14	7,6	7,6	71,7
	48.00	11	6,0	6,0	77,7
	49.00	4	2,2	2,2	79,9
	50.00	5	2,7	2,7	82,6
	51.00	5	2,7	2,7	85,3
	52.00	4	2,2	2,2	87,5
	53.00	10	5,4	5,4	92,9
	54.00	2	1,1	1,1	94,0
	55.00	4	2,2	2,2	96,2
	56.00	2	1,1	1,1	97,3
	58.00	1	0,5	0,5	97,8
	59.00	4	2,2	2,2	100,0
Total		184	100,0	100,0	

IAIN
PONOROGO

LAMPIRAN 3
FREKUENSI NILAI

Statistics

		NILAI_X	NILAI_Y
N	Valid	184	184
	Missing	0	0

Frequency Table

NILAI_X

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	27-38	27	14,7	14,7	14,7
	39-59	131	71,2	71,2	85,9
	60-76	26	14,1	14,1	100,0
	Total	184	100,0	100,0	

NILAI_Y

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	35-39	9	4,9	4,9	4,9
	40-50	143	77,7	77,7	82,6
	51-59	32	17,4	17,4	100,0
	Total	184	100,0	100,0	

IAIN
PONOROGO

LAMPIRAN 4

UJI ASUMSI

UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		184
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	3,96256738
Most Extreme Differences	Absolute	0,059
	Positive	0,059
	Negative	-0,044
Test Statistic		0,059
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

UJI LINIERITAS

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KEPERCAYAAN DIRI * BODY IMAGE	184	100,0%	0	0,0%	184	100,0%

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KEPERCAYAAN DIRI * BODY IMAGE	Between Groups	2360,396	42	56,200	3,753	0,000
	Linearity	1598,349	1	1598,349	106,738	0,000
	Deviasi	762,047	41	18,587	1,241	0,179

	on fro m Lin eari ty			
Within Groups	2111,408	141	14,975	
Total	4471,804	183		

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
KEPERCAYAAN DIRI * <i>BODY</i> <i>IMAGE</i>	0,598	0,357	0,727	0,528



LAMPIRAN 5
ANALISI DATA

UJI REGRESI LINER

Regression

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	<i>BODY IMAGE</i> ^b		Enter

a. Dependent Variable: KEPERCAYAAN DIRI

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.598 ^a	0,357	0,354	3,97344

a. Predictors: (Constant), *BODY IMAGE*

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1598,349	1	1598,349	101,237	.000 ^b
	Residual	2873,455	182	15,788		
	Total	4471,804	183			

a. Dependent Variable: KEPERCAYAAN DIRI

b. Predictors: (Constant), *BODY IMAGE*

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Beta		
1	(Constant)	30,463		19,965	0,000
	<i>BODY IMAGE</i>	0,304	0,030	0,598	10,062

a. Dependent Variable: KEPERCAYAAN DIRI