

# **Pengaruh *Body Image* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Modelling Di Andika Production**

## **SKRIPSI**

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

**Leoni Risky Pratiwi**

**16.860.0269**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**2021**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 21/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)21/12/21

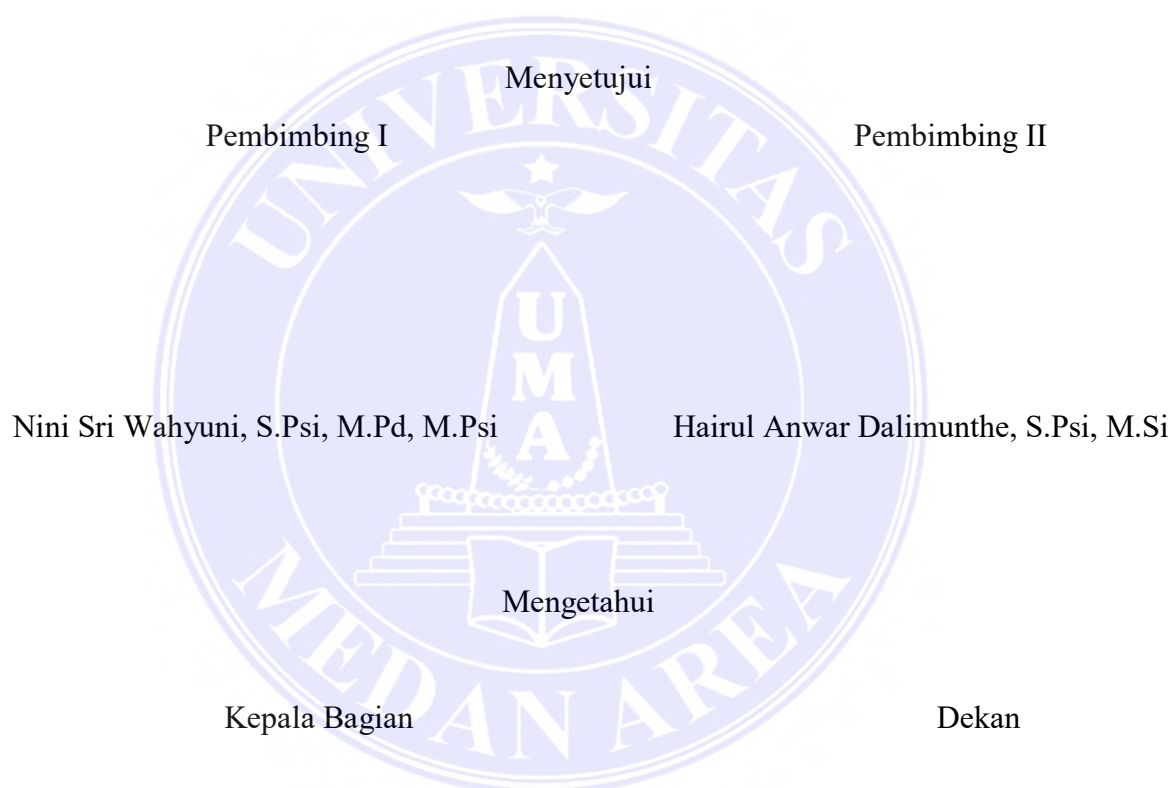
## HALAMAN PERSETUJUAN

JUDUL SKRIPSI : PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP  
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA  
MODELLING DI ANDIKA PRODUCTION

NAMA MAHASISWA : LEONI RISKY PRATIWI

NO.STAMBUK : 16.860.0269

PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI



Dinda Permata Sari Harahap, M.Psi, Psikolog

Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS  
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK  
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH  
GELAR SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada tanggal:

18 Januari 2021

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

Dekan

(Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi)

Dewan Penguji

1. Laili Alfita, S.Psi, MM. M.Psi. Psikolog
2. Andy Chandra, S.Psi, M.Psi
3. Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Pd, M.Psi
4. Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si

Tanda-tangan

---

---

---

---

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 18 Januari 2021

Leoni Risky Pratiwi

16.860.0269

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Leoni Risky Pratiwi  
NPM : 16.860.0269  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul: **PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA MODELLING DI ANDIKA PRODUCTION** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

## MOTTO

*“Waktu bagaikan pedang. Jika kamu tidak memanfaatkannya dengan baik, maka ia akan memanfaatkanmu.”*

(HR. Muslim)





## ABSTRAK

### Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Modelling

Di Andika Production

Leoni Risky Pratiwi

16.860.0269

Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri para remaja modelling yang berada di Andika Production. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan responden merupakan remaja modelling yang bergabung di Andika Production dimana jumlah remaja yang dijadikan subjek penelitian berjumlah 40 orang. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala *body image* dan skala kepercayaan diri. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik regresi linear sederhana, dimana berdasarkan analisis diperoleh dari hasil-hasil sebagai berikut, terdapat hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,748$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ . Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini, dinyatakan diterima. Artinya hipotesis yang diajukan ada hubungan positif antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada remaja modelling di Andika Production. Koefisien determinasi ( $r^2$ ) = 0,559 menunjukkan bahwa Kepercayaan Diri dibentuk oleh *Body Image* sebesar 55,9%. Selanjutnya dilihat dari perhitungan mean hipotetik = 112,5 dan mean empirik = 82,03 serta standart deviasi = 17,253 diketahui bahwa *body image* dalam kategori negatif. Sedangkan kepercayaan diri dari perhitungan mean hipotetik = 122,5 dan mean empirik = 80,43 serta standart deviasi = 17,285 diketahui bahwa kepercayaan diri dalam kategori rendah.

**Kata kunci:** *Body image*, Kepercayaan Diri, Model & Remaja

## **ABSTRACT**

### ***The Influence of Body Image on Adolescent Confidence Modeling in Andika***

#### ***Production***

**Leoni Risky Pratiwi**

**16.860.0269**

Faculty of Psychology, Medan Area University

*This study aims to determine the effect of body image on the self-confidence of modeling adolescents in Andika Production. Researchers used quantitative research methods in which respondents were modeling adolescents who joined Andika Production where the number of adolescents who were the research subjects was 40 people. The measuring instrument in this study uses a body image scale and a self-confidence scale. The analytical method used in this study is a simple linear regression technique, where based on the analysis obtained from the following results, there is a positive relationship between body image and self-confidence. This result is evidenced by the correlation coefficient  $r_{xy} = 0.748$ ;  $p = 0.000 < 0.05$ . Based on these results, the hypothesis that has been proposed in this study is accepted. This means that the hypothesis proposed has a positive relationship between Body Image and Self-confidence in modeling adolescents at Andika Production. The coefficient of determination ( $r^2$ ) = 0.559 indicates that Self-Confidence is formed by Body Image of 55.9%. Furthermore, seen from the calculation of the hypothetical mean = 112.5 and the empirical mean = 82.03 and the standard deviation = 17.253, it is known that the body image is in the negative category. While the confidence from the calculation of the hypothetical mean = 122.5 and the empirical mean = 80.43 and the standard deviation = 17.285, it is known that self-confidence is in the low category.*

**Keywords: *Body image, Self-Confidence, Adolescence & Model***



## UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Modelling Di Andika Production”.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan penelitian ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan M.Eng.Msc. Selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Ibu Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Ibu Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Pd, M.Psi sebagai dosen pembimbing pertama yang telah memberikan banyak masukan kepada saya, yang meluangkan waktu, yang sangat berjasa dalam membantu saya, yang selalu meringankan dan melancarkan segala urusan saya selama proses pembuatan skripsi, yang telah banyak memberikan saya ilmu-ilmu yang Beliau miliki, dan selalu menyemangati saya untuk menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.
5. Bapak Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si selaku dosen pembimbing kedua yang selalu memberikan semangat kepada saya, yang selalu meringankan dan melancarkan segala urusan saya selama skripsi dan memberikan banyak masukan serta ilmu Beliau pada saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Ketua sidang ibu Laili Alfita, S.Psi, MM. M.Psi. Psikolog yang sudah meluangkan waktu untuk hadir dan memberi masukan dalam sidang meja hijau.
7. Kepada Sekretaris bapak Andy Chandra, S.Psi, M.Psi yang sudah meluangkan waktu untuk hadir dan memberi masukan kepada saya.
8. Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada segenap Dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu selama proses belajar sehingga

peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dan juga pegawai-pegawai yang telah membantu dalam mengurus keperluan penyelesaian skripsi.

9. Teristimewa untuk keluarga tercinta terutama Ibu saya yang sudah memberikan semangat, mendoakan saya serta membiayai kuliah saya.
10. Terima kasih kepada para pengurus di Andika Production yang sudah memberikan saya izin untuk melakukan penelitian dan senantiasa membantu saya dalam mendapatkan informasi.
11. Terima kasih kepada teman-teman saya Anisty, Ayu, Nia, Rahmi, Nabila, Wangi, Aina, Ungir, Wahyu, Febi yang sudah membantu saya selama kuliah dalam mengerjakan tugas, mencari informasi dan mendukung saya selalu dalam menyelesaikan skripsi.
12. Terima kasih kepada pacar tercinta drg. Mhd. Yanuardi Nisfu Rahimi yang selalu mendukung saya dalam segala aspek.
13. Terimakasih untuk semua pihak yang terlibat dalam proses panjang ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu dan terimakasih untuk semua pembaca. Semoga karya tulis ini bermanfaat.

Peneliti sangat menyadari bahwa masih sangat banyak kelemahan pada skripsi ini baik tata tulis maupun isi yang ada. Maka dari itu peneliti mengharapkan saran dan kritik untuk membantu saya menyempurnakan skripsi ini. Semoga kebaikan yang kalian berikan kepada peneliti akan mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT Aamiin. Demikian sebagai penutup saya selaku peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna untuk perkembangan ilmu Psikologi.

Medan, 18 Januari 2021

Leoni Risky Pratiwi

16.860.0269

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO.....	vi
ABSTRAK .....	vii
<i>ABSTRACT</i> .....	viii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
1. Manfaat Teoritis .....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Remaja.....	10
1. Pengertian Remaja.....	10
2. Pengertian Remaja Modelling.....	14
B. Kepercayaan Diri .....	17

1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	17
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri .....	19
3. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri .....	23
4. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri .....	25
5. Meningkatkan Kepercayaan Diri.....	29
C. Body Image .....	31
1. Pengertian <i>Body Image</i> .....	31
2. Faktok-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i> .....	32
3. Ciri-ciri <i>Body Image</i> .....	37
4. Aspek <i>Body Image</i> .....	39
D. Hubungan Antara Body Image Dan Kepercayaan Diri.....	41
E. Kerangka Konseptual.....	43
F. Hipotesis.....	44
BAB III.....	45
METODE PENELITIAN.....	45
A. Tipe Penelitian .....	45
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	46
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	46
D. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel Penelitian .....	47
1. Populasi Penelitian .....	47
2. Sampel Penelitian .....	48
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	48
E. Teknik Pengumpulan Data.....	48
F. Teknik Analisis Data.....	50
1. Uji Validitas.....	50
2. Uji Reabilitas .....	51
3. Uji Asumsi.....	51
BAB IV .....	53

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	53
A. Orientasi Kancah Penelitian .....	53
B. Persiapan Penelitian .....	54
1. Persiapan Administrasi .....	54
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	54
C. Pelaksanaan Penelitian .....	57
1. Pelaksanaan Uji Coba .....	57
2. Uji Coba Alat Ukur Penelitian .....	58
3. Pelaksanaan Penelitian .....	61
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	61
a. Uji Normalitas .....	62
b. Uji Linearitas .....	63
c. Uji Hipotesis Regresi .....	64
d. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik .....	65
E. Pembahasan .....	66
BAB V .....	70
KESIMPULAN DAN SARAN .....	70
A. Kesimpulan .....	70
B. Saran .....	71
DAFTAR PUSTAKA .....	73



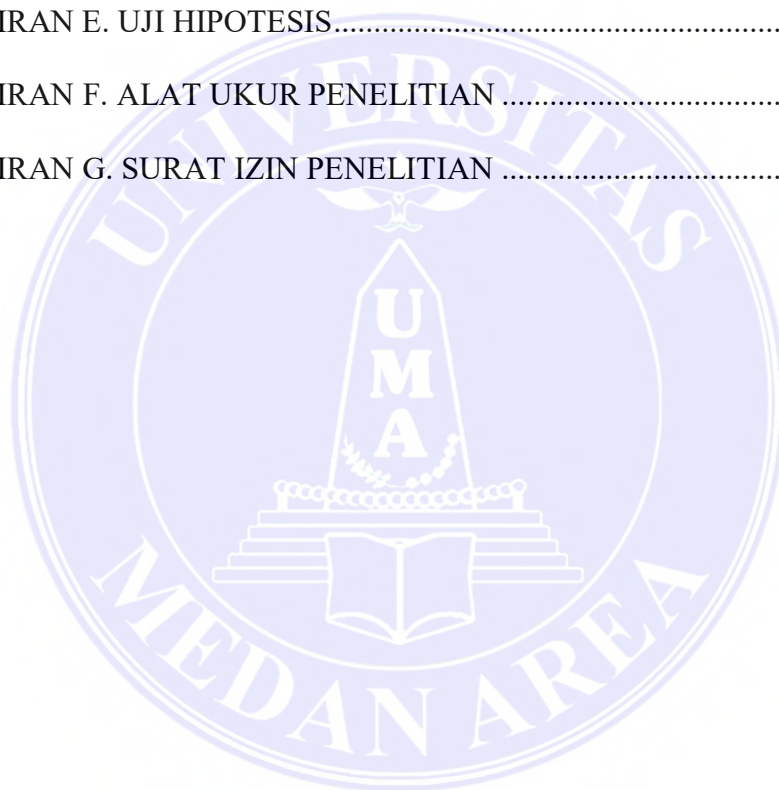
## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi Item Body Image Sebelum Uji Coba .....	55
Tabel 4.2 Distribusi Item Kepercayaan Diri Sebelum Uji Coba.....	57
Tabel 4.3 Distribusi Penyebaran Item Skala Body Image Setelah Uji Coba .....	59
Tabel 4 4 Distribusi Penyebaran Item Skala Kepercayaan Diri Setelah Uji Coba	60
Tabel 4.5 Hasil Uji Coba Realibilitas Skala .....	61
Tabel 4.6 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	62
Tabel 4.7 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas .....	63
Tabel 4.8 Hasil Analisis Uji Hipotesis Regresi.....	64
Tabel 4.9 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik.....	66



## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. SEBARAN DATA PENELITIAN.....	76
LAMPIRAN B. UJI VALIDITAS & RELIABILITAS.....	81
LAMPIRAN C. UJI NORMALITAS .....	86
LAMPIRAN D. UJI LINEARITAS.....	89
LAMPIRAN E. UJI HIPOTESIS.....	93
LAMPIRAN F. ALAT UKUR PENELITIAN .....	101
LAMPIRAN G. SURAT IZIN PENELITIAN .....	107



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan suatu masa perkembangan dan transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang didalamnya mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional (Santrock, 2011). Kehidupan masa remaja banyak terjadi perubahan, antara lain meningginya emosi, perubahan fisik, minat dan sikap. Salah satu perubahan yang paling menonjol adalah perubahan fisik. Perubahan-perubahan yang terjadi berakibat pada sikap dan perilaku remaja. Hurlock (dalam Denich, Ifdil & Ilyas, 2017) menjelaskan salah satu akibat perubahan ini adalah hilangnya kepercayaan diri. Anak remaja yang awalnya sangat yakin pada diri sendiri, menjadi kurang percaya diri dan takut pada kegagalan karena daya tahan fisik menurun dan karena kritik yang bertubi-tubi datang dari orang tua dan teman-temannya.

Menurut Lauster (dalam Ghufon & Risnawita, 2018) mendefinisikan bahwa kepercayaan diri diperoleh melalui pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, toleran dan bertanggung jawab. Lauster juga menambahkan jika kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik. Pertama untuk menjadi seorang model yang baik, tentunya harus memiliki rasa kepercaya diri yang baik pula.

Hal ini dikarenakan model adalah profesi yang banyak berhubungan dan berinteraksi dengan publik. Sebagai contoh, rasa kepercayaan diri perlu jika seorang model sedang *catwalk* untuk memperagakan busana dengan baik. Jika tidak memiliki kepercayaan diri yang baik, maka pakaian yang sedang diperagakan, gaya berjalan, ekspresi wajah dan tubuh tentunya juga tidak akan bagus dilihat oleh publik. Begitu pula dengan model foto, jika tidak memiliki kepercayaan diri yang baik maka tidak akan bisa mengekspresikan gaya yang baik untuk menjadikan sebuah maha karya yang baik pula.

Maka dari itu, Andika Production yang merupakan wadah kreasi anak muda Indonesia yang memiliki misi dan visi yaitu menjadikan anak yang memiliki kepribadian yang baik dari sikap, komunikasi, mental, kepemimpinan, pembentukan karakter, jiwa seni dan menjadikan anak yang professional di bidangnya. Sebagai wadah dimana para remaja yang berkeinginan untuk menjadi model dan berkecimbung di dunia *entertainment*, remaja disana dilatih untuk percaya diri dan meningkatkan *skill* sesuai bidang yang di tempuhnya. Hal ini dikarenakan, kepercayaan diri merupakan salah satu modal dasar bagi individu dalam menjalani kehidupan, baik dalam lingkungan sosial, lingkungan pekerjaan, lingkungan perkuliahan serta lingkungan sosialita. Kepercayaan diri memegang peranan penting dalam setiap gerak dan tingkah laku yang ditampilkan oleh individu masyarakat. Melalui adanya rasa kepercayaan diri yang tinggi, maka individu tidak akan ragu dalam menjalankan sebuah aktivitas kegiatan baik itu bekerja, berkomunikasi, berpenampilan, belajar dan hal lainnya.

Selain itu, bagi seorang model, kepercayaan diri merupakan syarat utama menjadi seorang model dan menjadi faktor utama dalam menjaga tingkat kepercayaan dirinya. Percaya diri dalam mengkespresikan diri adalah hal yang patut dan harus dimiliki oleh seorang model. Adapun ciri-ciri seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah menurut Basro (2018) adalah, menyimpan rasa takut atau kekhawatiran terhadap penolakan, sulit menerima realita diri (kekurangan yang ada dalam dirinya), pesimis, takut gagal, cenderung menolak pujian yang diucapkan dengan tulus, selalu menempatkan diri pada posisi terakhir atau terendah, serta mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib). Selain itu, Hakim dalam (Gunawan & Rusdiyanto, 2019) juga menjelaskan bahwa ciri-ciri seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah yaitu selalu tergesa-gesa dalam mengerjakan sesuatu, tidak percaya akan potensi dan kemampuan yang dimiliki, tidak dapat mengatasi permasalahan dalam berbagai situasi dan kondisi, kurang dapat menyesuaikan diri dan berinteraksi dengan baik, kurang memiliki pendidikan yang baik dan tidak mempunyai keahlian dan keterampilan yang dimiliki dalam diri.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada model di Andika Production, terlihat bahwa remaja disana cenderung menolak pujian yang diberikan orang lain seperti ketika ada yang memujinya ia akan cenderung tidak percaya dengan pujian tersebut dan merasa tidak pantas menerima pujian itu. Remaja disana juga kerap merasa tidak percaya akan potensi dan kemampuannya, hal ini dapat dilihat dari remaja yang selalu merasa tidak cocok menjadi model karena tidak memiliki skill yang sesuai dengan dunia modelling. Selain itu, remaja modelling terutama pada

remaja model yang baru saja bergabung disana saat melakukan *catwalk* cenderung menunduk dan terlihat terbata-bata saat melakukan latihan *public speaking*. Hal ini tentu kurang mendukung bagi remaja terutama untuk menjadi model dimana haruslah menunjukkan kepercayaan diri nya.

Hal ini didukung dengan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada SL, salah satu remaja modelling di Andika Production, menuturkan bahwa ia sangat takut dan khawatir melakukan kesalahan setiap berada disana serta penampilannya yang ia rasa tidak mendukung sejalan dengan ciri-ciri kepercayaan diri rendah.

*“Aku memang dari kecil pengen jadi model, tapi pas mau mulai mendalami dengan gabung di Agency buat belajar aku malah jadi insecure dan kurang percaya diri kak. Aku lihat teman-teman lain yang lebih baik dari aku dan kalau dibandingi dengan mereka, kayaknya aku ketinggalan jauh banget kak. Gak cuma dari skill sih kak, disana banyak yang badannya jauh lebih bagus dari aku, lebih tinggi dari aku, ah semua nya lah kak. Kalau tiap latihan aku langsung keringat dingin takut kalau ntar salah bicara atau pas catwalk gaya jalan aku salah. Walaupun kadang ada yang puji aku tapi aku gak percaya aja gitu sama yang orang bilang.”* (Wawancara personal, 3 Agustus 2020)

Rendahnya kepercayaan diri pada remaja disebabkan oleh beberapa faktor. Santrock (2003) menjelaskan salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Mayoritas anak muda lebih banyak memerhatikan penampilan mereka dibanding aspek lain dalam diri mereka, dan banyak di antara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin. Banyak dari permasalahan kepercayaan diri remaja diakibatkan karena penampilan fisiknya yang dirasa kurang menarik. 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 (Denich, Ifdil & Ilyas, 2015). Gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik inilah yang disebut *body image*.

*Body Image* yang baik merupakan dasar dalam kepercayaan diri, identitas diri dan pengakuan. Semakin baik penampilan *body image* seorang model, maka akan semakin baik pula rasa kepercayaan dirinya untuk berjalan diatas *catwalk*, difoto dan diakui oleh publik. Banyak sekali remaja model yang sudah memiliki bentuk tubuh yang ideal namun tidak merasa demikian, hal ini disebabkan karena citra tubuh yang dibentuk remaja model disana tidak sesuai dengan tipe ideal yang diinginkannya.

Secara umum, *body image* mempunyai pengertian sebagai “*A person perception, thought and feeling about her or his body*”, yang mempunyai arti sebagai persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang tentang bentuk tubuhnya. Menurut Candra & Abrori (2010), *body image* merupakan sikap individu seseorang terhadap dirinya secara sadar atau tidak, yang meliputi persepsi masa lalu maupun masa sekarang yang berkaitan dengan ukuran bentuk tubuh yang seiring waktu berkembang dan membentuk pengalaman-pengalaman baru.

Untuk seorang model, khususnya model remaja, *body image* merupakan hal yang sangat harus diperhatikan. Hal ini terjadi dikarenakan *body image* adalah salah satu nilai untuk menjadi seorang model. Model selalu di identikkan dengan paras yang bagus, bentuk tubuh yang indah, pintar dan tinggi. Maka bagi seorang model, *body image* harus dijaga dengan baik agar citranya sebagai model dan pekerjaannya tidak hilang. Selain itu, model sering diibaratkan sebagai *icon* kecantikan dan standar kecantikan untuk seorang wanita. Dengan membawa nama model, seoran



model juga dituntut menjaga *body image* nya agar persepsi kecantikan itu tidak berubah.

Peran media massa dalam mempublikasi model-model tersebut juga menjadi salah satu faktor seorang model harus menjaga *body image* nya dengan baik. Postingan yang baik dari seorang fotografer tentunya juga memberikan pengaruh yang baik pula terhadap *body image* seorang model. Bagi seorang remaja yang baru memulai karir menjadi seorang model, *body image* adalah hal yang perlu dijaga dan menjadi citra bagi diri seorang model. *Body image* menjadi modal dasar untuk menjadi seorang model.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada model di Andika Production, remaja disana mempersepsikan dirinya dengan tidak baik. Meskipun mereka memiliki bentuk tubuh yang sesuai untuk menjadi model namun mereka masih merasa bahwa mereka jauh dari ideal nya seorang model. Ini ditunjukkan dari sikap tidak puas dengan bentuk tubuhnya sehingga melakukan diet yang berlebihan. Hal ini didukung dengan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada KA, salah satu remaja modelling di Andika Production.

*“Aku merasa badan aku masih kurang bagus kak. Kadang kalau cermin kok keknya badanku gendutan ya atau kadang aku ngerasa gak puas aja gitu. Iya aku suka coba segala macam diet lah, yang kadang cuma makan sekali sehari tapi ya gitu aku masih kurang puas. Kadang aku juga ngerasa kulitku gelap, aku pengennya kulit cerah putih biar kayak model-model luar negri gitu kak. Ya pokoknya aku kalau ada yang bilang cantik kok atau apalah masih minder. Aku masih jauh dari kata cantik.”* (Wawancara personal, 3 Agustus 2020)

Berdasarkan paparan diatas dan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “pengaruh *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja modelling di Andika Production”.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, terdapat beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting di masa remaja. Perubahan sikap dan perilaku pada remaja salah satunya diakibatkan oleh hilangnya kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuan diri seseorang. Rendahnya kepercayaan diri remaja disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah penampilan fisik. Banyak dari permasalahan kepercayaan diri remaja diakibatkan karena penampilan fisiknya yang dirasa kurang menarik. Dari penampilan fisik ini lah remaja mulai memberikan gambaran dan persepsi dengan bentuk fisik yang dimiliki yang biasa disebut *body image*.

Dari beberapa indikasi yang dipaparkan, peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada remaja modelling di Andika Production.

## C. Batasan Masalah

Adapun yang menjadi batasan masalah dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut: Peneliti hanya meneliti bentuk kepercayaan diri modelling di Andika Production terhadap bentuk tubuh (*body image*) yang mereka miliki. Adapun kriteria model remaja yang akan diteliti adalah remaja yang berjumlah 40 orang responden penelitian.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat diketahui rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada pengaruh *Body Image* terhadap kepercayaan diri remaja modelling Andika Production?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Body Image* terhadap kepercayaan diri remaja modelling Andika Production.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan kegunaan sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pada Ilmu Psikologi pada umumnya, khususnya pada psikologi perkembangan yang berkaitan dengan *Body Image* dengan pengaruh rasa kepercayaan diri model remaja Andika Production. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembahasan teoritis lebih lanjut.

##### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada para model Andika Production sehingga dapat memahami kepercayaan diri dan *Body Image*. Perlu diperhatikan agar para model dapat memiliki tujuan yang positif dalam meningkatkan kepercayaan diri melalui *Body*

*Image*. Demikian pula bagi akademis, dapat menjadi salah satu referensi didalam melakukan penelitian mengenai *Body Image* dan kepercayaan diri. Sedangkan bagi peneliti, dapat mengerti dan paham mengenai *Body Image* dan kepercayaan diri, serta dapat mengaplikasikannya di lingkungan sehari-hari.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Remaja

##### 1. Pengertian Remaja

Masa remaja atau yang sering disebut dengan istilah *adolescence* merupakan frase yang sangat penting dalam perkembangan diri individu manusia, dimana masa ini adalah masa transisi dari mulai masa kanak-kanak menuju masa dewasa, (Hurlock, 2012). Menurut Santrock (2011), remaja merupakan suatu masa perkembangan dan transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang didalamnya mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional.

Remaja juga dapat diartikan sebagai sebuah periode yang panjang dimana setiap individu manusia pasti pernah mengalaminya sebagai sebuah proses siklus hidup serta masa remaja ini adalah merupakan tolak ukur individu manusia menuju kedewasaan diri. Seperti halnya pada semua frase penting dalam kehidupan, sela rentang remaja memiliki ciri-ciri dalam perubahan biologis, kognitif dan psikososialnya.



Menurut Jatmika (2010), remaja mempunyai ciri-ciri tersendiri, antara lain sebagai berikut :

1. Remaja mulai menyampaikan kebebasannya dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri. Tidak terhindarkan, ini dapat menciptakan ketegangan dan perselisihan, dan bisa menjauhkan remaja dari keluarganya.
2. Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman-temannya dari pada ketika mereka masih kanak-kanak. Ini berarti bahwa pengaruh orangtua semakin lemah. Anak remaja berperilaku dan mempunyai kesenangan yang berbeda bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan keluarga. Contoh-contoh yang umum adalah dalam hal mode pakaian, potongan rambut, kesenangan musik yang kesemuanya harus mutakhir.
3. Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhannya maupun seksualitasnya. Perasaan seksual yang mulai muncul bisa menakutkan, membingungkan dan menjadi sumber perasaan salah dan frustrasi.
4. Remaja sering menjadi terlalu percaya diri (*over confidence*) dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasihat dan pengarahan orangtua.

Salah satu periode dalam rentang kehidupan ialah (fase) remaja. Masa ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang sehat. Untuk dapat melakukan sosialisasi



dengan baik, remaja harus menjalankan tugas-tugas perkembangan pada usianya dengan baik. Apabila tugas perkembangan sosial ini dapat dilakukan dengan baik, remaja tidak akan mengalami kesulitan dalam kehidupan sosialnya serta akan membawa kebahagiaan dan kesuksesan dalam menuntaskan tugas perkembangan untuk fase-fase berikutnya. Sebaliknya, manakala remaja gagal menjalankan tugas-tugas perkembangannya akan membawa akibat negatif dalam kehidupan sosial fase-fase berikutnya, menyebabkan ketidakbahagiaan pada remaja yang bersangkutan, menimbulkan penolakan masyarakat, dan kesulitan-kesulitan dalam menuntaskan tugas-tugas perkembangan berikutnya.

Berdasarkan pendapat para ahli yang telah dikemukakan dapatlah disimpulkan bahwa masa remaja berada pada batas peralihan kehidupan anak dan dewasa. Tubuhnya tampak sudah “dewasa”, akan tetapi bila diperlakukan seperti orang dewasa, remaja gagal menunjukkan kedewasaannya. Pengalamannya mengenai alam dewasa masih belum banyak karena ia sering terlihat pada remaja adanya kegelisahan, pertentangan, kebingungan, dan konflik pada diri sendiri. Bagaimana remaja memandang peristiwa yang dialami akan menentukan perilakunya dalam menghadapi peristiwa-peristiwa tersebut.

### **1.1. Tahapan Perkembangan Remaja**

Menurut Sarwono (2012) ada tiga tahap perkembangan remaja dalam proses penyesuaian diri menuju dewasa, antara lain:

a. Remaja awal (*Early Adolescence*)

Masa remaja awal berada pada rentang usia 10-13 tahun ditandai dengan adanya peningkatan yang cepat dari pertumbuhan dan pematangan fisik, sehingga intelektual dan emosional pada masa remaja awal ini sebagian besar pada penilaian kembali dan restrukturisasi dari jati diri. Pada tahap remaja awal ini penerimaan kelompok sebaya sangatlah penting (Aryani, 2010).

b. Remaja Madya (*Middle Adolescence*)

Masa remaja madya berada pada rentang usia 14-16 tahun ditandai dengan hampir lengkapnya pertumbuhan pubertas, dimana timbulnya keterampilan-keterampilan berpikir yang baru, adanya peningkatan terhadap persiapan datangnya masa dewasa, serta keinginan untuk memaksimalkan emosional dan psikologis dengan orang tua (Aryani, 2010).

c. Remaja akhir (*Late Adolescence*)

Masa remaja akhir berada pada rentang usia 16-19 tahun. Masa ini merupakan masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapain lima hal, yaitu:

- 1) Minat menunjukkan kematangan terhadap fungsi-fungsi intelek.
- 2) Ego lebih mengarah pada mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dalam mencari pengalaman baru.
- 3) Terbentuk identitas seksual yang permanen atau tidak akan berubah lagi.

- 4) Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- 5) Tumbuh pembatas yang memisahkan diri pribadinya (Private Self) dengan masyarakat umum (Sarwono, 2012).

## 2. Pengertian Remaja Modelling

Di masa remaja, remaja mulai menyalurkan hobi dan kegiatannya dengan mengikuti perkumpulan yang memiliki kegemaran yang sama dengan dirinya. Salah satunya, remaja yang senang di dunia *entertainment* seperti modelling. Secara umum menurut Adnin (2019), modelling berasal dari kata “model” yang mempunyai pengertian sebagai abstraksi atau representasi dari sebuah dunia nyata (*the real word*). Kata model umumnya adalah sebuah fenomena yang terjadi secara kompleks serta nyata dan banyak dipelajari oleh masyarakat. Ada dua tipe model yang dapat dijelaskan, antara lain sebagai berikut :

1. Model verbal (*logical*)

Yang dimaksud dengan model verbal adalah replika yang secara tepat berada didunia nyata, seperti seorang wanita cantik, tinggi, semampai, mempunyai bentuk badan yang bagus dan menjadi *fashion* untuk orang lain.

2. Model fisik (*ikonis*)

Yang dimaksud dengan model fisik adalah seseorang yang dijadikan objek foto oleh seorang fotografer, atau patung boneka yang mempunyai bentuk 3D dan menyerupai manusia.

Menjadi seorang model juga harus terlihat sempurna baik ketika menjadi model *catwalk* ataupun ketika menjadi model fotografer. Selain harus terlihat sempurna, seorang model juga harus memiliki bentuk tubuh yang proporsional serta *grooming* atau penampilan yang mewakili dirinya dan *brand* yang sedang dibawakan. Penampilan yang menarik seperti kulit yang mulus, wajah tidak berjerawat, gigi rapi, dan rambut indah bisa menjadi nilai tambah. Para model juga dituntut harus memiliki karakter, kecerdasan dan daya disiplin yang tinggi. Sebab disiplin yang tinggi merupakan modal penting yang perlu dimiliki model jika ingin bertahan lama (Viva, 2018).

Menurut Wolipop (2013), ada beberapa syarat untuk menjadi seorang model, antara lain sebagai berikut :

a. Berpenampilan menarik

Salah satu syarat utama untuk menjadi seorang model adalah berpenampilan menarik. Dalam hal ini, berpenampilan menarik berarti mempunyai pengertian sebagai memiliki wajah yang menarik dan tubuh yang proporsional. Untuk tinggi badan seorang wanita, maksimal 170 cm dan untuk pria 180 cm, dan harus lebih panjang kaki dibandingkan badan. Selain itu wajah yang menarik seperti kulit yang putih, wajah yang mulus tanpa jerawat, gigi yang teratur dan rapi, rambut yang bagus adalah nilai tambah yang sangat baik bagi seorang model.

b. Mempunyai karakter

Karakter juga penting dimiliki seorang model. Dengan karakter yang kuat, dia lebih mudah dikenali dan bisa bertahan lama. Karakter ini

dijelaskan dari berbagai sisi, seperti wajahnya, cara berjalan atau *body language*. Dan karakter dapat dibentuk dengan pembelajaran khusus.

c. Disiplin dan mau bekerja keras

Disiplin dan kerja keras adalah modal penting yang perlu dipunyai model jika ingin bertahan lama. Disiplin di sini bisa dalam berbagai hal mulai dari menjaga badan hingga urusan datang tepat waktu untuk gladi resik sebelum show. Sebagai contoh seorang model harus bekerja keras saat akan *show*. Kerja keras pertama dimulai dengan mengikuti proses audisi. Untuk tampil dalam *show desainer* atau *brand*, model bersaing dengan model lainnya.

d. Memiliki *attitude*

Ketika seorang model ingin menjadi sukses, maka harus memiliki *attitude* yang baik. Hal ini dikarenakan seorang model akan bekerjasama dengan banyak orang, mulai dari banyaknya *desainer*, kemudian para fotografer, *make up artist*, publik dan lainnya. Maka dari itu, *attitude* seorang model harus sangat baik karena erat kaitannya dengan dunia publik. *Attitude* yang baik akan memberikan kesan baik dan membawa dampak hubungan kerjasama yang lama dengan orang lain.

e. Pintar

Seorang model tidak hanya berdasar kepada bentuk tubuh dan proporsional dan wajah yang menarik saja. Seorang model juga harus pintar. Pintar dalam ini dapat dikatakan sebagai mempunyai pengetahuan yang baik. Sebagai contoh model yang bisa bahasa Inggris



tentunya akan mudah jika berinteraksi dengan *designer, make up artist* ataupun *fotografer* yang berasal dari luar negeri dan tentunya akan lebih memudahkan para model untuk kekancan internasional.

## **B. Kepercayaan Diri**

### **1. Pengertian Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri merupakan 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. Dengan adanya kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang *urgan* untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orang tua, secara individual maupaun kelompok (Ghufron & Risnawita, 2018).

Menurut Willis mengemukakan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Sedangkan menurut Anthony kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan (dalam Ghufron & Risnawita, 2018).



Menurut Kumara mengemukakan bahwa kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Hal ini senada dengan pendapat Aflatin dan Andayani yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang berisi keyakinan tentang kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimiliki individu. Kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya.

Pendapat lain dikemukakan oleh Lauster (dalam Kadi, 2016), yang mendefinisikan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap berdasarkan keyakinan atau kemampuan diri sendiri, sehingga dalam aktivitas kegiatannya tidak merasa terlalu cemas, bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan merasa dapat bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya, memiliki banyak prestasi serta dapat mengendalikan kelebihan dan kekurangannya dari diri sendiri. Terbentuknya kepercayaan diri dapat terjadi dalam proses belajar dan merespon rangsangan dari luar dalam dirinya melalui interaksi dengan lingkungan.

Sementara itu, menurut Erikson (dalam Santrock, 2012), mengemukakan bahwa kepercayaan diri adalah tahap psikososial. Tahap ini sudah muncul pada tahun pertama kehidupan. Kepercayaan diri dapat berkembang dengan baik apabila individu mendapat perhatian dan kasih sayang yang berkecukupan. Hasil psikologinya adalah rasa aman dan nyaman yang timbul dan dapat meningkatkan kepercayaan diri.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang didalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

## 2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Santrock (2011) rendahnya kepercayaan diri seorang remaja disebabkan oleh beberapa faktor. Antony (dalam Ghufron & Risnawita, 2018), juga mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yakni sebagai berikut :

### 1. Konsep diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

### 2. Harga diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap tingkat diri sendiri. Tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

### 3. Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri

seseorang. Pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

#### 4. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

#### 5. Penampilan fisik

Menurut Santrock (2011), mengemukakan bahwa salah satu faktor yang sangat mempengaruhi kepercayaan diri remaja adalah penampilan fisik. Perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang di inginkan. Mayoritas generasi muda lebih banyak memperhatikan penampilan mereka dibanding dengan aspek lain yang ada didalam diri, seperti kepintaran, keahlian/*Skill*, dan lain sebagainya.

Pendapat lain dari faktor kepercayaan diri dikemukakan oleh Vandini (2015), yang menjelaskan bahwa ada dua faktor utama yang menjadi faktor kepercayaan diri antara lain sebagai berikut:

##### a) Faktor Internal

1. Konsep diri, merupakan rasa kepercayaan diri yang pertama kali diawali dengan perkembangan konsep diri yang ditemukan dari lingkungan atau teman kelompok.

2. Harga diri, merupakan penilaian yang dilakukan oleh seorang individu terhadap dirinya sendiri.
  3. Kondisi fisik, merupakan adanya perubahan kondisi fisik yang dialami seseorang. Semakin baik fisik orang tersebut, maka kepercayaan diri juga akan meningkat begitu pula sebaliknya.
  4. Pengalaman hidup, merupakan kepercayaan diri yang diperoleh berdasarkan pengalaman hidup individu, seperti rasa kecewa yang muncul atau yang didapat dari orang lain dapat menimbulkan tingkat kepercayaan diri.
- b) Faktor Eksternal
- a. Pekerjaan, merupakan aktivitas kegiatan yang dapat mengembangkan kreativitas dan rasa kepercayaan diri. Kepercayaan diri dalam hal ini dapat mencapai kepuasan dan rasa bangga serta mampu mengembangkan potensi diri.
  - b. Lingkungan, merupakan hubungan yang baik antara individu dengan lingkungan keluarga dan masyarakat sekitar. Adanya dukungan yang baik dan dapat diterima di lingkungan keluarga akan memberikan rasa nyaman dan kepercayaan diri yang tinggi.

Sementara itu, menurut Indrajat dalam (Dinasanti, 2017) mengungkapkan faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri terbagi kedalam dua kategori utama, antara lain sebagai berikut :

1) Faktor internal, yang terdiri dari :

1. Harga diri dan perasaan dibutuhkan, merupakan perasaan bahagia yang muncul dari dalam individu ketika dibutuhkan oleh orang lain, adanya pemenuhan dari harga diri, penghargaan dan penyesuaian diri yang baik dan membantu dalam meningkatkan rasa kepercayaan diri individu.
2. Keberhasilan, merupakan faktor-faktor dalam bidang pendidikan, seni, olahraga dan lainnya yang dapat mempengaruhi individu dalam memandang dirinya sendiri. Semakin sering seorang individu berhasil dalam melakukan sebuah hal atau aktivitas kegiatan, maka tingkat kepercayaan dirinya juga akan semakin meningkat.
3. Kondisi fisik, merupakan keadaan yang tampak langsung terkait dengan individu. dari kondisi fisik, individu belajar menerima, menilai atau menolak gambaran tentang dirinya secara keseluruhan. Dalam hal ini, individu yang merasa puas akan kondisi fisik yang ada dalam dirinya tentunya memiliki tingkat kepercayaan yang lebih tinggi begitu pula dengan sebaliknya.
4. Pengalaman, merupakan hal-hal yang pernah dialami atau dirasakan individu sebelumnya yang dapat berpengaruh terhadap kehidupan selanjutnya dari individu ini. Pengalaman buruk akan membuat dan mempengaruhi perkembangan kehidupan dari individu in selanjutnya, begitu pula dengan kepercayaan dirinya.



## 2) Faktor eksternal, yang terdiri dari :

### a. Orang tua

Penilaian dan harapan orang tua adalah salah satu faktor kepercayaan diri individu manusia. Jika orang tua memandang seorang individu dengan persepsi yang negatif (tidak dapat memenuhi harapan dan keinginan orang tua) maka akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri individu tersebut, begitupun sebaliknya.

### b. Teman sebaya

Pengakuan dari teman-teman sebaya, teman kerja, atau teman yang berada dalam lingkungan yang sama akan menentukan gambaran pada diri individu tersebut. Apabila dalam lingkungan pertemanan individu merasa diterima, dihargai, dihormati maka tingkat kepercayaan diri individu tersebut akan semakin meningkat.

Berdasarkan beberapa pendapat dari para ahli, maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan kepercayaan diri adalah kondisi fisik yang baik, tingkat pendidikan yang baik, pengaruh dan peran serta orang tua, pengakuan dari lingkungan pertemanan yang baik, lingkungan pekerjaan dan pengalaman dari masa lalu.

## 3. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri

Ciri-ciri kepercayaan diri, terbagi kedalam dua bagian yang spesifik yakni kepercayaan diri tinggi dan kepercayaan diri rendah, adapun ciri-ciri secara lebih spesifik adalah sebagai berikut:

Menurut Busro (2018), ciri-ciri seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi antara lain dapat mengevaluasi dirinya secara objektif, dapat memberikan penghargaan dan kejujuran bagi dirinya sendiri, *positive thinking*, menggunakan *self-affirmation*, berani mengambil resiko, selalu belajar mensyukuri nikmat dari Tuhan serta mempunyai tujuan yang realistis. Sedangkan menurut Busro (2018), ciri-ciri seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah adalah: menyimpan rasa takut atau kekhawatiran terhadap penolakan, sulit menerima realita diri (kekurangan yang ada dalam dirinya), pesimis, takut gagal, cenderung menolak pujian yang diucapkan dengan tulus, selalu menempatkan diri pada posisi terakhir atau terendah, serta mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib).

Pendapat lain dikemukakan oleh Asrori (2020), yang menjelaskan bahwa ciri-ciri seseorang yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi adalah: melihat masalah sebagai tantangan, menikmati hidup, memiliki pikiran yang terbuka, selalu menghilangkan pikiran negatif, mensyukuri apa yang dimiliki, menggunakan bahasa yang positif, tidak suka membuat alasan namun suka mengambil tindakan, serta peduli pada citra diri. Sedangkan menurut Asrori (2020), ciri-ciri seseorang yang mempunyai kepercayaan diri rendah adalah: menekankan berbagai keharusan dalam dirinya sendiri (memaksakan kehendak), mempunyai cara berfikir yang dualisme, pesimis dan futuristik, tidak kritis dan selektif, sulit menerima pujian atau hal-hal positif dari orang lain, serta suka mengecilkan arti keberhasilan diri sendiri.

Sementara itu, menurut Hakim dalam Gunawan & Rusdiyanto (2019) ciri-ciri seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi adalah: selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, mampu menetralkan ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi dengan baik, memiliki kecerdasan formal yang baik, memiliki tingkat pendidikan yang baik, serta memiliki keahlian dan keterampilan. Sedangkan Hakim dalam Gunawan & Rusdiyanto (2019) juga menjelaskan bahwa ciri-ciri seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah adalah: selalu tergesa-gesa dalam mengerjakan sesuatu, tidak percaya akan potensi dan kemampuan yang dimiliki, tidak dapat mengatasi permasalahan dalam berbagai situasi dan kondisi, kurang dapat menyesuaikan diri dan berinteraksi dengan baik, kurang memiliki pendidikan yang baik dan tidak mempunyai keahlian dan keterampilan yang dimiliki dalam diri.

#### **4. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri**

Lauster (dalam Ghufon & Risnawita, 2018) berpendapat bahwa kepercayaan diri yang sangat berlebihan, bukanlah sifat yang positif. Pada umumnya akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri. Hal ini menjadi sebuah tingkah laku yang menyebabkan konflik dengan orang lain. Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat, (Ghufon & Risnawita, 2018).

Menurut Lauster (dalam Ghufron & Risnawita, 2018), dalam orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah sebagai berikut:

a. Keyakinan kemampuan diri

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

b. Optimis

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

c. Objektif

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

d. Bertanggung jawab

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

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 dalam (Unzilla & Ifdill, 2016), yang mengemukakan bahwa ada beberapa aspek dalam kepercayaan diri, antara lain sebagai berikut:

1. Rasa aman

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

2. Ambisi normal

Merupakan keinginan yang disesuaikan dengan kemampuan serta dapat menyelesaikan segala sesuatu dengan baik serta bertanggung jawab.

3. Yakin pada kemampuan diri

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

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.



Sementara itu, menurut Fatimah (2010), aspek dari kepercayaan diri antara lain sebagai berikut:

a. Mengevaluasi diri secara objektif

Merupakan dapat menilai diri sendiri secara objektif serta dapat mempelajari kendala yang selama ini menghalangi perkembangan diri, atau faktor-faktor eksternal lainnya.

b. Jujur terhadap diri sendiri

Merupakan dapat menghargai sekecil apapun keberhasilan dan potensi diri yang dimiliki.

c. Positif *thinking*

Merupakan dapat mengurangi asumsi atau persepsi negatif yang muncul dalam benak dan pikiran.

d. Menggunakan *self-affirmation*

Merupakan penegasan yang terjadi dalam diri sendiri. *Self affirmation* juga dapat berupa motivasi atau kata-kata yang dapat membangkitkan rasa percaya dalam diri.

e. Berani mengambil resiko

Merupakan rasa percaya diri yang berlebihan dan biasanya tidak bersumber dari potensi yang ada dalam diri sendiri, dan biasanya dilandaskan kepada tekanan-tekanan yang muncul baik dari orang tua, keluarga atau lingkungan sekitar yang menuntut individu untuk menjadi sukses atau berhasil.

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

## 5. Meningkatkan Kepercayaan Diri

Menurut Harter (dalam Santrock, 2003) ada empat cara untuk meningkatkan rasa percaya diri remaja yaitu:

1. Mengidentifikasi kelebihan dan kelemahan diri

Berdasarkan risetnya, Harter berpendapat bahwa yang harus diperhatikan ketika ingin meningkatkan rasa percaya diri remaja yaitu mengenai penyebab dari rendahnya rasa percaya diri. Kemudian diikuti dengan mengidentifikasi kelebihan dan kelemahan. Kelebihan remaja diapresiasi, sementara kelemahan dibantu untuk diatasi. Remaja memiliki tingkat rasa percaya diri yang paling tinggi ketika mereka berhasil pada aspek dalam diri yang penting. Maka dari itu, remaja harus didukung untuk mengidentifikasi dan menghargai kompetensi-kompetensi mereka.

2. Dukungan emosional dan penerimaan sosial

Dukungan emosional dan persetujuan sosial dari orang lain merupakan pengaruh yang penting bagi rasa percaya diri remaja (Harter dalam

Santrock, 2003). Sumber dukungan alternatif dapat diterima secara informal seperti dukungan dari guru, pelatih, atau orang dewasa lainnya yang berpengaruh terhadap dirinya, dan sumber dukungan secara formal melalui program-program. Dukungan orang dewasa dan teman sebaya menjadi faktor yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri remaja.

### 3. Prestasi

Prestasi merupakan salah satu faktor untuk dapat memperbaiki tingkat rasa percaya diri remaja (Bednar, Wells, & Peterson, 1989). Rasa percaya diri remaja meningkat lebih tinggi karena mereka tahu tugas-tugas penting untuk mencapai tujuan dan telah menyelesaikan tugas yang serupa. Penekanan dari pentingnya prestasi dalam meningkatkan rasa percaya diri remaja memiliki banyak kesamaan dengan konsep teori belajar sosial kognitif Bandura mengenai kualitas diri yang merupakan keyakinan individu bahwa dirinya dapat menguasai suatu situasi dan menghasilkan sesuatu yang positif.

### 4. Mengatasi masalah (coping)

Rasa percaya diri juga dapat meningkat ketika remaja menghadapi masalah dan berusaha untuk mengatasinya, bukan menghindarinya (Bednar, Wells, & Peterson; Lazarus dalam Santrock, 2003). Ketika remaja memilih mengatasi masalah dan bukan menghindari, remaja menjadi lebih mampu menghadapi masalah secara nyata, jujur, dan tidak menjauhinya. Perilaku ini menghasilkan suatu evaluasi diri yang menyenangkan yang dapat mendorong terjadinya persetujuan terhadap

diri sendiri yang bisa meningkatkan rasa percaya diri dan perilaku sebaliknya dapat menyebabkan rendahnya rasa percaya diri

### C. Body Image

#### 1. Pengertian *Body Image*

Secara umum, *body image* mempunyai pengertian sebagai “*A person perception, thought and feeling about her or his body*”, yang mempunyai arti sebagai persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang tentang bentuk tubuhnya. Menurut Candra & Abrori (2010), *body image* merupakan sikap individu seseorang terhadap dirinya secara sadar atau tidak, yang meliputi persepsi masa lalu maupun masa sekarang yang berkaitan dengan ukuran bentuk tubuh yang seiring waktu berkembang dan membentuk pengalaman-pengalaman baru.

Lebih dalam lagi, menurut Davison & Mc’cabe (dalam Repi 2018), *body image* merupakan persepsi dan sikap seseorang terhadap tubuhnya sendiri. Jika seseorang sudah merasa ada yang salah dengan tubuhnya maka persepsi tubuh tidak baik akan selalu melekat, begitupun sebaliknya. Jika seseorang sudah merasa yakin dengan baik keadaan tubuhnya, maka persepsi baik juga akan selalu melekat dalam dirinya.

Pendapat lain dikemukakan oleh Honigam & Castle (dalam Candra & Abrori, 2010), yang mengemukakan bahwa *body image* adalah gambaran mental seorang individu manusia tentang bentuk tubuh atau keadaan fisiknya. *Body image* juga dapat dikatakan sebagai bagaimana seorang individu manusia mempersepsikan dan memberikan penilaian terhadap apa yang dirasakan dan

apa yang difikirkan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya serta penilaian orang lain terhadap. Sedangkan Arthur (2010) menambahkan bahwa *Body Image* merupakan imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini.

Sementara itu menurut Gardner (dalam Mukhlis, 2013) mengemukakan bahwa *Body Image* merupakan gambaran atau persepsi yang dimiliki seseorang tentang keadaan fisik dirinya misalnya ukuran dan bentuk tubuhnya serta sikap dan karakteristik-karakteristik yang ada pada tubuhnya. Ada dua komponen dalam *body Image*, antara lain komponen perseptual, adalah bagaimana seseorang dalam memandang keadaan tubuhnya dan komponen sikap, adalah bagaimana seseorang dalam merasakan tampilan atau tubuh yang dipersepsikannya.

Berdasarkan pendapat beberapa para ahli diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa *Body Image* mempunyai pengertian sebagai gambaran atau persepsi seseorang/individu terhadap dirinya sendiri (apakah termasuk tubuh yang ideal) dan apa yang seseorang atau individu tersebut inginkan dan lakukan terhadap dirinya sendiri sebagai bentuk penyesuaian persepsi-persepsi orang lain tentang bentuk tubuh.

## 2. Faktok-Faktor Yang Mempengaruhi *Body Image*

Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang, baik itu dari pandangannya sendiri maupun dari faktor lain. Menurut Cash (dalam Denich,



Ifdil & Ilyas, 2015), ada beberapa faktor yang mempengaruhi *body image*, antara lain sebagai berikut :

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan 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 terhadap bentuk tubuhnya dan menjadikan sebagai stigma negatif. Cash (dalam Denich, Ifdil & Ilyas, 2015) 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 oleh aspek-aspek tersebut.

b. Media massa

Menurut Cash (dalam Denich, Ifdil & Ilyas, 2015), menjelaskan bahwa media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran yang ideal mengenai *figure* perempuan dan pria yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang, sebagai contoh seorang model yang memperagakan pakaian/busana dan menggambarkan ideal bentuk tubuh. Isi tayangan dari media massa sering menggambarkan bahwa standar kecantikan seorang perempuan adalah memiliki bentuk tubuh yang kurus. Kebanyakan wanita percaya bahwa bentuk tubuh kurus adalah bentuk tubuh yang sehat. Media juga menggambarkan bentuk

tubuh ideal pria dilengkapi dengan tubuh *six pack* dengan otot-otot yang bagus.

c. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan dirinya dengan diri orang lain dan *feedback* yang diterima serta cenderung mempengaruhi konsep diri termasuk pada perasaan pada penampilan fisik. Cash (dalam Denich, Ifdil & Ilyas, 2015) menjelaskan bahwa *feedback* terhadap penampilan dan adanya kompetensi teman sebaya, keluarga, kerabat dan keluarga dalam hubungan interpersonal dapat mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan mengenai bentuk tubuh dan fisik individu.

Sejalan dengan itu, Thompson (dalam Denich, Ifdil & Ilyas, 2015) juga menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi *body image*, antara lain sebagai berikut :

1. Pengaruh berat badan/persepsi gemuk

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

2. Budaya

Merupakan adanya pengaruh lingkungan dan budaya yang dapat mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, bentuk tubuh dan penampilan fisik yang menarik.

### 3. Sosialisasi

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

### 4. Konsep diri

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

### 5. Peran gender

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

### 6. Pengaruh distorsi citra tubuh

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

Pendapat lain dikemukakan oleh Atikah (dalam Cahyaningrum, 2014) bahwasannya ada beberapa faktor yang mempengaruhi *Body Image*, antara lain sebagai berikut :

#### a. Usia

Usia adalah salah satu faktor yang sangat mempengaruhi *Body Image*. Usia dapat memberikan gambaran dan peran diri individu. terutama pada usia remaja, dimana *Body Image* dalam hal mengontrol berat badan adalah salah hal utama kebutuhan *Body Image*.

#### b. Pengetahuan

Pengetahuan adalah kemampuan untuk menerapkan informasi terkait dengan *Body Image* dalam kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini,

pengetahuan lebih kepada informasi dan ilmu yang didapat individu tentang bagaimana menjaga bentuk tubuh mulai dari pola makan, olahraga dan lain sebagainya.

c. Sosial ekonomi

Sosial ekonomi adalah tingkat sosial ekonomi keluarga juga menjadi salah satu pendukung dalam mempercantik *Body Image*. Dalam hal ini individu yang memiliki tingkat sosial ekonomi yang berkecukupan akan lebih mudah untuk membentuk dan mempercantik *Body Imagenya*, sedangkan individu dengan tingkat sosial ekonomi menengah dan kebawah akan sulit untuk mempercantik atau meningkatkan *Body Image* nya dikarenakan salah satu unsur utama dalam meningkatkan *Body Image* adalah tingkat finansial yang baik.

d. Media

Media adalah alat atau sarana yang bisa didapat dimana saja dan darimana saja mengenai gambaran ideal dari seorang *influencer* yang memiliki bentuk tubuh yang ideal. Dengan adanya peran serta media, individu dapat mengetahui bentuk ideal tubuh seperti apa.

e. Lingkungan

Lingkungan adalah tempat individu dituntut untuk bersosialisasi. Individu membutuhkan kebutuhan sosial dalam dirinya.

Berdasarkan beberapa pendapat dari para ahli, maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *Body Image* antara lain adalah hubungan interpersonal, usia dan jenis kelamin, budaya, pengetahuan, media massa, lingkungan dan sosial ekonomi.

### 3. Ciri-ciri *Body Image*

Menurut Tadabbur (2008) respon *body image* terdiri dari positif dan negatif:

#### 1. *Body image* positif

*Body image* positif adalah anggapan atau gambaran seseorang tentang dirinya sendiri yang bersifat positif. Dasar dari *body image* positif adalah penerimaan diri. Hal ini disebabkan orang yang memiliki *body image* positif berarti dapat mengenal dirinya dengan baik. Pada remaja yang memiliki *body image* positif dapat menerima segala informasi yang positif ataupun negatif tentang dirinya, juga dapat menerima atau memahami kenyataan yang bermacam-macam tentang dirinya sendiri.

Ciri-ciri *body image* positif adalah:

- a. Optimis mengarungi kehidupan
- b. Yakin dapat mengatasi berbagai masalah yang dihadapi
- c. Penuh harap dan yakin dapat meraih kehidupan yang lebih baik
- d. Segera bangkit dari kegagalan dan tidak larut dalam duka berkepanjangan
- e. Tidak ada hal yang tidak mungkin
- f. Penuh percaya diri



## 2. *Body image* negatif

Body image negatif adalah gambaran serta anggapan seseorang tentang dirinya sendiri yang bersifat negatif. Body image negatif tertanam didalam diri seseorang akibat pengaruh lingkungan, orang lain, atau pengalaman masa lalu yang membekas dalam dirinya. Mengubah body image yang telah tertanam dalam diri seseorang membutuhkan usaha yang gigih dan sungguh-sungguh.

Ciri-ciri *body image* negatif adalah:

- a. Merasa rendah diri, menganggap dirinya tidak berguna dan tidak berarti ditengah masyarakat
- b. Merasa keberadaannya tidak dibutuhkan oleh masyarakat dan lingkungan
- c. Merasa tidak pantas atau tidak berhak memiliki atau mendapatkan sesuatu
- d. Merasa dibenci dan tidak disukai oleh lingkungan dan orang sekitar
- e. Merasa tidak mampu dan selalu khawatir mendapatkan kegagalan dan cemoohan dari orang di sekelilingnya
- f. Merasa kurang pendidikan di banding orang lain
- g. Kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, tidak berani memulai sesuatu hal yang baru, selalu khawatir berbuat kesalahan dan ditertawakan orang.

#### 4. Aspek *Body Image*

Perkembangan *Body Image* tentu saja mempunyai aspek-aspek tertentu. Menurut Cash & Purzinsky (dalam Denich, Ifdil & Ilyas, 2015), mengemukakan ada beberapa aspek dalam *Body Image*, antara lain :

a. *Appearance Evaluation* (evaluasi penampilan)

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

b. *Appearance Orientation* (orientasi penampilan)

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

c. *Body Area Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh)

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

d. *Overweight Preccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

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

e. *Self-Classfield Weight* (Pengkategorian ukuran tubuh)

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

Pendapat lain dikemukakan oleh Thompson (dalam Utami, 2014) yang menjelaskan ada beberapa aspek dalam *Body Image*, antara lain sebagai berikut:

1. Persepsi terhadap bagian tubuh

Dalam hal ini individu memikirkan mengenai keadaan tubuhnya atau memberikan pendapat tersendiri mengenai bagian-bagian tubuhnya.

2. Penampilan secara keseluruhan

Merupakan persepsi individu dalam menyikapi keadaan tubuhnya yang berkaitan dengan rasa puas dan tidak puas akan hal-hal yang ada pada tubuhnya.

3. Perbandingan dengan orang lain

Merupakan bagaimana cara individu tersebut dalam membandingkan dirinya sendiri dengan orang lain. Dalam hal ini, individu lebih merasa tidak nyaman setelah membandingkan tubuhnya dengan orang lain tersebut.

4. Sosial budaya

Merupakan penilaian masyarakat terhadap apa yang baik dan apa yang tidak baik yang menjadi bagian dari tubuh kita sendiri.

Sementara itu, menurut Cash (dalam Nurvita & Handayani, 2015) mengemukakan bahwa ada beberapa aspek dalam *Body Image*, antara lain sebagai berikut :

- a. Evaluasi penampilan, merupakan penilaian individu secara keseluruhan pada bagian tubuhnya.
- b. Orientasi penampilan, merupakan pandangan atau persepsi individu yang mendasar tentang penampilan dirinya.
- c. Kepuasan terhadap bagian tubuh, merupakan mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuhnya secara spesifik mulai dari ujung kepala hingga ujung kaki.
- d. Kecemasan untuk menjadi gemuk, merupakan rasa kewaspadaan yang muncul dari dalam diri individu akan bertambahnya berat badan yang mengakibatkan kurang idealnya bentuk tubuh.
- e. Pengkategorian tubuh, merupakan pengklasifikasian individu terhadap golongan tubuh, mulai dari kurus hingga gemuk.

Berdasarkan beberapa pendapat dari para ahli tersebut, 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 tubuh.

#### **D. Hubungan Antara Body Image Dan Kepercayaan Diri**

Menurut Davison & Mc'cabe (dalam Repi 2018), *body image* merupakan persepsi dan sikap seseorang terhadap tubuhnya sendiri. Jika seseorang sudah

merasa ada yang salah dengan tubuhnya maka persepsi tubuh tidak baik akan selalu melekat, begitupun sebaliknya. Jika seseorang sudah merasa yakin dengan baik keadaan tubuhnya, maka persepsi baik juga akan selalu melekat dalam dirinya.

Selain itu, menurut Lie (2003) kepercayaan diri merupakan seseorang yang yakin dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaannya dengan baik merasa berharga, mempunyai keberanian dan kemampuan untuk meningkatkan prestasi yang ada dalam dirinya serta dapat mempertimbangkan berbagai banyak pilihan dan dapat membuat keputusan sendiri untuk dirinya sendiri.

Kepercayaan diri memiliki peran yang sangat penting terhadap penampilan fisik, terutama bagi seorang remaja. Khususnya bagi para remaja, penampilan fisik yang baik akan meningkatkan kepercayaan diri yang tinggi pula. Hal ini didukung dengan adanya persepsi bahwa standar penampilan fisik yang sempurna adalah bentuk tubuh yang proporsional. Maka dari itu, setiap remaja berusaha semaksimal mungkin menyempurnakan penampilan fisiknya.

Hal ini dapat dibenarkan berdasarkan jurnal penelitian kajian bimbingan dan konseling oleh (Denich, Ifdil & Ilyas, 2017) yang berdasarkan hasil penelitiannya menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja. Berdasarkan pendapat dan hasil penelitian diatas, maka dapat diketahui bahwa semakin positif *body image* terhadap remaja putri, maka semakin tinggi tingkat kepercayaan diri remaja putri.



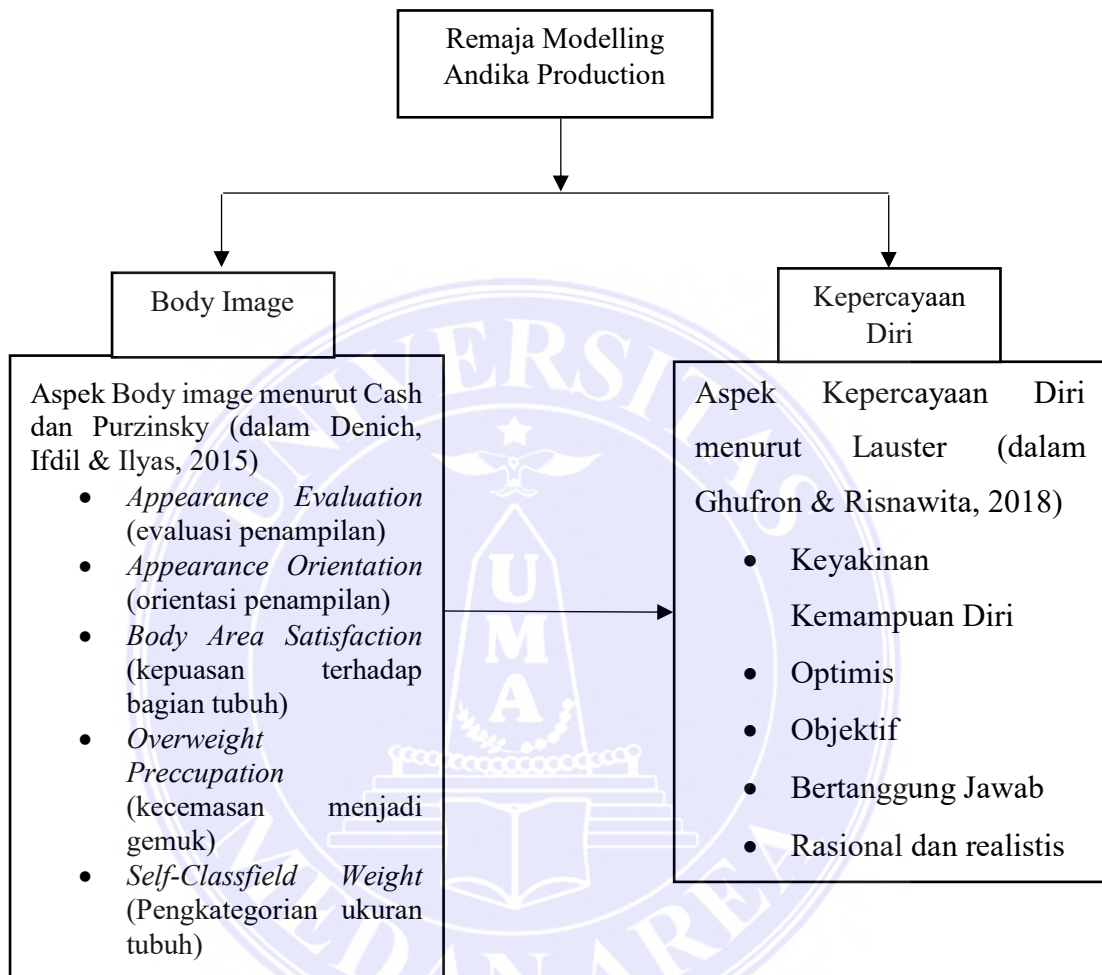
Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *body image* sangat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang, khususnya para remaja dimana dengan pola pikir dan persepsi definisi perempuan cantik adalah perempuan yang memiliki *body image* (penampilan fisik) yang baik dan ideal.

### **E. Kerangka Konseptual**

Kerangka konseptual penelitian adalah hubungan antara konsep-konsep yang ingin diamati melalui penelitian yang dilakukan. Untuk memudahkan pendeskripsian terhadap masalah yang akan diteliti, peneliti akan menggambarkan masalah tersebut melalui konsep. Menurut pendapat Sugiyono (2013) yang menyatakan bahwa kerangka konseptual dapat menghubungkan secara teoritis antara variabel-variabel penelitian yaitu antara variabel independen dengan variabel dependen. Secara ringkas kerangka konseptual yang menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi antara variabel satu dengan variabel yang lainnya. Berdasarkan penjelasan diatas, maka penulis akan menggambarkan kerangka konseptual penelitian, yakni sebagai berikut

Gambar 2.1.

Kerangka Konseptual Penelitian



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Ada pengaruh positif antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja modelling”, dengan asumsi semakin positif *body image*, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri remaja modelling”. Atau sebaliknya, “semakin negatif *body image* seorang model, maka semakin rendah pula kepercayaan diri remaja modelling”.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian merupakan usaha yang harus ditempuh dalam penelitian untuk menemukan, mengembangkan dan menguji suatu kebenaran pengetahuan. Metode yang digunakan harus sesuai dengan objek penelitian dan tujuan penelitian yang hendak dicapai secara sistematis. Hal ini bertujuan agar hasil yang diperoleh dapat menjawab permasalahan penelitian yang diajukan. Berdasarkan hal tersebut, dalam hal ini akan dibahas secara sistematis sebagai berikut: tipe penelitian, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional, populasi, sampel, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

#### **A. Tipe Penelitian**

Pada penelitian ini, penulis menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Jenis penelitian kuantitatif dalam proses penggunaannya biasanya menggunakan data berupa angka-angka yang lebih sistematis. Penelitian kuantitatif bertujuan untuk mengembangkan model-model sistematis dan hipotesis yang berkaitan dengan fenomena yang terjadi di lingkungan hidup manusia. Proses pengukuran menggunakan skala-skala adalah bagian yang paling penting dalam penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2010), penelitian kuantitatif merupakan sebuah pengukuran data kuantitatif dan statistik objek melalui perhitungan ilmiah, berasal dari sampel orang-orang atau penduduk yang diminta menjawab atas sejumlah pertanyaan tentang survei untuk menentukan frekuensi dan presentasi tanggapan responden.

## B. Identifikasi Variabel Penelitian

Adapun variabel penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Bebas / independen: Variabel independen dalam penelitian ini adalah *Body Image*.
2. Variabel terikat / dependen: Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri.

## C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Dalam definisi operasional menjelaskan tentang karakteristik yang ada pada variabel X dan Y. Definisi operasional variabel adalah segala sesuatu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dikaji dan dipelajari secara lebih rinci sehingga dapat memperoleh informasi dari yang diteliti tersebut, serta dapat ditarik kesimpulannya. Dalam definisi operasional variabel, terdapat dua variabel yang akan diteliti. Maka dari itu, pada penelitian ini yang menjadi definisi operasional dari variabel X dan Y adalah sebagai berikut :

1. Variabel X (*Body Image*)

*Body Image* merupakan gambaran yang dimiliki oleh seseorang mengenai dirinya sendiri sebagai makhluk yang mempunyai fisik dan harus siap menerima perubahan-perubahan fisik pada dirinya. *Body Image* dalam penelitian ini akan diungkap dengan menggunakan alat yang berupa skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Cash & Purzinsky (dalam Denich, Ifdil & Ilyas, 2015), antara lain: *Appearance Evaluation* (evaluasi penampilan), *Appearance Orientation* (orientasi penampilan), *Body Area*

*Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *Overweight Preccupation* (kecemasan menjadi gemuk) dan *Self-Classfield Weight* (Pengkategorian ukuran tubuh).

## 2. Variabel Y (Kepercayaan Diri)

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang dan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat yang diperlukan baik oleh seorang anak maupun orang tua, secara individual maupun kelompok. Kepercayaan diri dalam penelitian ini akan diungkap dengan menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Lauster dalam (Ghufron & Risnawita, 2018), antara lain: Keyakinan kemampuan diri, Optimis, Objektif, Bertanggung jawab serta Rasional dan realistis.

## D. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel Penelitian

### 1. Populasi Penelitian

Menurut Kuswana (2011), Populasi merupakan gabungan sebuah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek dan subjek (dalam arti keseluruhan lingkungan hidup manusia dan biasanya lingkungan masyarakat), yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu, yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan disimpulkan. Dalam penelitian ini, yang menjadi populasi adalah manusia yang menilai seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu. Berdasarkan hasil pra riset data yang telah diperoleh,



maka populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah remaja modelling Andika Production yang berjumlah 40 orang.

## 2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2010), sampel merupakan bagian-bagian tertentu dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dengan kata lain, sampel dimaksudkan sebagai sebagian dari populasi yang karakteristiknya hendak diselidiki, dan bisa mewakili keseluruhan populasinya sehingga jumlahnya lebih sedikit dari populasi penelitian ini, penulis akan mengambil populasi penelitian remaja modelling Andika Production dengan rentang usia 15-18 tahun. Kemudian Sugiyono (2010) juga menambahkan jika populasi dalam penelitian kurang dari 100 orang maka peneliti mengambil seluruh populasi menjadi total sampling penelitian. Maka sampel penelitian ini adalah 40 remaja modelling Andika Production.

## 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Total Sampling*. Menurut Sugiyono (2010), ia mengatakan bahwa jika populasi dalam penelitian kurang dari 100 orang maka peneliti mengambil seluruh populasi menjadi total sampling penelitian, yaitu remaja modelling yang bergabung di Andika Production yang berjumlah 40 orang.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Menurut Sugiyono (2010), mengemukakan bahwa metode skala adalah teknik

pengumpulan data yang dilakukan dengan cara membuat angket kuisioner atau daftar pertanyaan secara tertulis dan terstruktur untuk kemudian dijawab oleh subjek penelitian dan bertujuan untuk mengetahui fenomena yang terjadi yang sedang diteliti oleh penulis. Kemudian, dalam penelitian ini yang menjadi skala yaitu skala *body image* dan skala kepercayaan diri.

### 1. Skala *Body Image*

Skala *body image* disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek *body image* menurut Cash & Purzinsky (dalam Denich, Ifdil & Ilyas, 2015), antara lain: *Appearance Evaluation* (evaluasi penampilan), *Appearance Orientation* (orientasi penampilan), *Body Area Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *Overweight Preccupation* (kecemasan menjadi gemuk) dan *Self-Classfield Weight* (Pengkategorian ukuran tubuh). Kemudian kelima aspek tersebut akan diuraikan dalam bentuk skala Likert.

### 2. Skala Kepercayaan Diri

Skala Kepercayaan diri disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri. Menurut Lauster (dalam Ghufon & Risnawita, 2018), yang terdiri dari keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab serta rasional dan realistis. Kemudian kelima aspek tersebut akan diuraikan dalam bentuk skala Likert.

Jawaban setiap aitem instrument yang menggunakan skala Likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai negatif. Peneliti memperlihatkan tujuan ukur, metode penskalaan dan format aitem yang dipilih, sehingga respon yang disajikan dalam skala adalah dalam bentuk pilihan jawaban yang terdiri

dari empat jawaban kesesuaian antara responden dengan pernyataan yang disajikan. Jawaban kesesuaian antar responden dengan pernyataan yang disajikan tersebut adalah Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

## F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan penulis adalah teknik analisis data kuantitatif, yaitu analisa yang digunakan untuk menguji hubungan atau pengaruh variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y).

### 1. Uji Validitas

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur adalah *Product Moment* dengan alpha 0,05. Apabila  $r_{xy} > r_{tabel}$  maka item dikatakan valid, apabila  $r_{xy} < r_{tabel}$  maka item dikatakan tidak valid. Adapun rumus dari *product Moment* adalah :

$$r_{xy} = \frac{n\sum - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  : koefisien korelasi antara x dan y adalah bilangan yang menunjukkan besar kecilnya hubungan variabel x dan y

x : variabel bebas (*Body Image*)

y : variabel terikat (*Kepercayaan diri*)

## 2. Uji Reabilitas

Konsep dari reabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kesetabilan, konsistensi dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, diperoleh hasil yang relatif sama selama aspek dalam diri subjek yang diukur belum berubah.

## 3. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan analisis yang dilakukan untuk menilai apakah di dalam sebuah model regresi linear *Ordinary Least Square* (OLS) terdapat masalah-masalah asumsi. Adapun yang termasuk dalam uji asumsi, antara lain:

- a. Uji normalitas yaitu untuk mengetahui apakah data penelitian menyebar mengikuti prinsip kurva normal. Pada penelitian ini uji prasyarat analisis yang dilakukan yaitu uji normalitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidak normalnya sebaran data yang dianalisis.
- b. Uji linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah *body image* memiliki hubungan linear dengan kepercayaan diri remaja modelling Andika Production. Uji ini biasanya digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi atau regresi linear.

$Y=a+bx$ , dimana

$$a = \frac{(\sum y)(\sum x^2) - (\sum x)(\sum xy)}{n\sum x^2 - (\sum x)^2}$$

$$b = \frac{n\sum xy(\sum x)(\sum y)}{n\sum x^2 - (\sum x)^2}$$

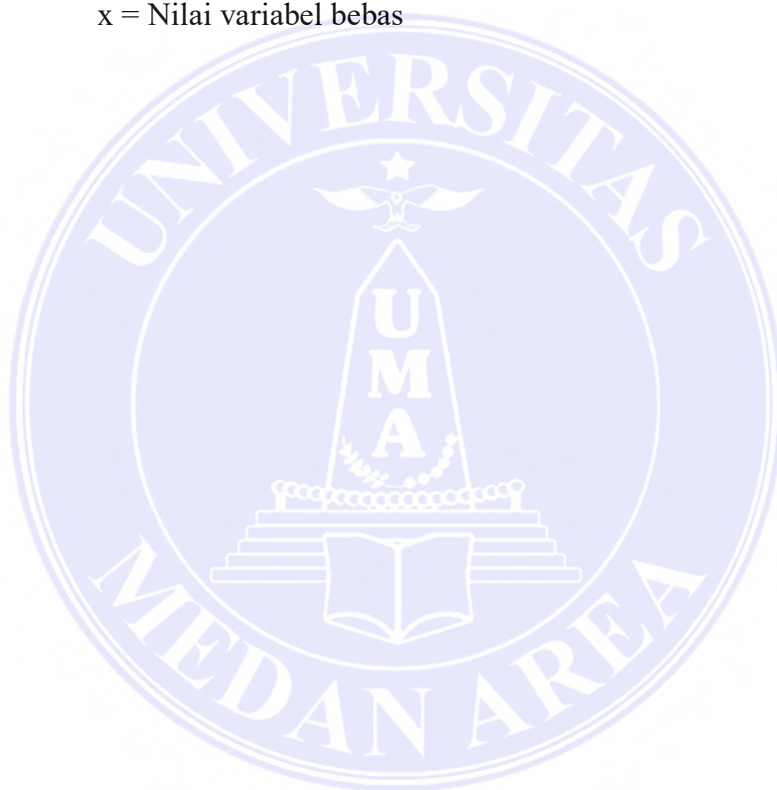
Keterangan :

Y = Nilai yang diprediksi

a = Konstanta atau bila harga X=0

b = Koefisien regresi

x = Nilai variabel bebas





## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dari pembahasan maka hal-hal yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil perhitungan uji hipotesis regresi menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja model Andika Production ( $r_{xy} = 0,748$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ). Artinya ada pengaruh antara *body image* dan kepercayaan diri, dimana semakin positif *body image* maka akan semakin tinggi kepercayaan diri begitupun sebaliknya semakin negatif *body image* maka semakin rendah pula kepercayaan diri nya, maka hipotesis diterima.
2. Koefisien determinan ( $r^2$ ) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar  $r^2 = 0,559$ . Ini menunjukkan bahwa Kepercayaan Diri dibentuk oleh *Body Image* sebesar 55,9%. *Body image* memiliki peran yang penting untuk timbulnya kepercayaan diri pada remaja model di Andika Production. Dari persentase sumbangan ini maka terlihat masih terdapat 44,1% pengaruh dari faktor lain Kepercayaan Diri. Faktor-faktor lain tersebut antara lain adalah budaya, sosial, konsep diri.
3. Berdasarkan perhitungan mean hipotetik dan mean empirik yang menunjukkan *body image* yang diperoleh oleh para remaja model Andika

Production pada kategori negatif dengan skor mean hipotetik 112,5 dan mean empirik 82,03 serta standar deviasi nya 17,253. Sedangkan kepercayaan diri remaja model di Andika Production pada kategori rendah dengan dengan skor mean hipotetik 122,5 dan mean empirik 80,43 serta standar deviasi nya 17,285. Hal ini menunjukkan bahwa *body image* yang negatif pada remaja model Andika Production menurunkan timbulnya kepercayaan diri pada remaja model di Andika Production.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dibuat, maka hal-hal yang dapat disarankan adalah sebagai berikut:

### a. Saran kepada subjek penelitian

Berpedoman pada hasil penelitian di atas yang menyatakan bahwa para remaja model memiliki kepercayaan diri yang tergolong rendah, maka disarankan kepada para remaja disana untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka dengan cara banyak berlatih seperti *public speaking* didepan cermin. Begitu pula dengan *body image* yang tergolong negatif, maka disarankan untuk tetap menerima diri apa adanya dan terus memperbaiki diri dengan cara rajin melakukan perawatan dan olahraga secara rutin.

### b. Saran kepada pihak Andika Production

Saran yang dapat diberikan kepada pihak Andika Production yaitu untuk tetap membantu remaja membantu remaja disana meningkatkan kepercayaan diri mereka dengan cara memberi dukungan emosional dan penerimaan sosial

serta membantu remaja disana untuk mengidentifikasi kelebihan dan kelemahan diri. Jika diperlukan ada baiknya pihak Andika Production untuk mengadakan pelatihan dalam meningkatkan kepercayaan diri bagi para remaja disana dan sering mengikuti kompetisi yang diadakan.

c. Saran kepada peneliti selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap kepercayaan diri, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat diantaranya adalah faktor budaya, faktor sosial dan faktor konsep diri. Selain itu, dalam pembuatan skala sebaiknya aitem agar lebih dipertajam setiap aitem di favourable dan unfavourable.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anita Lie. 2003. *1001 Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Arthur, S.R. & Emily, S.R. 2010. *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Aryani. 2010. *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Asrori. 2020. *Psikologi Pendidikan Pendekatan Multidisipliner*. Purwokerto: CV. Pena Persada.
- Busro, Muhammad. 2018. *Teori-Teori Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Dewi, Amanda Unzhilla & Ifdill. 2016. *Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri*. Jurnal EDUCATION: Vol.02 No.02.
- Cahyaningrum, H. D. 2014. *Hubungan Antara Body Image dengan Status Gizi pada Remaja Putri kelas XI IPS di SMA Batik 1 Surakarta*. Karya Tulis Ilmiah. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Solo.
- Candra, Utin Siti & Abrori. 2010. *Body Image*. Jakarta: PT. Sahabat Alter Indonesia.
- Denich, A. U., & Ifdil, I .2015. *Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri*. Jurnal Konseling dan Pendidikan 3(2), 55-61. Diambil dari <http://jurnal.konselingindonesia.com/>
- Denich, A. U., & Ifdil, I .2017. *Konsep Body Image Remaja Putri*. Jurnal Konseling dan Pendidikan: Vol.3 No.2
- Fatimah, E. 2010. *Psikologi Perkembangan (Pengembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Gunawan, Edi & Rusdiyanto. 2019. *Pro Siding The 2<sup>nd</sup> International Seminar On Contemporary Islamic Issue*. Manado: Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN.
- Ghufron, Nur, M. & Risnawita, Rini. 2018. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hurlock, E.B. 2012. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.

- Jatmika, Siddik. 2010. *Anak Haram Sejarah Atau Korban Globalisasi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Kadi, Ari Prima Usman. 2016. *Hubungan Kepercayaan Diri Dan Self Regulated Learning Terhadap Proktinasti Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Tahun 2013*. E-Journal Psikologi: Vol.01 No.04
- Kuswana, Dadang. 2011. *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Muklis, Akhmad. 2013. *Berfikir Positif Pada Ketidakpuasan Terhadap Citra Tubuh (Body Image Dissatisfaction)*. Jurnal Psikoislamika: Vol.10 No.01.
- Nurvita, V., dan Handayani, M.M. (2015). *Hubungan antara Self-Esteem dengan Body image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas*. Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental, 4(1), 41-19. Diambil dari: <http://www.e-jurnal.com/2015/09/hubungan-aantara-self-esteem-dengan.html>
- Repi, Andhika Alexander. 2018. *Aku Remaja Yang positif*. Jakarta: PT. Media Elex Komputindo.
- Santrock, Jhon. W. 2003. *Perkembangan Remaja Edisi Ke Enam*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, Jhon, W. 2011. *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock J.W. 2012. *Perkembangan Masa Hidup Edisi 13. Penerjemah Widayasinta, B.* Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, Wirawan Sarlito, 2012. *Psikologi Remaja: Definisi Remaja*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Utami, Wulan Tri. 2014. *Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Perilaku Konsumtif Kosmetik Make Up Wajah pada Mahasiswi*. Naskah Publikasi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Vandini, Intan. 2015. *Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa*. Jurnal Formatif: Vol.05 No.03



**Sumber Lain/Internet :**

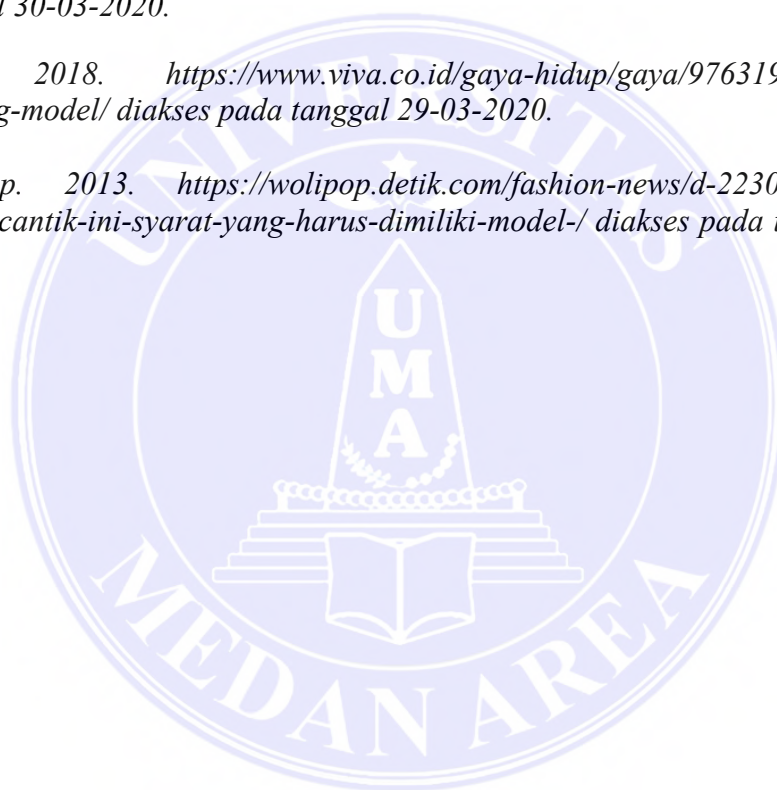
*Adnin, Wahyudi. 2019. <https://www.scribd.com/doc/67125113/Pengertian-Model/> diakses pada tanggal 29-03-2020.*

*Dinasanti. (2017, agustus 2). Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi rasa percaya diri seseorang. Retrieved Mei 28, 2020, from dictio.id: <https://www.dictio.id/t/faktor-faktor-apa-saja-yang-mempengaruhi-rasa-percaya-diri-seseorang/9064>*

*Tadabbur. 2008. Body Image. Diakses dari <http://digilib.mercubuana.ac.id/> pada tanggal 30-03-2020.*

*Viva. 2018. <https://www.viva.co.id/gaya-hidup/gaya/976319-syarat-wajib-seorang-model/> diakses pada tanggal 29-03-2020.*

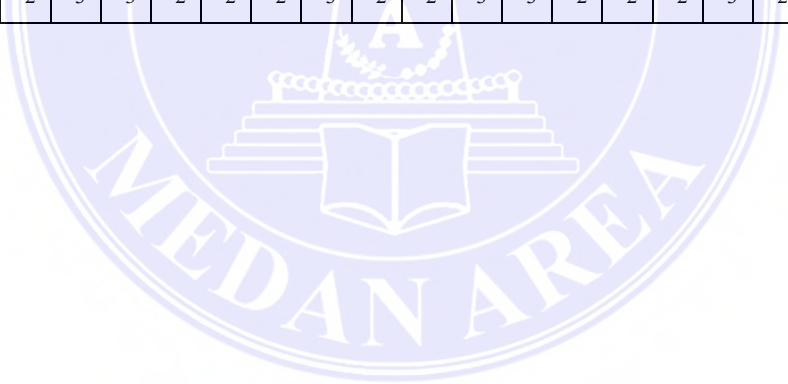
*Wolipop. 2013. <https://wolipop.detik.com/fashion-news/d-2230951/tak-cuma-modal-cantik-ini-syarat-yang-harus-dimiliki-model-/> diakses pada tanggal 30-03-2020.*





No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	
1	2	1	2	2	2	3	3	2	3	2	1	2	3	1	1	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	1	3	1	
2	2	1	2	1	3	3	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	3	1	1	1	3	2	
3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	3	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	
4	1	1	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	2	3	2	4	1	2	2	1	2	1	2	1	
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	
6	1	2	1	1	4	2	2	4	2	2	4	1	3	1	1	2	3	2	3	1	4	3	3	1	3	3	1	1	3	2	1	2	2	1	4	3	4	1	2	4	2	2	2	4	1	
7	2	2	2	1	3	3	2	3	2	1	2	1	3	1	2	3	3	3	2	1	3	2	2	1	1	1	3	1	3	2	1	2	2	1	3	1	4	2	2	2	1	2	2	2	2	
8	3	1	3	1	2	2	3	2	3	1	2	1	3	1	2	2	3	2	3	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	3	1	1	4	1	2	3	2	2	2	3	2	
9	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	4	3	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	
10	2	3	2	1	4	3	3	4	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	3	2	4	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	
11	1	1	1	1	3	3	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	
12	2	2	2	1	3	3	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	3	2	1	1	3	2
13	2	2	2	1	3	3	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	3	3	1	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	3	2	2
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2
15	2	1	2	1	2	4	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	4	1	1	1	4	1
16	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	3	1	3	1	1	2	2	1	2	1	2	1	3	1	1	2	3	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1
18	3	2	3	1	3	4	3	3	3	1	1	1	3	1	3	4	3	2	3	1	2	3	3	1	1	1	2	1	1	3	1	1	2	2	1	1	1	3	2	2	2	2	1	2	3	
19	2	1	2	1	3	3	2	3	2	2	3	1	3	1	2	3	3	3	3	1	4	4	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	3	1	1	3	2	1	1	2	1	1	2	
20	2	3	2	1	4	4	4	4	4	2	3	1	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	2	4	1	4	4	1	4	4	4	2
21	1	1	1	1	2	2	3	2	3	2	1	1	3	1	1	3	3	3	2	1	2	3	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	1	3	1	
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3
23	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2
24	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	4	1	4	1	2	4	1	2	1	4	1	
25	2	2	2	1	3	4	2	3	2	1	2	1	3	1	2	2	3	3	1	1	4	3	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	

26	3	1	3	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	3	1	2	1	1	2	2	1	3	3	1	2	3	2	1	1					
27	2	1	2	2	2	3	3	2	3	2	1	2	3	1	1	3	3	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	1	3	1					
28	2	1	2	1	3	3	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	3	1	1	1	3	2				
29	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	3	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1				
30	1	1	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	2	3	2	4	1	2	2	1	2	1	2	1	
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1		
32	1	2	1	1	4	2	2	4	2	2	4	1	3	1	1	2	3	2	3	1	4	3	3	1	3	3	1	1	3	2	1	2	2	1	4	3	4	1	2	4	2	2	2	4	1	
33	2	2	2	1	3	3	2	3	2	1	2	1	3	1	2	3	3	3	2	1	3	2	2	1	1	1	3	1	3	2	1	2	2	1	3	1	4	2	2	2	1	2	2	2	2	
34	3	1	3	1	2	2	3	2	3	1	2	1	3	1	2	2	3	2	3	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	3	1	1	4	1	2	3	2	2	2	3	2	
35	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	4	3	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	
36	2	3	2	1	4	3	3	4	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	3	2	4	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	
37	1	1	1	1	3	3	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
38	2	2	2	1	3	3	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	3	2	1	1	3	2	
39	2	2	2	1	3	3	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	3	3	1	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	3	2	2	
40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2



UNIVERSITAS MEDAN AREA

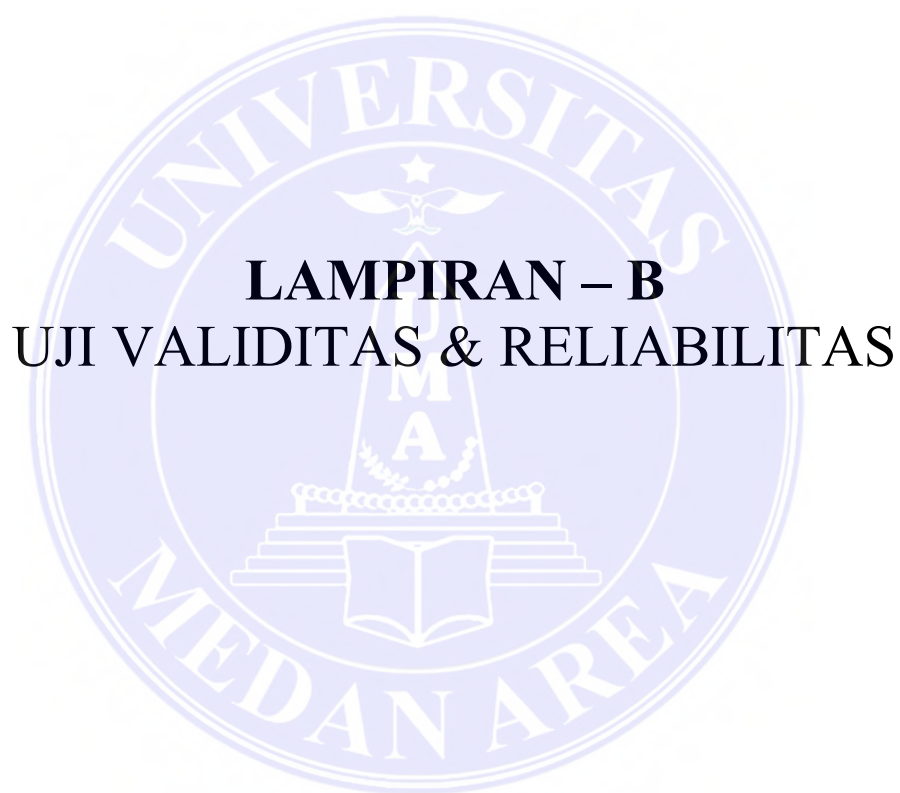
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area









## UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### SKALA: SKALA BODY IMAGE

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.957	50

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BI1	130.42	575.276	.626	.956
BI2	130.63	574.087	.642	.956
BI3	131.33	561.148	.617	.956
BI4	131.60	562.554	.691	.955
BI5	130.73	571.794	.589	.956
BI6	130.63	570.087	.644	.955
BI7	131.33	555.302	.782	.955
BI8	130.85	572.746	.664	.955
BI9	132.08	623.866	-.683	.961
BI10	131.60	573.938	.566	.956
BI11	132.10	589.323	.329	.957
BI12	130.60	569.785	.606	.956
BI13	132.13	583.907	.649	.956
BI14	131.53	582.666	.452	.956
BI15	131.10	568.503	.676	.955
BI16	131.05	577.279	.420	.957
BI17	131.85	566.951	.789	.955
BI18	131.90	581.426	.573	.956
BI19	130.83	566.404	.759	.955
BI20	131.75	565.885	.763	.955
BI21	131.40	552.964	.779	.955
BI22	130.53	573.230	.552	.956
BI23	130.63	574.240	.586	.956
BI24	130.42	596.712	.042	.958
BI25	131.25	561.936	.782	.955
BI26	130.85	584.900	.252	.958
BI27	132.20	588.318	.415	.957

BI28	131.88	579.856	.605	.956
BI29	130.38	577.420	.563	.956
BI30	130.42	575.276	.626	.956
BI31	131.30	555.292	.766	.955
BI32	132.13	580.830	.593	.956
BI33	130.38	577.420	.563	.956
BI34	130.42	575.276	.626	.956
BI35	132.13	580.830	.593	.956
BI36	130.42	575.276	.626	.956
BI37	130.63	574.087	.642	.956
BI38	131.33	555.302	.782	.955
BI39	130.58	570.610	.722	.955
BI40	130.55	573.382	.641	.956
BI41	131.28	559.384	.704	.955
BI42	131.23	559.871	.766	.955
BI43	131.50	566.667	.610	.956
BI44	131.08	637.969	-.769	.963
BI45	130.80	612.010	-.477	.959
BI46	131.78	568.128	.650	.955
BI47	131.73	574.974	.737	.955
BI48	130.80	565.344	.773	.955
BI49	130.75	568.346	.637	.955
BI50	131.92	566.174	.767	.955

### SKALA: SKALA KEPERCAYAAN DIRI

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.972	50

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KD1	125.25	753.167	.688	.971
KD2	125.38	750.856	.762	.971
KD3	125.93	747.404	.557	.971

KD4	125.88	745.087	.657	.971
KD5	126.15	752.131	.518	.971
KD6	125.33	761.969	.456	.972
KD7	125.60	753.118	.590	.971
KD8	126.28	742.256	.694	.971
KD9	126.55	769.126	.411	.972
KD10	125.30	752.472	.663	.971
KD11	125.48	747.743	.793	.971
KD12	126.75	778.910	.107	.972
KD13	126.03	736.538	.737	.971
KD14	125.45	762.664	.380	.972
KD15	125.30	746.215	.805	.970
KD16	125.13	753.035	.664	.971
KD17	126.53	753.692	.548	.971
KD18	125.50	746.462	.775	.971
KD19	125.38	759.215	.656	.971
KD20	125.63	743.728	.709	.971
KD21	126.43	752.661	.570	.971
KD22	126.38	755.625	.759	.971
KD23	125.48	746.922	.752	.971
KD24	126.40	750.195	.793	.971
KD25	126.70	762.010	.490	.971
KD26	125.68	752.635	.562	.971
KD27	125.65	763.874	.387	.972
KD28	126.80	755.600	.678	.971
KD29	125.45	740.408	.879	.970
KD30	125.75	747.731	.754	.971
KD31	126.38	757.881	.620	.971
KD32	125.23	750.538	.743	.971
KD33	125.20	753.959	.656	.971
KD34	126.13	738.266	.712	.971
KD35	126.18	738.507	.713	.971
KD36	125.68	758.379	.560	.971
KD37	125.55	747.997	.633	.971
KD38	126.63	765.728	.472	.971
KD39	126.70	760.985	.648	.971
KD40	125.40	741.631	.779	.970
KD41	126.58	748.558	.719	.971



KD42	126.73	758.102	.638	.971
KD43	125.50	739.231	.799	.970
KD44	125.73	761.435	.385	.972
KD45	126.78	765.871	.551	.971
KD46	126.93	770.379	.448	.971
KD47	125.35	748.079	.725	.971
KD48	125.65	748.900	.661	.971
KD49	126.60	751.990	.658	.971
KD50	126.15	735.310	.748	.971





## UJI NORMALITAS

### NPar Tests

Notes		
Output Created	17-SEP-2020 20:07:27	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	40
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax	NPAR TESTS /K-S(NORMAL)=x y /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.	
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,02
	Number of Cases Allowed <sup>a</sup>	157286

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Body Image	40	82,03	17,253	53	120
Kepercayaan Diri	40	80,43	17,285	49	113

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Body Image	Kepercayaan Diri
N		40	40
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	82,03	80,43
	Std. Deviation	17,253	17,285
Most Extreme Differences	Absolute	,099	,113
	Positive	,084	,075
	Negative	-,099	-,113
Kolmogorov-Smirnov Z		,629	,716
Asymp. Sig. (2-tailed)		,824	,684

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.



**LAMPIRAN – D**  
**UJI LINEARITAS**



## UJI LINEARITAS

### Means

Notes		
Output Created		17-SEP-2020 20:08:08
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	40
Missing Value Handling	Definition of Missing	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.
	Cases Used	Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax		MEANS TABLES=y BY x  /CELLS MEAN COUNT STDDEV  /STATISTICS ANOVA LINEARITY.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,02

Case Processing Summary						
	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kepercayaan Diri * Body Image	40	100,0 %	0	0,0%	40	100,0 %

Report			
Kepercayaan Diri			
Body Image	Mean	N	Std. Deviation
53	49,00	2	,000
55	49,00	2	,000
59	71,67	3	7,506
64	52,00	1	.
66	64,00	1	.
68	84,00	2	,000
70	57,00	1	.
73	85,00	2	,000
75	88,50	2	10,607
82	93,00	2	,000
83	68,00	1	.
85	92,00	2	,000
86	77,00	2	,000
89	83,00	1	.
90	85,00	2	,000

92	70,25	4	8,694
95	98,00	2	,000
100	105,00	1	.
101	103,00	2	,000
102	96,00	2	,000
107	90,00	2	,000
120	113,00	1	.
Total	80,43	40	17,285

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Body Image	Between Groups	(Combined)	11199,858	21	533,327	21,243	,000
		Linearity	6511,827	1	6511,827	259,368	,000
		Deviation from Linearity	4688,032	20	234,402	9,336	,090
	Within Groups		451,917	18	25,106		
	Total		11651,775	39			

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Kepercayaan Diri * Body Image	,748	,559	,980	,961



**LAMPIRAN – E**  
**UJI HIPOTESIS**

## UJI HIPOTESIS REGRESI

### Regression

Notes		
Output Created		17-SEP-2020 20:09:30
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	40
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on cases with no missing values for any variable used.
Syntax	REGRESSION  /DESCRIPTIVES MEAN STDDEV CORR SIG N  /MISSING LISTWISE  /STATISTICS COEFF OUTS BCOV R ANOVA COLLIN TOL  /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)  /NOORIGIN  /DEPENDENT y  /METHOD=ENTER x  /SCATTERPLOT=(y ,*ZPRED)	



		/RESIDUALS DURBIN HISTOGRAM(ZRESID) NORMPROB(ZRESID)  /CASEWISE PLOT(ZRESID) OUTLIERS(3).
Resources	Processor Time	00:00:01,72
	Elapsed Time	00:00:01,60
	Memory Required	1356 bytes
	Additional Memory Required for Residual Plots	912 bytes

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Kepercayaan Diri	80,43	17,285	40
Body Image	82,03	17,253	40

Correlations			
		Kepercayaan Diri	Body Image
Pearson Correlation	Kepercayaan Diri	1,000	,748
	Body Image	,748	1,000
Sig. (1-tailed)	Kepercayaan Diri	.	,000
	Body Image	,000	.
N	Kepercayaan Diri	40	40
	Body Image	40	40

Variables Entered/Removed <sup>a</sup>			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Body Image <sup>b</sup>	.	Enter

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri
b. All requested variables entered.

Model Summary <sup>b</sup>					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,748 <sup>a</sup>	,559	,547	11,630	2,141

a. Predictors: (Constant), Body Image
b. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6511,827	1	6511,827	48,142	,000 <sup>b</sup>
	Residual	5139,948	38	135,262		
	Total	11651,775	39			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri
b. Predictors: (Constant), Body Image

Coefficients <sup>a</sup>								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	18,992	9,043		2,100	,042		
	Body Image	,749	,108	,748	6,938	,000	1,000	1,000

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

Coefficient Correlations <sup>a</sup>			
Model		Body Image	
1	Correlations	Body Image	1,000
	Covariances	Body Image	,012

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

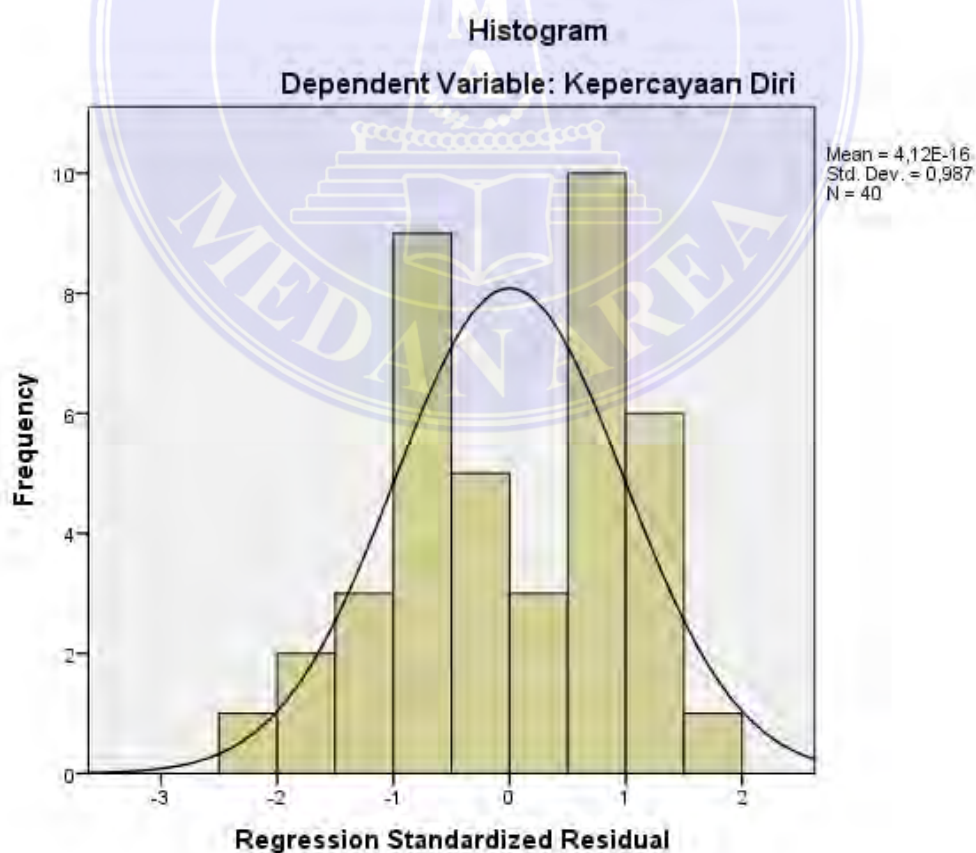
Collinearity Diagnostics <sup>a</sup>					
Model	Dimensi	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions	
				(Constant)	Body Image
1	1	1,979	1,000	,01	,01
	2	,021	9,732	,99	,99

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

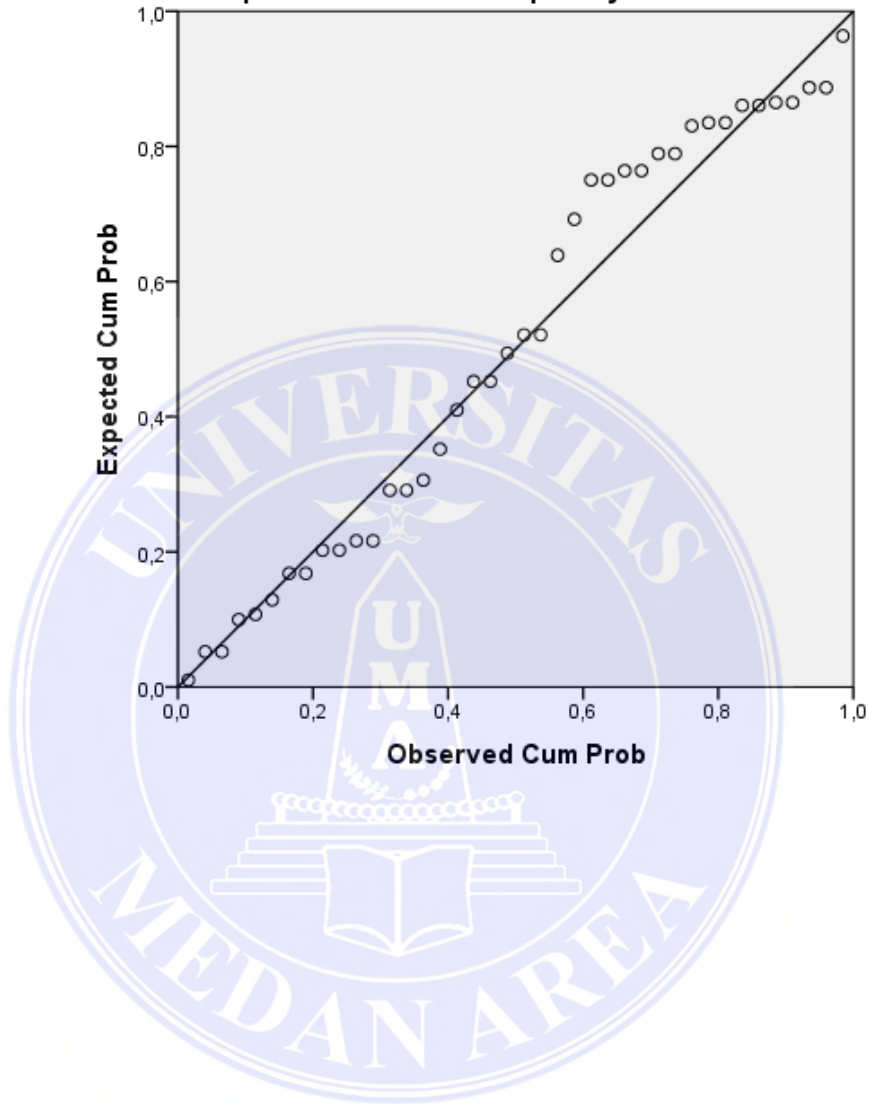
Residuals Statistics <sup>a</sup>					
	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	58,69	108,87	80,43	12,922	40
Residual	-26,896	20,836	,000	11,480	40
Std. Predicted Value	-1,682	2,201	,000	1,000	40
Std. Residual	-2,313	1,792	,000	,987	40

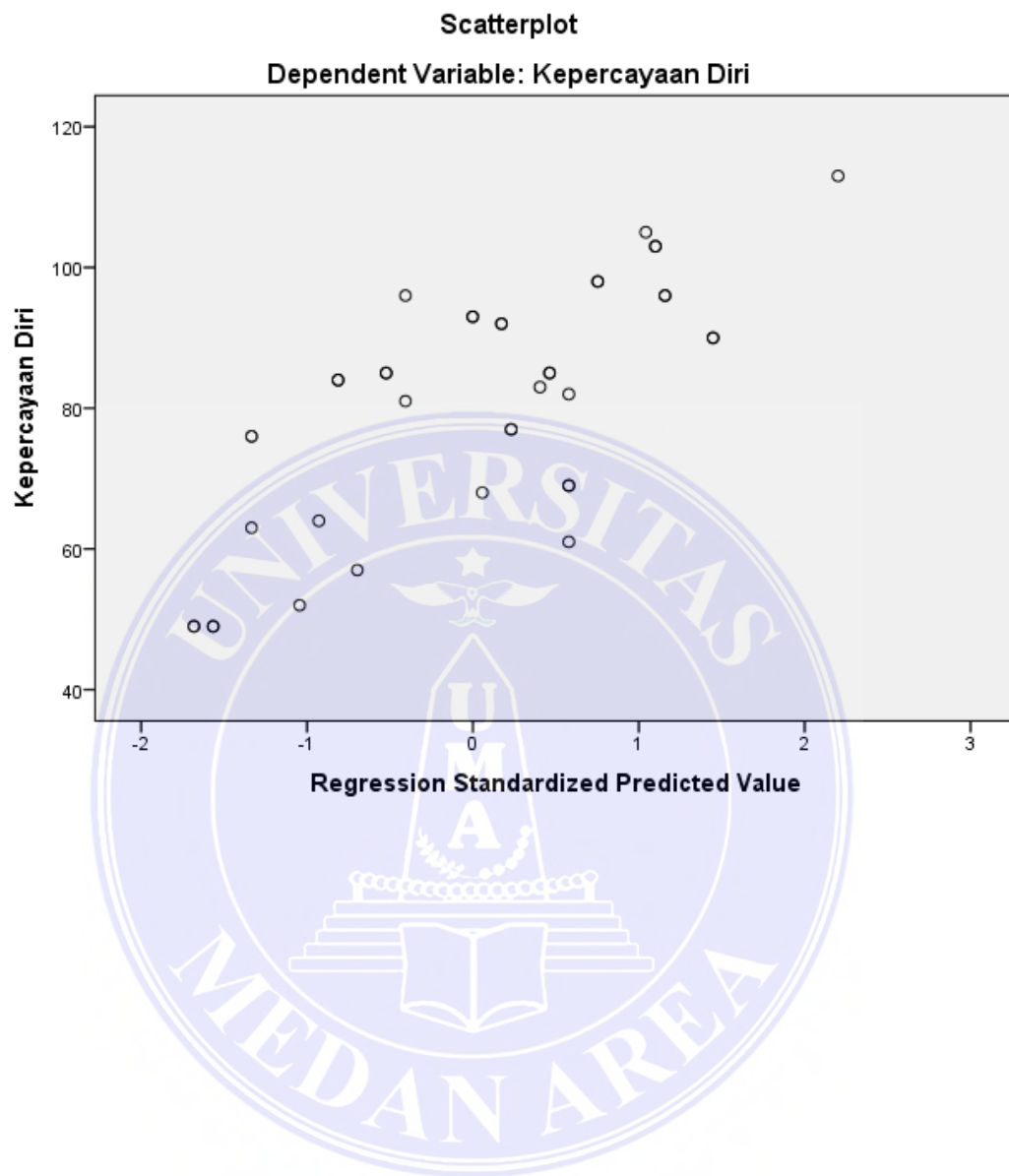
a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

### Charts



Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual  
Dependent Variable: Kepercayaan Diri









**SKALA BODY IMAGE**

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya selalu menjadikan penampilan orang lain sebagai motivasi bagi saya untuk lebih baik.				
2.	Saya akan membiarkan penampilan saya terlihat biasa-biasa saja.				
3.	Secara keseluruhan bentuk tubuh saya dalam standar ukuran seorang model.				
4.	Berolahraga salah satu solusi saya untuk menjaga bentuk tubuh.				
5.	Saya akan merasa terpuruk ketika melihat bagian tubuh yang tidak saya sukai.				
6.	Saya melakukan diet ekstrim agar tidak gemuk.				
7.	Saya memiliki bentuk tubuh yang jauh dari kategori model				
8.	Saya merasa puas dengan penampilan saya sebagai model.				
9.	Saya memiliki berat badan yang terlalu kurus/ terlalu gemuk.				
10.	Saya selalu menjaga pola makan yang sehat.				
11.	Jika penampilan saya tidak menarik saya akan dijauhi teman.				
12.	Saya tidak pernah membatasi makanan saya secara berlebih ketika diet.				
13.	Saya merasa bentuk tubuh saya tidak sesuai dengan standar model.				
14.	Saya selalu mencoba hal-hal yang dapat membuat penampilan saya menarik.				
15.	Saya selalu update tentang fashion agar menunjang karir model saya.				
16.	Ketika melihat model lain saya merasa <i>insecure</i> .				
17.	Saya selalu cemas ketika berat badan saya mempengaruhi modelling saya.				
18.	Saya merasa ukuran tubuh saya tidak cocok sebagai model.				

19.	Saya selalu percaya bentuk tubuh saya adalah yang terbaik.				
20.	Setiap saran dari teman saya tentang penampilan saya menjadi motivasi.				
21.	Saya tidak puas terhadap salah satu bagian tubuh di diri saya.				
22.	Saya masih belum pantas untuk menjadi model karena bentuk tubuh saya.				
23.	Saya akan terus mencoba memperbaiki penampilan saya.				
24.	Saya dikenal sebagai seorang yang memiliki selera fashion yang bagus.				
25.	Bentuk tubuh saya tidak mempengaruhi semangat saya untuk menjadi model.				
26.	Menjadi model yang terpenting adalah kualitas diri.				
27.	Saya merasa penampilan saya tidak lebih baik dari orang lain.				
28.	Olahraga sangat penting bagi saya untuk tetap menjaga bentuk tubuh saya.				
29.	Sebagai seorang model saya jauh dari perkembangan fashion.				
30.	Saya memiliki bentuk tubuh yang ideal.				
31.	Teman saya selalu supportive bagaimana pun penampilan saya.				
32.	Jika saya menjadi gemuk akan menghancurkan karir saya menjadi model.				
33.	Saya merasa puas pada setiap bagian-bagian pada tubuh saya.				
34.	Saya akan melakukan diet yang sehat agar tubuh saya tetap stabil				
35.	Saya takut menjadi gemuk dan berhenti jadi model.				
36.	Saya percaya bahwa penampilan saya sama baiknya dengan orang lain.				
37.	Saya memiliki warna kulit yang tidak sesuai dengan model lainnya.				
38.	Orang-orang mengatakan saya memiliki bentuk tubuh yang ideal.				
39.	Saya selalu merasa malas untuk berolahraga.				

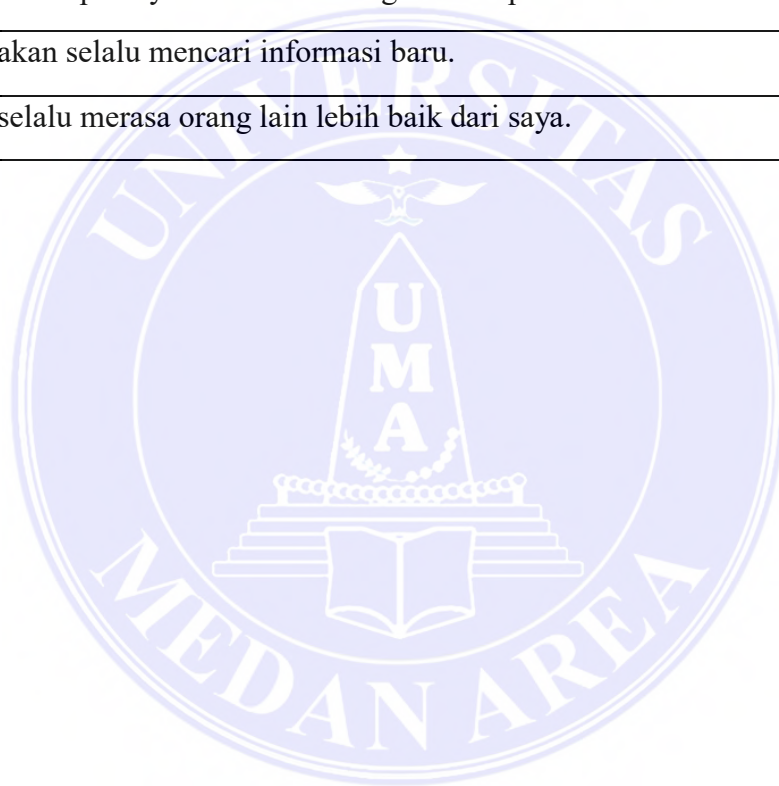
40.	Saya tidak suka ketika orang lain menilai bentuk tubuh saya.				
41.	Skill adalah yang terpenting didunia modelling.				
42.	Saya bukanlah orang yang senang mempercantik diri.				
43.	Saya mengkonsumsi pil diet.				
44.	Saya menjaga pola makan yang sehat jika merasa gemuk.				
45.	Saya tidak akan mengkonsumsi pil diet karena berbahaya.				

**SKALA KEPERCAYAAN DIRI**

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya ragu dengan keinginan saya menjadi model.				
2.	Kritikan yang saya dapat merupakan motivasi bagi saya.				
3.	Saya selalu takut ketika berhadapan dengan orang lain.				
4.	Saya akan selalu mencoba tantangan baru dalam hidup saya.				
5.	Saya harus memiliki orang dalam untuk menjadi model				
6.	Pilihan saya akan berubah ketika melihat orang lain.				
7.	Saya selalu berfikir untuk meninggalkan dunia model setiap menerima kritikan.				
8.	Saya merasa <i>insecure</i> setiap berada di agency.				
9.	Saya dikenal sebagai orang yang percaya diri di agency saya.				
10.	Saya selalu merasa kemampuan saya didunia model masih kurang.				
11.	Saya tidak suka mengemban tanggung jawab.				
12.	Usaha yang keras dan <i>skill</i> akan membuat saya menjadi model.				
13.	Saya tidak memiliki kelebihan yang dapat ditunjukkan.				
14.	Saya berusaha bersikap netral dan positif.				


15.	Saya merasa tidak cocok menjadi model.				
16.	Saya selalu melatih <i>skill</i> saya sebagai model.				
17.	Saya hanya ingin semua perhatian ada pada saya.				
18.	Kegagalan adalah awal dari kesuksesan.				
19.	Jika penampilan saya buruk, saya akan berhenti menjadi model.				
20.	Saya merasa kekurangan dan kelebihan suatu hal yang wajar.				
21.	Saya merasa usaha yang keras begitu sia-sia.				
22.	Informasi yang didapat akan menjadi bekal yang baik.				
23.	Saya yakin saya memiliki <i>skill</i> yang baik di dunia model.				
24.	Saya selalu merasa usaha saya tidak membuahkan hasil.				
25.	Saya tidak pernah ragu ketika menghadapi pilihan.				
26.	Saya cenderung tidak berani dalam mengambil resiko.				
27.	Saya selalu bersungguh-sungguh dalam berusaha.				
28.	Saya merasa kekurangan saya terlalu banyak.				
29.	Saya tetap percaya diri meski memiliki kekurangan.				
30.	Saya tidak suka ketika ada orang lain yang dipuji.				
31.	Saya malas untuk mencari informasi dan cenderung pasif.				
32.	Saya yakin saya akan menjadi model yang professional.				
33.	Saya selalu percaya diri ketika menjadi model.				
34.	Saya merasa <i>down</i> ketika menerima kritikan.				
35.	Gagal membuat saya depresi.				
36.	Saya tidak pernah percaya diri ketika menjadi model.				
37.	<i>Skill</i> modelling saya tidak akan pernah berkembang.				
38.	Saya yakin setiap kritik yang didapat bersifat mendidik.				
39.	Saya selalu merasa labil jika dihadapkan dengan pilihan.				
40.	Jika penampilan saya buruk saya akan memperbaikinya.				

41.	Saya cenderung malas dalam menjadi model.				
42.	Saya tidak suka menerima kritikan.				
43.	Saya selalu yakin terhadap kemampuan dan kerja keras saya.				
44.	Saya selalu berjalan dengan lantang bak model.				
45.	Saya akan selalu berusaha menjadi model yang baik.				
46.	Ketika gagal saya akan terus berusaha.				
47.	Saya selalu percaya diri dalam mengambil keputusan.				
48.	Saya akan selalu mencari informasi baru.				
49.	Saya selalu merasa orang lain lebih baik dari saya.				









# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223  
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122  
 Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

---

Nomor : 200/FPSI/01.10/VIII/2020 Medan, 2 September 2020  
 Lampiran : -  
 Hal : Pengambilan Data

**Yth. Andika Production**  
 Di  
 Tempat

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


Nama : Leoni Risky Pratiwi  
 NPM : 168600269  
 Program Studi : Ilmu Psikologi  
 Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di **Agency Modelling Andika Production, Jl. Pukat Banting IV No. 62 Mandala By Pass, Medan** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Modelling Andika Production"**.

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

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Agency** yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih..

Wakil Dekan Bidang Akademik,  
  
**Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog**

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip





**ANDIKA PRODUCTION MEDAN**  
Jln Pukat Banting 4 No 62, Mandala By Pass

Hal : **Surat Balasan Penelitian**

Medan, 13 Oktober 2020

Kepada Yth :

Universitas Medan Area

Fakultas Psikologi

Di-

Medan

Dengan hormat,

Merujuk pada surat yang masuk kepada kami dengan nomor surat 200/FPSI/01.10/VIII/2020, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Drs Andi Rezki

Jabatan : Pimpinan

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa yang beridentitas:

Nama : Leoni Risky Pratiwi

Npm : 168600269

Program Studi : Ilmu Psikologi

Fakultas : Psikologi

Telah selesai melakukan penelitian di Andika Production Medan, terhitung mulai tanggal 2 September 2020 untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul "Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri Remaja Modelling Andika Production".

Dengan demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan seperlunya.

Pimpinan

Andika Production Medan

(Drs Andi Rezki)