

**PENGARUH *BODY IMAGE* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA
MTs ISLAMİYAH PAKIS**

SKRIPSI



Oleh

Dwi Nadya Cahyani

200401110252

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2024

**PENGARUH *BODY IMAGE* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA
MTs ISLAMIAH PAKIS**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

Dwi Nadya Cahyani

NIM: 200401110252

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH *BODY IMAGE* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA
MTs ISLAMIYAH PAKIS**

SKRIPSI

Oleh

Dwi Nadya Cahyani

NIM. 200401110252

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 <u>Abd. Hamid Cholili, M.Psi</u> NIP. 198906022023211026		27/24 05
Dosen Pembimbing 2 <u>Dr. Elok Halimatus Sa'divah, M.Si</u> NIP.197405182005012002		28/24 05

Malang, 27 Juni 2024

Mengetahui,

Ketua Program Studi,



Yusuf Ratu Agung, M. A

NIP. 198010202015031002

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH *BODY IMAGE* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA MTs ISLAMİYAH PAKIS

SKRIPSI

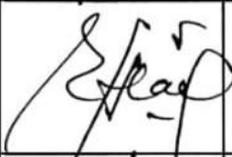
Oleh:

Dwi Nadya Cahyani

NIM. 200401110252

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang Skripsi pada tanggal 13 Juni 2024

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Penguji <u>Abd. Hamid Cholili, M.Psi</u> NIP. 198906022023211026		26/24 06
Ketua Penguji <u>Dr. Elok Halimatus Sa'divah, M.Si</u> NIP.197405182005012002		26/24 06
Penguji Utama <u>Dr. H. Achmad Khudori Soleh, M.Ag</u> NIP. 196811242000031001		26/24 06

Disahkan oleh,
 Dekan

Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si
 NIP. 197611282002122001



NOTA DINAS I

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**PENGARUH *BODY IMAGE* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA
MTs ISLAMIAH PAKIS**

Yang ditulis oleh:

Nama : Dwi Nadya Cahyani

NIM : 200401110252

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Malang, 30 Mei 2024

Dosen Pembimbing I



Abd. Hamid Cholili, M.Psi
NIP. 198906022023211026

NOTA DINAS II

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**PENGARUH *BODY IMAGE* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA
MTs ISLAMIAH PAKIS**

Yang ditulis oleh:

Nama : Dwi Nadya Cahyani

NIM : 200401110252

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Malang, 30 Mei 2024

Dosen Pembimbing II



Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si
NIP.197405182005012002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dwi Nadya Cahyani

NIM : 20040110252

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul "**PENGARUH BODY IMAGE DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA MTs ISLAMİYAH PAKIS**" adalah karya saya sendiri, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam kutipan yang saya beri sumbernya. Apabila terdapat klaim dari pihak lain di masa mendatang, tanggung jawabnya bukanlah pada dosen pembimbing atau pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dengan sejujurnya, saya menulis surat pernyataan ini dan siap menerima sanksi apabila ternyata pernyataan ini tidak akurat.

Malang, 30 Mei 2024

Penulis



Dwi Nadya Cahyani
NIM. 200401110252

MOTTO

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati,
padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya),
jika kamu beriman”

QS Ali Imran 139

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillah dan Alhamdulillah Robbil'alamiin segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat sehingga penelitian ini lahir. Saya persembahkan skripsi ini untuk :

1. Kedua orang tua saya yang senantiasa mendoakan dan memberi motivasi tanpa henti. Terima kasih atas kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan tak terhingga yang telah kalian berikan.
2. Untuk kakak perempuan saya yang selalu mengingatkan, memberikan semangat serta dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Teruntuk Nim 200401110011 yang tak lepas memberikan dukungan, selalu menemani disetiap kondisi yang tidak mudah selama proses pengerjaan skripsi, dan telah meluangkan waktunya, tenaga pikiran dan senantiasa sabar menghadapi saya. Terima kasih telah menjadi bagian dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. Dan terakhir saya persembahkan untuk diri saya sendiri yang telah berjuang hingga sekarang, berusaha tanpa henti hingga mencapai titik ini. Terima kasih telah bertahan dan tidak menyerah.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Alhamdulillah *rabbil alamin* puji syukur saya ucapkan kepada kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayahnya sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak di hari akhir. Karya ini tidak pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A., selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si., selaku dekan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Abdul Hamid Cholili, M.Psi., selaku dosen pembimbing satu skripsi yang telah banyak memberikan arahan, nasihat, motivasi, dan berbagi pengalaman, semoga segala ilmu yang beliau berikan kepada penulis bisa bermanfaat.
4. Ibu Dr. Elok Halimatus Sadiyah, M.Si., selaku dosen pembimbing dua yang telah banyak memberikan arahan, nasihat, motivasi, dan berbagi pengalaman, semoga segala ilmu yang beliau berikan kepada penulis bisa bermanfaat.
5. Bapak Dr. H. Achmad Khudori Soleh, M.Ag., selaku dosen penguji, terima kasih atas semua masukan dan saran yang telah diberikan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Andik Rony Irawan, M.Si., Psi selaku dosen wali semoga segala ilmu yang beliau berikan kepada penulis bisa bermanfaat.
7. Seluruh dosen dan civitas akademik Fakultas Psikologi yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terima kasih banyak telah memberikan ilmu, bimbingan, dan dukungan selama masa studi saya.
8. Semua pihak yang terkait, Bapak/Ibu guru MTs Islamiyah Pakis dan seluruh responden siswa MTs Islamiyah Pakis yang telah berpartisipasi dalam

penelitian ini. Terima kasih banyak atas kerja sama dan kontribusi yang telah diberikan.

9. Kepada teman-teman yang telah memberikan bantuan dan dukungan selama proses penulisan skripsi ini, terima kasih banyak atas segala perhatian, semangat, dan waktu yang kalian luangkan.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis menerima saran dan kritik yang membangun. Semoga penelitian ini memberi manfaat dan pengetahuan bagi pembaca.

Malang, 30 Mei 2024
Penulis



Dwi Nadya Cahyani
NIM. 200401110252

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS I	iii
NOTA DINAS II.....	v
SURAT PERNYATAAN	vi
MOTTO..	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan.....	8
D. Manfaat	9
BAB II KAJIAN TEORI	10
A. Kepercayaan Diri	10
1. Pengertian Kepercayaan Diri	10
2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	11
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	12
4. Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam.....	14
B. <i>Body Image</i>	15
1. Pengertian <i>Body Image</i>	15
2. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	16
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	17
4. <i>Body Image</i> dalam Perspektif Islam.....	18

C. Dukungan Sosial.....	20
1. Pengertian Dukungan Sosial	20
2. Dimensi Dukungan Sosial.....	22
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	22
4. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam.....	23
D. Pengaruh <i>Body Image</i> dan Dukungan Sosial pada Kepercayaan Diri....	24
E. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	28
1. Variabel Penelitian	28
2. Definisi Operasional.....	29
C. Populasi dan Sampel.....	30
D. Teknik Pengumpulan Data	30
E. Instrumen Penelitian	31
1. Skala Kepercayaan Diri.....	31
2. Skala <i>Body Image</i>	33
3. Skala Dukungan Sosial.....	34
F. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	35
1. Uji Validitas	35
2. Uji Reliabilitas.....	39
G. Teknik Analisis Data	40
1. Uji Asumsi Klasik	40
a. Uji Normalitas	40
b. Uji Linearitas.....	40
c. Uji Heteroskedasitas.....	41
d. Uji Multikolinearitas	41
e. Uji Autokorelasi	41
2. Analisis Statistik Deskriptif Data.....	42
a. Uji Kategorisasi.....	42
3. Uji Hipotesis.....	43

a. Uji Analisis Regresi Berganda	43
b. Uji F (simultan)	44
c. Uji Parsial T	44
d. Uji Koefisien Determinasi (R^2)	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Pelaksanaan Penelitian.....	46
1. Gambaran Lokasi Penelitian	46
2. Pelaksanaan Penelitian	46
3. Jumlah dan Subjek Penelitian	46
4. Prosedur.....	47
B. Hasil Penelitian.....	47
1. Hasil Analisis Data.....	47
a. Hasil Uji Normalitas.....	47
b. Uji Linieritas.....	48
c. Uji Heteroskedastisitas	48
d. Uji Multikolinearitas	49
e. Uji Autokorelasi	49
2. Hasil Analisis Deskriptif	50
a. Analisis Deskriptif Data Kepercayaan Diri.....	50
b. Analisis Deskriptif Data <i>Body Image</i>	53
c. Analisis Deskriptif Data Dukungan Sosial.....	57
3. Hasil Uji Hipotesis	61
a. Analisis Regresi Berganda.....	61
b. Uji F Simultan	62
c. Uji Koefisien Determinasi (R^2)	62
d. Parsial (T).....	63
e. Uji Koefisien Determinasi $X_1 X_2 - Y$	63
C. Pembahasan	64
1. Tingkat Kepercayaan Diri pada Siswa MTs Islamiyah Pakis	64
2. Tingkat <i>Body Image</i> pada siswa MTs Islamiyah Pakis.....	67
3. Tingkat Dukungan Sosial pada Siswa MTs Islamiyah Pakis.....	70

4. Pengaruh <i>Body Image</i> terhadap Kepercayaan Diri Siswa MTs Islamiyah Pakis	74
5. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Siswa MTs Islamiyah Pakis	75
6. Pengaruh <i>Body Image</i> Dan Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Siswa MTs Islamiyah Pakis.....	77
BAB V PENUTUP.....	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	81
Daftar Pustaka.....	85
LAMPIRAN.....	92

DAFTAR GAMBAR

<i>Gambar 2 1 Bagan Kerangka Konseptual</i>	<i>27</i>
---	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 3 1 Bentuk Skala Likert	31
Tabel 3 2Blue print Skala Kepercayaan Diri sebelum di uji coba	32
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas	47
Tabel 4. 2 Uji Linieritas	48
Tabel 4. 3 Uji Heterkodesititas	48
Tabel 4. 4Uji Multikolinearitas	49
Tabel 4. 5 Uji Autokorelasi.....	49
Tabel 4. 6 Analisis Statistik Deskriptif Kepercayaan Diri.....	50
Tabel 4. 7 Uji Kategorisasi Kepercayaan Diri	50
Tabel 4. 8 Koefisien Output Uji SE Kepercayaan Diri.....	51
Tabel 4. 9 Output SE Kepercayaan Diri.....	51
Tabel 4. 10 Gorup Statistiik Kpercayaan diri.....	52
Tabel 4. 11 Independent Sampel Test Kepercayaan Diri.....	53
Tabel 4. 12 Analisis Statistik Deskriptif <i>Body Image</i>	53
Tabel 4. 13 Kategorisasi Skala <i>Body Image</i>	54
Tabel 4. 14 Koefisien Output Uji SE <i>Body Image</i>	55
Tabel 4. 15 Output SE <i>Body Image</i>	55
Tabel 4. 16 Group statistik <i>body image</i>	56
Tabel 4. 17 Independent sample tes <i>body image</i>	56
Tabel 4. 18 Analisis Statistik Deskriptif Dukungan Sosial.....	57
Tabel 4. 19 Uji Kategorisasi Dukungan Sosial	57
Tabel 4. 20 Koefisien Output SE Dukungan Sosial.....	58
Tabel 4. 21 Output SE Dukungan Sosial	58
Tabel 4. 22 Gorup Statistik Dukungan Sosial.....	59
Tabel 4. 23Independent Sample Test Dukungan Sosial.....	60
Tabel 4. 24 Hasil Uji T dan Koefisien Determinasi tiap Agen Dukungan Sosial	60
Tabel 4. 25 Uji analisis regresi linear Berganda	61
Tabel 4. 26 Uji F Simultan.....	62
Tabel 4. 27 Uji Koefisien Determinasi	62
Tabel 4. 28 Uji Parsial T	63

Tabel 4. 29 Output Sumbangan Efektif Variabel Independent	63
Tabel 3 3 Blue print Skala <i>Body Image</i> sebelum di uji coba	33
Tabel 3 4 blue print dukungan sosial sebelum diuji coba	34
Tabel 3 5 Skor validitas skala kepercayaan diri.....	35
Tabel 3 6 Blueprint skala kepercayaan diri setelah uji coba.....	36
Tabel 3 7 Skor validitas skala <i>body image</i>	37
Tabel 3 8 Blueprint skala <i>body image</i> setelah uji coba.....	37
Tabel 3 9 Skor validitas skala dukungan sosial	38
Tabel 3 10 Blue print skala dukungan sosial setelah uji coba.....	39
Tabel 3 11 Uji reliabilitas.....	40
Tabel 3 12 Rumus uji kategorisasi tiga jenjang	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	92
Lampiran 2 Angket Penelitian	93
Lampiran 3 Tabulasi Data Variabel Kepercayaan diri.....	97
Lampiran 4 Tabulasi Data Variabel Body Image	99
Lampiran 5 Tabulasi Data Variabel Dukungan Sosial.....	101
Lampiran 6 Validitas Kepercayaan Diri	103
Lampiran 7 Reliabilitas Kepercayaan Diri.....	106
Lampiran 8 Validitas <i>Body Image</i>	108
Lampiran 9 Reliabilitas <i>Body Image</i>	111
Lampiran 10 Validitas Dukungan Sosial	113
Lampiran 11 Reliabilitas Dukungan Sosial.....	117
Lampiran 12 Uji Normalitas	119
Lampiran 13 Uji Heteroskedastisitas	119
Lampiran 14 Uji Multikoleniaritas	120
Lampiran 15 Autokorelasi	120
Lampiran 16 Uji Linearitas	120
Lampiran 17 Uji statistik deskriptif Kepercayaan diri.....	120
Lampiran 18 Uji statistik deskriptif body image	121
Lampiran 19 Uji statistik deskriptif dukungan sosial	121
Lampiran 20 Uji Kategorisasi	121
Lampiran 21 Uji F Simultan	121
Lampiran 22 Analisis Regresi Berganda	122
Lampiran 23 Uji Parsial T.....	122
Lampiran 24 Koefisien Determinasi R	123
Lampiran 25 Ooutput Sumbangan Efektif	123
Lampiran 26 Uji SE Variabel Kepercayaan Diri	123
Lampiran 27 Uji SE Variabel <i>Body Image</i>	125
Lampiran 28 Uji SE Variabel Dukungan Sosial	126

ABSTRAK

Dwi Nadya Cahyani 200401110252. Pengaruh *Body Image* Dan Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Pada Siswa MTs Islamiyah Pakis, 2024.

Pembimbing: Abd. Hamid Cholili, M.Psi., Psikolog, Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting kepribadian untuk dimiliki oleh setiap individu. Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri sehingga individu tidak terlalu cemas terhadap segala tindakannya dan mampu melakukan apa yang disukainya dengan leluasa serta bertanggung jawab atas segala tindakannya. Fenomena yang terjadi dilapangan bahwasannya siswa menghadapi permasalahan dalam hal kepercayaan diri mereka cenderung merasa malu dan takut ketika diminta menjawab pertanyaan atau maju didepan kelas tidak memiliki keberanian meskipun sebenarnya memiliki kemampuan. Dalam penelitian ini faktor yang menjadi pengaruh terhadap menurunnya kepercayaan diri pada siswa adalah *body image* dan dukungan sosial.

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk 1) mengetahui tingkat kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis. 2) mengetahui tingkat *body image* pada siswa MTs Islamiyah Pakis 3) mengetahui tingkat dukungan sosial pada siswa MTs Islamiyah Pakis, 4) mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis, 5) mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis, dan 6) mengetahui pengaruh *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis.

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Subjek pada penelitian ini diambil dari populasi siswa MTs Islamiyah Pakis yang berjumlah 78 siswa. Dengan menggunakan teknik sampel jenuh. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kepercayaan diri, skala *body image*, dan skala dukungan sosial. Dalam menganalisa data peneliti menggunakan teknik analisis deskriptif dan analisis regresi linear berganda yaitu uji T dan uji F.

Hasil pada penelitian ini adalah menunjukkan 1) tingkat kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis dalam kategori sedang, 2) tingkat *body image* pada siswa MTs Islamiyah berada dalam kategori sedang, 3) tingkat dukungan sosial pada siswa MTs Islamiyah Pakis berada dalam kategori sedang, 4) hasil uji T menunjukkan *body image* berpengaruh terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah sebesar 17,7%, 5) begitu pula pada dukungan sosial juga berpengaruh terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah sebesar 25,8% 5) dan pada hasil uji F menunjukkan *body image* dan dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap kepercayaan dengan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti *body image* dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis. Adapun besarnya pengaruh *body image* dan dukungan sosial secara simultan terhadap kepercayaan diri adalah sebesar 34,1%.

Kata Kunci : Kepercayaan Diri, *Body Image*, Dukungan sosial

ABSTRACT

Dwi Nadya Cahyani 20040111252. The Influence of Body Image and Social Support on Self-Confidence in Students of MTs Islamiyah, 2024.

Supervisor: Abd. Hamid Cholili, M.Psi., Psychologist, Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.

Self-confidence is one of the important aspects of personality for every individual to have. Self-confidence is a person's belief in his own abilities so that individuals are not too anxious about all their actions and are able to do what they like freely and take responsibility for all their actions. The phenomenon that occurs in the field is that students face problems in terms of self-confidence they tend to feel shy and afraid when asked to answer questions or come forward in front of the class do not have the courage even though they actually have the ability. In this study, the factors that influence the decline in self-confidence in students are body image and social support.

The objectives of this study were to 1) determine the level of self-confidence in MTs Islamiyah Pakis students, 2) determine the level of body image in MTs Islamiyah Pakis students, 3) determine the level of social support in MTs Islamiyah Pakis students, 4) determine the effect of body image on self-confidence in MTs Islamiyah Pakis students, 5) determine the effect of social support on self-confidence in MTs Islamiyah Pakis students, and 6) determine the effect of body image and social support on self-confidence in MTs Islamiyah Pakis students.

This research uses a quantitative approach method. The subjects in this study were taken from the population of MTs Islamiyah Pakis students totaling 78 students. By using saturated sample technique. The instruments used in this study are self-confidence scale, body image scale, and social support scale. In analyzing the data, researchers used descriptive analysis techniques and multiple linear regression analysis, namely the T test and F test.

The results of this research are showing 1) the level of self-confidence in MTs Islamiyah Pakis students in the moderate category, 2) the level of body image in MTs Islamiyah students is in the moderate category, 3) the level of social support in MTs Islamiyah Pakis students is in the moderate category, 4) the results of the T test show that body image affects self-confidence in MTs Islamiyah students by 17, 7%, 5) as well as social support also affects self-confidence in MTs Islamiyah students by 25.8% 5) and the results of the F test show body image and social support have an influence on confidence with a sig value of $0.000 < 0.05$ which means body image and social support have a significant influence on self-confidence in MTs Islamiyah Pakis students. The magnitude of the effect of body image and social support simultaneously on self-confidence is 34.1%.

Keywords: Self-confidence, Body Image, Social Support

مستخلص البحث

دوي ناديا جاهياني ٢٥٢، ١١١٠، ٢٠٠٤. تأثير صورة الجسم والدعم الاجتماعي على الثقة بالنفس لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس، ٢٠٢٤.

المشرف: عبد الحميد خليلي، ماجستير علم النفس. الدكتور إيلوك حليلة السعيدية، ماجستير علم النفس.

الثقة بالنفس هي أحد الجوانب المهمة في الشخصية التي يجب أن يمتلكها كل فرد. فالثقة بالنفس هي إيمان الشخص بقدراته الذاتية بحيث لا يشعر الفرد بالقلق الشديد تجاه جميع تصرفاته ويكون قادراً على القيام بما يحلو له بحرية ويتحمل مسؤولية جميع تصرفاته. والظاهرة التي تحدث في هذا المجال هي أن الطلاب يواجهون مشاكل من حيث الثقة بالنفس، فهم يميلون إلى الشعور بالخجل والخوف عندما يطلب منهم الإجابة عن الأسئلة أو التقدم أمام الفصل لا يملكون الشجاعة رغم أنهم في الواقع يملكون القدرة. في هذه الدراسة، فإن العوامل التي تؤثر على انخفاض الثقة بالنفس لدى الطلاب هي صورة الجسم والدعم الاجتماعي.

تمثلت أهداف هذه الدراسة في (١) تحديد مستوى الثقة بالنفس لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس، (٢) تحديد مستوى صورة الجسم لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس، (٣) تحديد مستوى الدعم الاجتماعي لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس، (٤) تحديد تأثير صورة الجسم على الثقة بالنفس لدى المدرسة الثانوية إسلامية باكيس، (٥) تحديد تأثير الدعم الاجتماعي على الثقة بالنفس لدى المدرسة الثانوية إسلامية باكيس، (٦) تحديد تأثير صورة الجسم والدعم الاجتماعي على الثقة بالنفس لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس.

يستخدم هذا البحث طريقة المنهج الكمي. وقد تم أخذ عينة الدراسة من مجتمع طلبة المدرسة الثانوية إسلامية باكيس البالغ عددهم ٧٨ طالباً وطالبة. باستخدام أسلوب العينة المشبعة. الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة هي مقياس الثقة بالنفس، ومقياس صورة الجسم، ومقياس الدعم الاجتماعي. في تحليل البيانات، استخدم الباحثون تقنيات التحليل الوصفي وتحليل الانحدار الخطي المتعدد، أي اختبار T واختبار F.

وقد أظهرت نتائج هذا البحث: (١) أن مستوى الثقة بالنفس لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس في الفئة المعتدلة، (٢) أن مستوى صورة الجسم لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس في الفئة المعتدلة، (٣) أن مستوى الدعم الاجتماعي لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس في الفئة المعتدلة، (٤) أن نتائج اختبار T تظهر أن صورة الجسم تؤثر على الثقة بالنفس لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس بنسبة ١٧,٧%، (٥) وكذلك الدعم الاجتماعي يؤثر أيضاً على الثقة بالنفس لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس بنسبة ٢٥,٨%، (٦) وتظهر نتائج اختبار (F) أن صورة الجسم والدعم الاجتماعي لهما تأثير على الثقة بالنفس بقيمة $0.000 < 0.05$ مما يعني أن صورة الجسم والدعم الاجتماعي لهما تأثير كبير على الثقة بالنفس لدى طالبات المدرسة الثانوية إسلامية باكيس. يبلغ حجم تأثير صورة الجسم والدعم الاجتماعي في أن واحد على الثقة بالنفس ٣٤,١% الكلمات المفتاحية الثقة بالنفس، صورة الجسم، الثقة بالنفس، صورة الجسم، الدعم الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: الثقة بالنفس، صورة الجسم، الدعم الاجتماعي

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan pada kehidupan manusia merupakan suatu komponen yang memiliki dampak yang cukup signifikan. Terutama di era saat ini yang semakin ketatnya persaingan di berbagai bidang. Persaingan ketat ini sering terlihat dalam berbagai aspek, seperti persaingan untuk mendapatkan pekerjaan atau mendapat tempat di sekolah. Pendidikan memiliki kemampuan untuk mengubah individu dalam berbagai aspek, termasuk sikap, pengetahuan, dan perilaku mereka. Melalui berbagai bentuk komunikasi dan keterlibatan, pendidikan berupaya secara aktif membantu siswa mengembangkan potensi mereka, sehingga mereka dapat beradaptasi dengan lingkungan yang mereka hadapi. Undang-undang No. 20 Tahun 2003 menyatakan bahwa pendidikan merupakan sebuah upaya sadar dan terencana dalam mewujudkan suasana proses belajar dan pembelajaran agar peserta didik aktif dalam mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, kepribadian, pengendalian diri, kecerdasan, budi pekerta yang baik, keterampilan yang diperlukan dirinya, berbangsa, dan negara. Salah satu hal yang sangat penting dalam membentuk kepribadian siswa merupakan pendidikan.

Siswa yang duduk dibangku Madrasah Tsanawiyah merupakan siswa yang berada pada masa remaja. Perkembangan pada setiap masing-masing individu akan melewati proses masa remaja. Santrock berpendapat bahwa pada masa remaja mengalami proses peralihan dalam perkembangan yang meangakibatkan perubahan pada diri individu, bentuk fisik yang berubah, kondisi emosional, biologis, dan kognitif individu (Deni & Ifdil 2016). Sedangkan menurut Hurlock perkembangan masa remaja menjelaskan periode dalam perkembangan individu, terdapat masa pencapain kematangan mental, emosional, sosial, fisik, serta perlihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Yang memunculkan karakter yang berbeda-beda antara satu remaja dengan yang lainnya. Selama masa remaja, terjadi perubahan yang cepat, baik secara

fisik, psikis, maupun sosial, yang membawa banyak persoalan dan tantangan (Fitri et al. 2018). Pada masa perkembangan yang dialami oleh remaja mendorong mereka untuk beradaptasi dengan perubahan psikologi. Hal ini disebabkan oleh proses perkembangan yang dialami oleh remaja, yang mengarah pada kematangan akan terjadi pada setiap individu. Selama proses kematangan ini, para remaja akan menghadapi berbagai tantangan dan berusaha mengatasinya. Secara psikologis, jika remaja kurang percaya diri dan merasa bahwa sikap, perilaku, dan prestasinya tidak memadai untuk memenuhi peran perkembangan mereka, maka mereka akan mengalami rasa rendah diri, sehingga pada akhirnya akan menyebabkan rendahnya tingkat kepercayaan diri (Sukmawati 2023).

Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja (Walgito,2000). Menurut Surya (2007) percaya diri merupakan aspek penting dalam perkembangan kepribadian seseorang, yang berperan sebagai penentu dan pendorong bagaimana seseorang bersikap dan bertingkah laku dalam perkembangan siswa disekolah. Siswa perlu memiliki kepercayaan diri untuk melakukan berbagai aktivitas sekolah seperti mengajukan pendapat dalam diskusi, mengajukan pertanyaan kepada guru saat merasa kesulitan, memberikan gagasan didepan banyak orang (Prasetiawan & Saputra 2018). Perry (dalam Prasetiawan & Saputra, 2018) mengatakan rasa percaya diri juga memberikan individu kemampuan untuk menghadapi tantangan baru, yakin terhadap diri sendiri dalam situasi sulit, menyelesaikan hal-hal yang belum pernah dilakukan, memanfaatkan bakat dan kemampuan secara sepenuhnya, dan tidak mengkhawatirkan kegagalan.

Maka dari itu pada masa remaja ini siswa harus memiliki rasa percaya diri. Agar siswa dapat mengembangkan segala potensi yang ada didalam dirinya. Remaja yang memiliki rasa percaya diri rendah akan menunjukkan perilaku seperti, ketika menjalankan tugas menjadi ragu, tidak memperoleh dukungan teman, menghindari situasi komunikasi, menutup diri, mengurangi interaksi dengan lingkungan, dan berkurangnya aktivitas pada kegiatan kelompok (Fitri et al. 2018). Tidak memiliki tanggung jawab dan suka

menyalahkan orang lain menjadi penyebab terjadinya masalah, malu ketika tampil dihadapan banyak orang, gugup ketika memberikan gagasan dan membandingkan dengan orang lain (Amma et al., 2017). Menurunnya performa akademik, motivasi, dan prestasi akademik diakibatkan oleh rendahnya percaya diri siswa (Prasetiawan & Saputra, 2018).

Pada beberapa hasil penelitian yang ditemukan bahwa sebagian besar kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang seperti yang telah ditemukan oleh peneliti pada penelitian yang dilakukan Meina (2020) di SMP 1 Negeri Darul Imarah menunjukkan mayoritas siswa SMP Negeri 1 Darul Imarah memiliki kepercayaan diri pada kategori sedang. Pada penelitian Tohir & Suhardinata (dalam Fitri et al. 2018) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri remaja pada tingkat sedang. Hanya sebagian kecil remaja yang memiliki rasa peraya diri yang tinggi. Berdasarkan pada yang ditemukan oleh peneliti pada sekolah MTs Islamiyah pada hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada 6 November 2023 kepada Kepala Sekolah MTs Islamiyah yang mengatakan bahwasebagian besar siswa masih menghadapi masalah dalam hal kepercayaan diri. Mereka cenderung merasa malu dan takut ketika diminta untuk berbicara di depan kelas atau menjawab pertanyaan. Beberapa siswa bahkan tidak memiliki keberanian untuk maju ke depan meskipun sebenarnya memiliki kemampuan untuk mengerjakan tugas atau menjawab pertanyaan tersebut. Terkait pemahaman materi, respons siswa bervariasi, di mana sebagian besar siswa lebih memilih untuk diam dan enggan bertanya jika mereka merasa tidak memahami.

“Selama saya ngajar di kelas, mereka cenderung malu-malu dan takut ketika diminta untuk berbicara di depan kelas atau menjawab pertanyaan. Beberapa bahkan tidak berani maju ke depan meskipun mereka sebenarnya mampu mengerjakan tugas atau menjawab pertanyaan tersebut. Saat masalah pelajaran atau pemahaman materi yang belum paham, respons siswa juga beragam. Sebagian besar siswa masih cenderung diam dan enggan bertanya jika mereka merasa tidak memahami. Meskipun demikian, ada sebagian kecil siswa yang cukup berani untuk bertanya jika mereka merasa tidak paham. Dalam keseluruhan, saya melihat bahwa kepercayaan diri masih menjadi tantangan di kelas masih ada siswa yang perlu lebih banyak dukungan untuk mengatasi rasa grogi mereka” (wawancara 6 November 2023)

Begitu pula juga pada pengamatan dan wawancara pada siswa MTS pada tanggal 6 November 2023 terlihat bahwa siswa merasa kurang percaya diri merasa takut untuk berbicara di depan teman-teman dan merasakan kekhawatiran ketika diminta guru untuk maju ke depan kelas atau menjawab pertanyaan. Mereka mengungkapkan rasa khawatir akan kemungkinan tertawaan atau kesalahan, dan juga ada siswa yang lebih suka menyendiri menjauhi dari teman-temannya karena merasa kurang percaya diri dibandingkan teman-teman yang yang tidak sebanding dengan dirinya. Dan beberapa siswa juga ketika ditanya oleh peneliti hanya menggelengkan kepala dan menjawab dengan suara lirih serta nervous.

“Kalau kedepan biasanya ga mau saya mbak, ya takut kalau jawab salah nanti diketawain. Terus saya ngerasa kayak ga sekeren atau sejago temen-temen yang bisa jawab pertanyaan dengan pede.” (RA Wawancara 6 November 2023)

Dengan demikian hasil dari pengamatan dan wawancara diatas mengungkapkan fenomena yang terjadi pada siswa MTs Islamiyah terdapat fenomena kepercayaan diri yang rendah pada siswa dengan jawaban responden pada saat wawancara dan pengamatan yang sudah dijelaskan diatas. Maka dari itu penelitian ini perlu dilakukan untuk meninjau lebih lanjut tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa MTs Islamiyah. Karena kepercayaan diri merupakan salah satu ciri kepribadian manusia yang berperan penting dalam mewujudkan seluruh potensi yang dimiliki seseorang. Yakin dan selalu berusaha dalam mengembangkan potensi diri secara maksimal menandakan bahwa remaja memiliki rasa percaya diri, sebaliknya kepercayaan diri yang kurang baik pada remaja tidak akan bisa dalam mengembangkan bakat, dan potensi yang ada dalam diri remaja(dalam Rais, 2022)

Menurut Lauster (2012) kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri sehingga individu tidak terlalu cemas terhadap segala tindakannya dan mampu melakukan apa yang disukainya dengan leluasa serta bertanggung jawab atas segala tindakannya. Individu yang memiliki sikap percaya diri juga menonjolkan sikap hangat dan sopan ketika berinteraksi dengan individu lain, dorongan prestasi yang baik, dan mampu mengenali

potensi kelebihan serta kekurangan diri sendiri. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan mampu mewujudkan seluruh potensi yang dimilikinya Lauster (2012) Dan aspek yang harus dimiliki oleh seorang yang memiliki kepercayaan diri menurut Lauster (2012) adalah keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Kepercayaan diri merupakan hal yang sangat penting bagi seorang siswa atau peserta didik, karena hal ini akan memengaruhi berbagai aspek kehidupannya, termasuk proses pergaulan dan belajarnya. Kepercayaan diri peserta didik tidak semuanya berada pada kategori baik, ada yang merasa kurang percaya diri. Hal ini bisa memengaruhi sikap mereka dalam berbagai situasi, termasuk di lingkungan sekolah (Rais, 2022).

Penurunan rasa kepercayaan diri atau kepercayaan diri yang rendah seringkali diakibatkan oleh beberapa faktor, baik berasal dari faktor internal atau faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari individu itu sendiri, salah satu penyebab faktor internal yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri adalah kondisi fisik. Seperti yang diungkapkan oleh Anthony (dalam Tan 2021) penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya kepercayaan diri. Perubahan fisik yang dialami remaja bisa memiliki dampak pada psikologis nya yang tidak selalu baik dan pada perubahan fisik yang dialami remaja seringkali tidak memuaskan sehingga mendorong remaja untuk mencapai fisik yang ideal (Lilishanty & Maryatmi, 2019). Remaja cenderung lebih memperhatikan penampilan mereka saat mengalami perubahan fisik ini, mereka menjadi lebih sadar akan penampilan mereka dan berdampak pada keinginan membandingkan diri mereka dengan orang lain, terciptanya standar tertentu pada masing-masing remaja (Frisca, J., Umari, T & Khadijah, 2022). Dimulai dari penampilan fisik, remaja mulai membentuk gambaran dan persepsi tentang bentuk tubuh yang diinginkan. Mereka kemudian membandingkan penampilan fisik mereka dengan orang lain dan menetapkan standar tubuh yang ideal bagi setiap remaja. Gambaran dan persepsi ini dikenal sebagai *body image* (Fitri et al., 2018).

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap siswa MTs Islamiyah mendapatkan hasil dari beberapa siswa yang mengatakan bahwa *body image* menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa. Beberapa dari mereka mengutarakan perasaan kurang percaya diri terkait penampilan fisik mereka, seperti ukuran tubuh atau penampilan wajah. Seperti salah satu siswa laki-laki yang merasa minder dengan teman nya karena tinggi badannya tidak sebanding dengan teman-temannya dan siswi yang merasa tidak puas dengan penampilan wajahnya sehingga ketika sekolah menggunakan kosmetik yang berlebihan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salamah et al., (2022) pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Bantul bahwa *body image* dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa. Besarnya pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri adalah 35,8%.

Menurut Cash et al., (2002) *body image* adalah persepsi penilaian individu terhadap bentuk tubuh meliputi penampilan, perasaan, dan kemampuan individu. Penilaian positif terhadap *body image* terjadi ketika seseorang memiliki sikap dan penerimaan terhadap bentuk tubuhnya, serta merasakan kepuasan terhadap penampilan dan perasaan diri. Sebaliknya, penilaian negatif dapat timbul ketika seseorang mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan fisiknya atau bentuk tubuhnya. Menurut Cash et al., (2002) *body image* memiliki lima aspek yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh. Pandangan remaja terhadap tubuhnya sangat memengaruhi *body image* yang dimilikinya. Remaja yang merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya, meskipun dianggap menarik oleh orang lain, cenderung memiliki *bodi image* yang rendah. Sebaliknya remaja yang memiliki pandangan positif terhadap *body image* mereka cenderung akan lebih mudah merasakan bahagia, tidak mudah khawatir, dan memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

Selain faktor internal seperti *body image* yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa terdapat faktor eksternal. Salah satu faktor eskternal ini

berupa dukungan sosial yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa. Dukungan sosial dapat diperoleh dari keluarga, teman, dan lingkungan (Zaman, 2021). Dengan adanya dukungan dari internal lingkungan keluarga menjaga komunikasi dengan baik akan berdampak pada memberikan rasa nyaman dan kepercayaan diri yang baik. Sementara itu, lingkungan eksternal seperti lingkungan sekolah, teman, dan norma-norma sosial yang berlaku juga berperan dalam membentuk kepercayaan diri siswa (Centi dalam Tan 2021)

Hasil dari wawancara dan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada siswa MTs Islamiyah Pakis yaitu beberapa siswa mengungkapkan bahwa masih kurang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungannya. Hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada Kepala Sekolah memperoleh hasil informasi bahwa ada siswa masih rendah dalam mendapatkan dukungan yang cukup dari orang tua mereka seperti orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya sehingga kurang memberikan perhatian kepada anaknya, siswa yang tinggal bersama nenek nya yang mungkin juga tidak selalu mendapatkan dukungan yang memadai karena berbagai alasan. Hal ini dapat memicu perasaan anak dengan beranggapan sendiri dan kurang mendapatkan dukungan dari lingkungan sosial sehingga menimbulkan rasa kurang percaya diri.

Pernyataan diatas bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi kepercayaan diri selaras pada penelitian yang telah dilakukan Listiyani (2019) bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kepercayaan diri siswa kelas X SMK Negeri 1 Pringapus, dengan hasil koefisien korelasi antara dukungan sosial orang tua dengan kepercayaan diri dengan nilai $r = 0,860$ dan koefisien signifikansi $0,000 \leq 0,05$

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial memberikan rasa nyaman, penghargaan yang diperoleh dari faktor orang lain, dan perhatian yang didapatkan dari individu atau kelompok lain. Beberapa dimensi yang dapat mempengaruhi dukungan sosial menurut Sarafino (2011) yaitu dukungan emosional (emotional support), dukungan penghargaan (esteem support), dukungan instrumental (instrumental support), dan dukungan Informasi

(Information Support). Seseorang yang memiliki hubungan baik dengan orang lain, seperti hubungan dengan keluarga dan hubungan dengan teman dapat meningkatkan kemampuan kompetensinya dalam menghadapi berbagai masalah sehari-hari. Siswa yang berhasil memperoleh banyak dukungan sosial dari teman-temannya akan memberikan rasa bahwa mereka disukai dan diperhatikan, sehingga meningkatkan tingkat kepercayaan diri mereka. Dukungan sosial dari guru, teman, dan orang tua berperan penting dalam memenuhi kebutuhan siswa.

Dengan demikian, berdasarkan pada sedikit penjelasan yang telah diuraikan oleh peneliti diatas, maka peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian tentang pengaruh *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis?
2. Bagaimana tingkat *body image* pada siswa MTs Islamiyah Pakis?
3. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada siswa MTs Islamiyah Pakis?
4. Bagaimana pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis?
5. Bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis?
6. Bagaimana pengaruh *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis?

C. Tujuan

1. Mengetahui tingkat kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis
2. Mengetahui tingkat *body image* pada siswa MTs Islamiyah Pakis
3. Mengetahui tingkat dukungan sosial pada siswa MTs Islamiyah Pakis
4. Mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis
5. Mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis

6. Mengetahui pengaruh *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis

D. Manfaat

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi banyak pihak yaitu :

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber referensi dan menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi pembaca khususnya pada bidang psikologi pendidikan maupun pendidikan lain.

b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi peneliti diharapkan penelitian ini menjadi ilmu baru yang dapat dijadikan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya.
- 2) Bagi pembaca diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai penambah wawasan pengetahuan dan dapat menyelesaikan pendidikan dengan nilai terbaik.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2012) kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri sehingga tidak terlalu cemas terhadap segala tindakannya dan mampu melakukan apa yang disukainya dengan leluasa serta bertanggung jawab atas segala tindakannya. Seseorang dengan rasa percaya diri juga cenderung bersikap hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi, dan mampu mengenali kelebihan serta kekurangan diri sendiri. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan mampu mewujudkan seluruh potensi yang dimilikinya. Dalam (Ghufron & Risnawita (2014) Lauster mengungkapkan bahwa kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan pada kemampuan individu. Hal ini membuat seseorang tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan mampu bertindak sesuai kehendaknya sendiri, dengan perasaan gembira, sikapoptimis, toleransi yang memadai, serta rasa tanggung jawab. Sedangkan Willis dalam Ghufron & Risnawita (2014) Kepercayaan diri merupakan keyakinan bahwa seseorang mampu mengatasi hambatan dengan cara yang optimal dan dapat memberikan kebahagiaan kepada orang lain.

Kumara dalam Ghufron & Risnawita (2010) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah ciri kepribadian yang mencerminkan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Craven dalam Jaafar et al. (2019) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah suatu konstruksi psikologis yang menyatu dan dapat memengaruhi kinerja akademis siswa. Menurut Craven dalam Jaafar et al. (2019) ketika seseorang memiliki kepercayaan diri, hal ini mencerminkan adanya harapan bahwa individu tersebut mampu mencapai tujuan yang ditetapkan dalam suatu situasi tertentu. (Jaafar et al., 2019).

(Ghufron & Risnawita, 2014) menegaskan bahwa kepercayaan diri merupakan bagian penting dalam kepribadian setiap individu. Ketidakberadaan kepercayaan diri dapat menyebabkan berbagai masalah

dalam diri seseorang. Dengan memiliki kepercayaan diri, individu mampu mengaktualisasikan potensinya. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri mampu mewujudkan potensi yang melekat pada dirinya, seseorang yang percaya diri akan selalu menyadari potensi dirinya secara maksimal, akan berusaha menemukan potensi besar dalam dirinya yang dapat dikembangkan, dan tidak mempunyai perasaan tidak mampu atau putus asa. Meski banyak rintangan yang menghadang, seseorang yang memiliki kepercayaan diri tidak mudah menyerah dan terus berusaha mencapai tujuannya.

2. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2012) aspek-aspek kepercayaan diri terdiri dari keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

a. Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan dalam kemampuan diri mencerminkan sikap positif seseorang terhadap dirinya sendiri, menunjukkan bahwa individu tersebut sungguh-sungguh percaya akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau aktivitas tertentu.

b. Optimis

Sikap optimis adalah sikap positif yang dimiliki oleh seseorang yang selalu melihat segala hal dengan pandangan yang baik mengenai dirinya dan kemampuannya

c. Objektif

Individu yang memiliki pendekatan objektif menilai permasalahan atau situasi berdasarkan kebenaran yang objektif, bukan berdasarkan pandangan pribadi atau sudut pandang subjektifnya individu.

d. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab mengacu pada kesiapan individu untuk menerima tanggung jawab penuh atas hasil pilihan atau tindakan yang diambilnya.

e. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis berarti menganalisis permasalahan, keadaan, atau kejadian dengan menggunakan penalaran yang sesuai dengan kenyataan

dan dapat diterima oleh akal. situasi, atau kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal.

Menurut Kumara dalam Hidayat & Bashori (2016) terdapat empat aspek kepercayaan diri yang meliputi:

- a. Keterampilan mengatasi masalah, yakni kemampuan intelektual untuk mencari solusi terhadap permasalahan dengan menggunakan pengetahuan yang dimiliki.
- b. Tanggung jawab terhadap keputusan dan tindakan, melibatkan penerimaan keputusan dan pelaksanaan tindakan dengan penuh tanggung jawab.
- c. Keterampilan berinteraksi, mengacu pada kemampuan individu dalam berinteraksi sosial di dalam lingkungan sekitarnya.
- d. Keterbukaan terhadap kritik, menggambarkan kemampuan seseorang untuk menerima, memproses, dan menanggapi kritik dari pihak lain dengan sikap yang terbuka.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dikelompokkan menjadi dua kategori, yakni faktor internal dan eksternal (Ghufron & Risnawita, 2014).

a. Faktor Internal

1). Konsep diri

Pembentukan konsep diri seseorang diperoleh melalui interaksi kelompok merupakan langkah awal menuju pengembangan rasa percaya diri. Konsep diri merupakan cerminan persepsi diri seseorang. Seseorang yang percaya diri mempunyai konsep diri yang baik, sedangkan orang memiliki harga diri yang buruk biasanya mempunyai konsep diri yang negatif.

2). Harga diri

Penilaian seseorang terhadap dirinya dikenal dengan istilah harga diri. Seseorang yang memiliki rasa harga diri yang tinggi lebih cenderung

menilai dirinya sendiri secara positif dan logis serta mampu menjalin ikatan dengan orang lain. Sebaliknya seseorang yang memiliki harga diri yang buruk sering kali menjadi terlalu bergantung, kurang percaya diri, dan kesulitan dalam situasi sosial. erupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri.

3). Kondisi fisik

Perubahan keadaan fisik seseorang juga berdampak pada kepercayaan diri. Anthony dalam Ghufroon & Risnawita (2014) menyatakan bahwa rendahnya diri dan kurang percaya diri seseorang terutama disebabkan oleh penampilan fisiknya.

4). Pengalaman hidup

Harga diri yang rendah sering kali disebabkan oleh kurangnya rasa percaya diri yang berasal dari peristiwa hidup yang tidak memuaskan. Hal ini lebih mungkin terjadi jika seseorang tersebut kurang kasih sayang, perhatian, dan pada dasarnya merasa tidak aman.

b. Faktor Eksternal

1) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi tingkat kepercayaan dirinya. Seseorang yang berpendidikan lebih rendah biasanya menjadi lebih bergantung pada orang lain dan lebih rentan berada dibawah kendali seseorang yang berpendidikan lebih tinggi. Sebaliknya seseorang yang berpendidikan lebih tinggi biasanya menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang berpendidikan lebih rendah.

2) Pekerjaan

Pekerjaan juga berperan dalam pengembangan kepercayaan diri. Melalui pekerjaan, seseorang dapat mengembangkan kreativitas, kemandirian, dan meningkatkan rasa percaya diri. Keberhasilan dalam pekerjaan tidak hanya berarti mendapatkan materi, tetapi juga memberikan kepuasan dan kebanggaan karena kemampuan individu yang terus berkembang.

4. Lingkungan

Lingkungan mempunyai peran penting baik bagi keluarga maupun masyarakat secara luas. Perasaan nyaman dan percaya diri bisa saja muncul dari lingkungan keluarga yang menubuhkan interaksi positif antar anggota keluarga. Demikian pula, dalam lingkungan sosial, harga diri masyarakat tumbuh hingga mereka dapat menyesuaikan diri dengan norma-norma masyarakat dan mendapat penerimaan dari orang lain.

5. Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam

Kepercayaan diri merupakan suatu aspek keperibadian manusia yang memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan individu. Dalam Al-Qur'an rasa percaya diri memiliki kaitan erat dengan keimanan. Seseorang yang beriman pasti memiliki perasaan nyaman, tenang, tanpa rasa sedih, takut, dan khawatir yang mana hal tersebut mencakup pada kepercayaan diri. (Huda, 2016). Untuk memperoleh rasa kepercayaan diri dalam agama islam individu diwajibkan untuk percaya kepada Allah, dengan demikian individu ketika akan melakukan segala sesuatu akan selalu dibarengi rasa optimis yaitu rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya. Optimis juga dapat membantu individu percaya diri dengan keputusan yang diambil (Rif'ati, 2018). Terdapat beberapa ayat dalam Al-Qur'an yang mengindikasikan mengenai percaya diri.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Yang artinya :*“Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang yang beriman”* (Q.S Ali'Imran:139)

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ

Yang artinya: *“Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: “Tuhan kami ialah Allah” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): “Janganlah kamu merasa*

takur dan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu”(Q.S Fusshilat:30)

Ayat-ayat ini berkaitan dengan sifat-sifat dan watak seorang mukmin yang mempunyai harga diri yang kuat dan nilai-nilai yang baik terhadap dirinya, sehingga dapat digolongkan sebagai ayat yang membahas tentang rasa percaya diri. Ayat ini menggambarkan orang yakin terhadap Al-qur'an adalah orang yang beriman dan tidak merasa takut, sedih, atau cemas. Dalam ayat tersebut individu yang percaya diri dalam Al-Qur'an disebut sebagai orang yang tidak merasa takut, sedih, serta mengalami kegelisahan merupakan orang yang beriman (Aya Mamlu'ah, 2019). Apabila seseorang yang beriman merupakan salah satu ciri rasa percaya diri yaitu sikap optimis. Optimis merupakan sikap yang sangat diperlukan bagi setiap individu untuk menjalani jalan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT. Seseorang yang optimis adalah orang yang taat dalam menjalankan segala perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya. Ia berharap bahwa Allah tidak menolak amal perbuatannya dan akan dilipatgandakan pahalanya. Sebaliknya, individu yang pesimis akan cenderung merasa khawatir, bingung, dan tidak dapat mengambil keputusan rasa khawatir ini yang berkembang menjadi kecemasan berlebihan dan akhirnya menyebabkan kurangnya percaya diri (Mamlu'ah, 2019)

B. Body Image

1. Pengertian Body Image

Menurut Cash et al., (2002) *body image* adalah persepsi individu terhadap bentuk tubuh meliputi ukuran tubuh, dan fungsi tubuh yang melibatkan persepsi tentang kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh. Menurut Thompson (2000) *body image seseorang* dipengaruhi oleh berat badan, ukuran, dan faktor lain yang mempengaruhi penampilan luarnya. (Rombe, 2013) berpendapat remaja yang memiliki *body image* positif atau negatif bisa mengambil langkah atau penanganan yang bisa membuat dirinya lebih baik kedepannya. Individu mempresentasikan dan memberikan nilai

terhadap apa yang dipikirkan, dirasakan terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, serta pendapat orang lain mengenai orang yang menjalaninya.

Denich & Ifdil (2015) *body image* gambaran keinginan individu terkait bentuk tubuh yang ideal dan apa yang mereka inginkan pada bentuk tubuhnya, berdasarkan pada persepsi orang lain dan seberapa keinginan individu dalam menyesuaikan bentuk tubuh. Bentuk tubuh seseorang berbeda-beda ada yang merasa kurang atau udah cukup, terlebih ketika individu memperoleh persepsi orang lain terhadap bentuk tubuhnya akan memperhatikan bentuk tubuhnya dan merubahnya. *Body image* merupakan penilaian seseorang mengenai tubuhnya sendiri, baik berkaitan dengan bentuk tubuh dan penampilan fisik (Malasari, 2020). *Body image* remaja mulai terbentuk seiring berkembangnya fisik dan kematangan mental. Keluarga juga memiliki peran penting dalam pembentukan *body image* pada remaja.

Menurut Grogan dalam Sharifah et al. (2022) berpendapat bahwa *body image* “A person perception, thoughts, and feelings, about his or her body” jadi *body image* pendapat, perasaan, dan pikiran terkait bentuk tubuhnya. Grogan menjelaskan bahwa *body image* bayangan seorang inividu terkait bentuk tubuhnya yang berasal dari pikirannya. *Body image* pada remaja secara umum sudah memiliki bentuk tubuh yang diinginkan atau ideal, sehingga apabila bentuk tubuhnya tidak sesuai dengan keinginan maka hal ini akan berpengaruh terhadap penilaian terhadap *body image* (Denich & Ifdil, 2016).

2. Aspek-aspek *Body Image*

Body image terdiri dari beberapa aspek, menurut Cash et al., (2002) yaitu:

- a. Evaluasi penampilan, merupakan pengukuran atau penilaian terhadap penampilan tubuh secara keseluruhan, yang menunjukkan memuaskan atau tidak, menarik atau tidak, dan puas atau tidak.
- b. Oreientasi penampilan, perhatian individu terhadap penampilan tubuhnya dan upaya yang mereka lakukan untuk menyempurnakan dan memperbaikinya disebut sebagai orientasi penampilan.

- c. Kepuasan terhadap bagian tubuh, kepuasan bagian tubuh, yang mengukur tingkat kepuasan seseorang terhadap bagian tubuh yang berbeda atau terlihat seperti wajah, rambut, dan bagian tubuh lainnya.
- d. Kecemasan menjadi gemuk, ketakutan individu terhadap berat badan bertambah dan kecenderungan, melakukan diet untuk menurunkan berat badan
- e. Pengkategorian ukuran tubuh, melibatkan penentuan persepsi seseorang terhadap berat badannya, mulai dari berat badan kurang hingga kelebihan berat badan.

Beberapa aspek *body image* juga dijelaskan oleh Thompson (2000) sebagai berikut:

- a. Persepsi komponen tubuh dan penampilan secara keseluruhan
Seseorang sedang dinilai baik oleh orang lain maupun oleh dirinya sendiri dalam situasi ini, bentuk tubuh meruokan tanda siapa dirinya. Apalagi emosi positif atau negatif terkait bentuk tubuh seseorang bisa diakibatkan oleh penampilan dan bentuk tubuh seseorang.
- b. Aspek perbandingan dengan orang lain.
Bias terhadap orang lain muncul ketika sesuatu dinilai lebih baik atau buruk dibandingkan yang lain. Ketika orang dipaksa untuk membandingkan penampilan fisik mereka dengan orang lain, mereka akan membandingkan dengan berbagai hal.
- c. Unsur sosial dan budaya (reaksi terhadap orang lain).
Jika seseorang menganggap orang lain menarik secara fisik, mereka akan mengevaluasi reaksinya terhadap orang tersebut. Citra seseorang kemudian akan menimbulkan hal positif untuk menilai dirinya.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Body Image*

Menurut Cash et al., (2002) terdapat empat faktor yang dapat memengaruhi *body image* seseorang terhadap tubuhnya, yaitu sebagai berikut:

- a. Jenis kelamin

Body image seseorang mungkin tumbuh secara berbeda tergantung pada jenis kelaminnya. Pria biasanya menganggap tubuh mereka sebagai alat yang aktif dan berguna untuk mendukung tugas sehari-hari. Jenis. Sedangkan perempuan lebih mementingkan estetika pada tubuhnya. Akibatnya, perempuan mengalami kepuasan terhadap *body image* yang lebih rendah dibandingkan laki-laki.

b. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal dapat menyebabkan seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain dan menerima kritik. Penerimaan dapat berdampak pada konsep diri seseorang, termasuk sentimen mengenai daya tarik fisik.

c. Orang tua

Dengan memilih dan mengomentai pakaian atau penampilan anak, serta mendorong anaknya untuk menghindari makanan tertentu dan berpenampilan menarik dengan cara tertentu, hal tersebut dapat memberikan dampak pada bagaimana anak mereka mengembangkan *body image* nya.

d. Media massa

Media massa mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan pandangan seseorang terhadap *body image*-nya. Media senantiasa menggambarkan seseorang yang ideal menurut standar tertentu. Hal ini diterima oleh konsumen media, oleh karena itu media semakin mempengaruhi konsep seseorang tentang *body image* dan penampilan ideal.

4. *Body Image* dalam Perspektif Islam

Manusia merupakan salah satu dari banyaknya makhluk dari ciptaan Allah SWT. Manusia satu-satunya makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna dengan diberikannya akal, akhlak, dan nafsu dalam menjalankan tindakan perilakunya. Agama islam sangat menjunjung tinggi nilai dalam menghargai bentuk tubuh yang diberikan ciptaan Allah, upaya yang dapat kita lakukan dalam menghargai *body image* dengan menjaga kesehatan, tanpa

merubah bentuk tubuh dan menjaga kesopanan. Menjaga kesehatan tubuh adalah kewajiban dalam islam hal ini termasuk dalam rutinitas harian seperti menjaga kebersihan diri, makan-makanan yang segat dan berolahraga. Dalam sebuah sabda Nabi Muhammad menjelaskan pentingnya menjaga kesehatan dan hadits yang diriwayatkan oleh (HR. Muslim) yang berbunyi sebagai berikut :

المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف

Yang artinya : “*Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada mukmin yang lemah*” (HR. Muslim)

Penerimaan diri terhadap bentuk *body image* dalam agama islam mengajarkan untuk umatnya tidak merasa tertekan oleh standar terhadap bentuk tubuh diri seseorang yang tidak realistis dan sering kali merusak diri. Penerimaan *body image* dan penghargaan terhadap bentuk tubuh yang diberikan oleh Allah lebih diutamakan dalam Al-Quran surah At-Tin ayat 4 yang berbunyi :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

Yang artinya : “*Sesungguhnya, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*” (Q.S At-Tin :4)

Melalui ayat tersebut Allah SWT menjelaskan bahwa makhluk yang paling sempurna sebaik-baiknya makhluk dengan bentuk, penampilan, akal, dan akhlak adalah manusia. Dengan diberikanya bentuk tubuh yang sempurna kita bisa menjalankan ibadah yang sesuai dengan tuntutan ajaran syariat agama islam, penampilan yang sesuai dengan agama islam menjaga aurat, diberikan akal pikiran dalam menuntut ilmu serta menyebarkan ajaran agama islam dan mempunyai akhlak yang baik. dalam sebuah pepatah arab mengatakan sebagai berikut :

الأدب فوق العلم

Yang artinya : “*Adab lebih tinggi daripada ilmu*”

Dalam agama islam adab atau etika sangat dijunjung tinggi, dikarenakan tingginya ilmu bisa dinilai dari etika atau adabnya. Jika seseorang memiliki ilmu belum tentu ia beradab tetapi jika seseorang beradab

tentunya ia memiliki ilmu. Sebagai makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna kita hendaknya selalu menyukuri nikmat yang telah diberikan oleh Allah jangan pernah sesekali mempunyai sifat kurang bersyukur dalam riwayat dijelaskan bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda :

أَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَإِنَّهُ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزِدَّوْا نِعْمَةَ
اللَّهِ عَلَيْكُمْ

Yang artinya : *“Lihatlah orang yang berada di bawahmu dan jangan melihat orang yang berada di atasmu, karena yang demikian itu lebih patut, agar kalian tidak meremehkan nikmat Allah yang telah diberikan kepadamu,”* (HR Bukhari dan Muslim).

Hadist diatas menegaskan bahwa sesungguhnya Allah SWT untuk selalu menyukuri nikmat yang telah diberikan seperti bentuk tubuh yang sempurna tanpa adanya cacat ataupun kekurangan bentuk tubuh sedikitpun.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial adalah dukungan yang memberikan kenyamanan, dan penghargaan yang diberikan orang lain, serta perhatian yang didapatkan orang lain. Menurut Cobb dalam Maslihah (2018) kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang di alami oleh individu merupakan beberapa pendorong dalam menumbuhkan perilaku dukungan sosial dari orang lain. Menurut cohen dalam Adnan et al. (2014) dukungan sosial mengacu pada berbagai sumber daya yang tersedia melalui hubungan antar pribadi seseorang. Dukungan sosial muncul diakibatkan persepsi bahwa ada orang-orang yang akan membantu ketika terjadi situasi atau peristiwa yang dapat menimbulkan masalah, dan bantuan tersebut dapat meningkatkan perasaan positif secara psikologis(Maslihah, 2018).

Menurut House dalam Amylia & Surjaningrum (2014) dukungan sosial mencerminkan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang melibatkan berbagai bentuk dukungan yang dapat diterima baik oleh individu maupun komunitas sosial secara luas. Dukungan sosial dapat berupa

informasi verbal atau non verbal, pemberian saran, bantuan nyata, atau perilaku yang diberikan oleh orang-orang terdekat dalam lingkungan sosial individu. Dukungan ini memberikan manfaat emosional atau mempengaruhi perilaku penerima menurut Gotlieb dalam (Endang, 2014).

Baron & Byrne (2004) dukungan sosial merupakan kenyamanan baik secara fisik dan psikologis yang bisa diperoleh individu dari orang-orang terdekat, teman, pasangan, guru dan keluarga. Menurut E.Taylor (2018) Menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan segala macam dukungan yang menghasilkan perasaan nyaman baik secara fisik dan kondisi psikologis yang diperoleh dari hubungan orang tua, pasangan, kerabat serta dalam lingkungan masyarakat. Dalam Hartini (2017) dukungan sosial tersebut ditujukan untuk mengatasi secara efektif ketika kondisi stres dan tertekan pada individu yang menghadapi masalah. Dukungan sosial adalah upaya untuk memberikan kualitas kesehatan mental, rasa percaya diri, semangat, dorongan, dan penerimaan diri menurut Johnson dan Jhonson dalam (Utami & Wideasavitri 2013).

Jarmitia et al.(2017) dukungan sosial mengarahkan seseorang terhadap rasa nyaman, rasa dimiliki, dihargai, dihormati, dan diakui keberadaanya. Dianto (2017) dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang siap membantu seseorang sehingga membuat individu percaya bahwa dirinya ikut diakui keberadaanya termasuk dalam bagian lingkunganya. Menurut Santrock dalam Aristya & Rahayu (2018) dukungan sosial adalah sebuah informasi atau tanggapan dari orang-orang terdekat yang disayangi, dihargai, dan dihormati dalam hubungan komunikasi dan situasi saling ketergantungan. Dukungan sosial dianggap bermanfaat bagi individu yang menerimanya dari orang yang kurang bisa dipercayai (Aditya & Permatasari, 2021).

Berdasarkan penjelasan definisi-definisi diatas terkait dukungan sosial peneliti menggunakan teori yang diungkapkan oleh Sarafino (2011) dukungan sosial merupakan dukungan yang mengarah pada rasa nyaman, penghargaan yang diperoleh dari orang lain, serta perhatian yang didapatkan dari individu atau kelompok orang lain

2. Dimensi Dukungan Sosial

Dimensi yang dapat mempengaruhi dukungan sosial menurut Sarafino (2011) memiliki empat aspek yaitu :

a. Dukungan emosional (*emotional support*)

Komunikasi yang empati, perhatian yang hangat, didengarkan, dan sikap kepedulian yang membuat orang tersebut diperhatikan merupakan indikator dukungan emosional. Dukungan sosial diartikan sebagai masukan seseorang kepada individu lain agar dapat memahami keadaan atau emosi orang tersebut.

b. Dukungan penghargaan (*esteem support*)

Ungkapan kepedulian untuk menghargai keberadaan orang lain disebut dengan dukungan penghargaan. Dengan adanya dukungan ini akan memastikan bahwa tidak ada lagi seseorang yang dianggap sebelah mata. Dukungan penghargaan ini menunjukkan bahwa setiap orang memiliki kebutuhan untuk dihargai, diterima, dan diakui atas kontribusinya kepada masyarakat.

c. Dukungan instrumental (*instrumental support*)

Seseorang yang menerima bantuan berupa bentuk kepedulian secara langsung dari orang lain dikatakan menerima dukungan instrumental. Seseorang akan merasa lebih terbantu dengan adanya dukungan instrumental ini (baik dalam bentuk barang maupun kebutuhan sehari-hari).

d. Dukungan Informasi (*Information Support*)

Dukungan sosial informasi adalah ketika seseorang menunjukkan kepedulian terhadap dirinya dengan memberikan informasi dalam bentuk nasihat untuk membantu diri sendiri, saran yang dapat ditindaklanjuti, petunjuk untuk menjalani sebuah kehidupan atau umpan balik (reaksi terhadap sesuatu).

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Aziz & Fatma (2013) faktor-faktor berikut yang dapat mempengaruhi dukungan sosial :

a. **Kebutuhan Fisik**

Kebutuhan fisik meliputi aktualisasi diri, rasa aman, interaksi sosial, harga diri, dan peningkatan tubuh. Termasuk juga kebutuhan akan potensi yang dimiliki, peningkatan kondisi tubuh, dan kondisi fisik yang optimal.

b. **Kebutuhan Sosial**

Kebutuhan di masyarakat seseorang mempunyai tiga kebutuhan sosial dasar: untuk berinteraksi dengan orang lain, untuk dipercaya oleh orang lain, dan untuk diakui keberadaannya. Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat memenuhi kebutuhannya sendiri sehingga bergantung satu sama lain untuk terlibat, sehingga kebutuhan sosial ini menjadi sangat diperlukan.

c. **Kebutuhan Psikis**

Kebutuhan psikis ini diperlukan untuk setiap manusia, dan bila terpenuhi maka kebutuhan psikologis seseorang akan memberikan energi positif pada kehidupan fisiknya. Kebutuhan psikis ini merupakan kebutuhan tentang kebutuhan spiritual seseorang, meliputi kebebasan untuk mengalami ketenangan, disayangi, menyayangi, dan penghargaan.

4. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam

Bantuan yang diberikan seseorang kepada orang lain dalam bentuk kenyamanan, cinta, dan kasih sayang disebut dengan dukungan sosial. Dalam perspektif Islam dukungan sosial disebut dengan “ta’awun” atau yang secara harafiah “tolong menolong”. Dalam agama Islam tolong menolong sangat dianjurkan mengingat bahwa manusia adalah makhluk sosial yang bergantung satu sama lain untuk mendapatkan dukungan dan tidak mampu menyelesaikan tugas sendiri. Dukungan sosial termasuk dalam hubungan manusia sesama manusia (*hablumminannas*). Dalam hubungan manusia bentuk perilaku seseorang terhadap orang lain ditunjukkan dengan memberi pertolongan atau bantuan kepada seseorang ketika sedang menghadapi kesusahan atau mendapatkan (Tampubolon & Syamsuddin, 2023). Penjelasan mengenai dukungan sosial ini juga terdapat dalam Al-Qur’an surah Al-Maidah.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْلُوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشُّهُرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا آمِينَ الْبَيْتِ
 الْحَرَامَ بِيْتَعُونَ فَضْلاً مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَاناً وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نُ قَوْمٍ أَن
 صَادُوا عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ
 وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Yang artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syiar-syiar (kesucian) Allah, jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (menggangu) hadyu (hewan-hewan kurban) dan qalā'id (hewan-hewan kurban yang diberi tanda), dan jangan (pula mengganggu) para pengunjung Baitulharam sedangkan mereka mencari karunia dan rida Tuhannya! Apabila kamu telah bertahalul (menyelesaikan ihram), berburulah (jika mau). Janganlah sekali-kali kebencian(-mu) kepada suatu kaum, karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat melampaui batas (kepada mereka). Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya.” (Q.S Al-Maidah:2)

Dari ayat diatas dapat disimpulkan bahwa Allah SWT menganjurkan umat-Nya untuk saling membantu atau tolong menolong serta berinteraksi secara sosial. Sebagai manusia, kita diwajibkan untuk saling membantu dalam hal kebaikan dan tidak diperkenankan saling membantu dalam hal keburukan atau yang dilarang oleh Allah SWT.

D. Pengaruh *Body Image* dan Dukungan Sosial pada Kepercayaan Diri

Salah satu aspek kepribadian seseorang adalah tingkat percaya diri. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi meyakini memiliki harapan yang realistis an percaya pada bakat mereka sendiri. Merka mampu menerima kegagalan dengan pikiran terbuka dan tetap optimis meski harapa mereka tidak terwujud. Menurut Yulianto et al. (2020) rasa percaya diri adalah persepsi siswa terhadap pengathuan dan kemampuannya pada bidang optimisme, tanggung jawab, objektivitas, berpikir logis dan realistis, serta percaya diri dibentuk oleh keyakinannya.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku individu terkait rasa percaya diri, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari individu itu sendiri, salah satu penyebab faktor internal yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri adalah kondisi fisik. Seperti yang diungkapkan oleh Anthony (dalam Tan 2021) penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya kepercayaan diri. Perubahan fisik yang dialami remaja bisa memiliki dampak pada psikologis nya yang tidak selalu baik dan pada perubahan fisik yang dialami remaja seringkali tidak memuaskan sehingga mendorong remaja untuk mencapai fisik yang ideal (Lilishanty & Maryatmi, 2019)

Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Frisca, J., Umari, T & Khadijah (2022) dengan judul “Hubungan *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 25 Kota Pekanbaru” dalam Jurnal Pendidikan dan Konseling dengan Subjek penelitian pada siswa kelas IX SMPN 25 Pekanbaru menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data melalui angket. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada siswa kelas IX SMP Negeri 25 Kota Pekanbaru, dengan nilai korelasi sebesar 0,248 dan probabilitas sebesar 0,002.

Selain faktor internal seperti *body image* yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa terdapat faktor eksternal. Salah satu faktor eksternal ini berupa dukungan sosial yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswa. Dukungan sosial dapat diperoleh dari keluarga, teman, dan lingkungan (Zaman, 2021). Dengan adanya dukungan dari internal lingkungan keluarga menjaga komunikasi dengan baik akan berdampak pada memberikan rasa nyaman dan kepercayaan diri yang baik. Sementara itu, lingkungan eksternal seperti lingkungan sekolah, teman, dan norma-norma sosial yang berlaku juga berperan dalam membentuk kepercayaan diri siswa (Centi dalam Tan 2021)

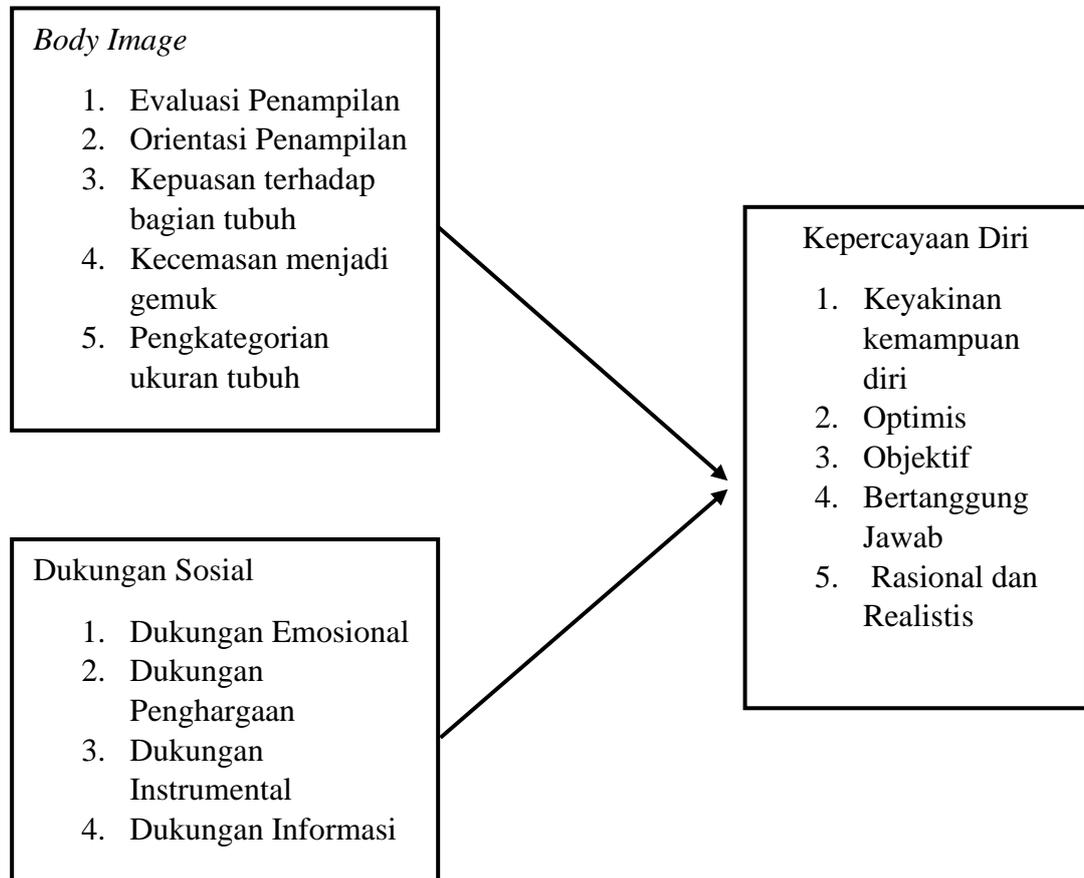
Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wibawani (2016) dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 220 siswa SMP berusia 12 hingga 15 tahun, terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan

kepercayaan diri pada remaja. Penelitian menemukan bahwa 34,81% dukungan sosial orang tua berhubungan dengan kepercayaan diri. Remaja awal di bangku SMP mempunyai tingkat dukungan sosial orang tua yang tinggi (84%), dan rasa percaya diri remaja awal (69,9%) yang termasuk dalam kategori tinggi.

Pada penelitian yang dilakukan (Inayah, 2021) mengenai Pengaruh Dukungan Teman Sebaya dan Citra Tubuh terhadap Kepercayaan Diri pada Siswi Kelas XI MAN 2 Pati. Menunjukkan bahwa citra tubuh dan dukungan teman sebaya mempunyai dampak besar terhadap tingkat kepercayaan diri siswa. Signifikansi hubungan kedua variabel sebesar 0,000 kurang dari 0,05. Siswa perempuan lebih cenderung merasa percaya diri jika mereka memiliki citra tubuh yang positif dan mendapat banyak dukungan dari teman sekelasnya. Namun, rendahnya dukungan teman sebaya dan pandangan negatif terhadap tubuh juga mungkin akan membuat siswi merasa kurang percaya diri.

Untuk membantu dalam memahami permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini, peneliti memberikan gambaran kerangka berpikir dalam bentuk bagan sebagai berikut:

Gambar 2 1 Bagan Kerangka Konseptual



E. Hipotesis Penelitian

- H_{a1} : Terdapat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri
- H_{a2} : Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri
- H_{a3} : Terdapat Pengaruh *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, karena penelitian ini menyajikan dengan angka-angka dan statistik dalam menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis yang telah diajukan. Sejalan menurut penjelasan Sunarsi (2021) penelitian kuantitatif adalah suatu penelitian yang pada dasarnya menggunakan pendekatan deduktif-induktif, pendekatan yang berlandaskan dari suatu kerangka teori, gagasan para ahli, atau pemahaman peneliti beserta pemecahan masalah untuk memperoleh pembenaran dengan menyajikan informasi yang lebih terukur. Keterangan yang didapatkan adalah keterangan yang berdasarkan kejadian, pengalaman yang sedang terjadi terkait Pengaruh *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri siswa di MTs Islamiyah Pakis.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian non-eksperimen dengan menggunakan jenis penelitian kuantitatif yang mana peneliti melakukan analisisnya dengan menekankan pada data-data numerik yang diolah dengan menggunakan metode statistik dan bantuan *software*. Metode korelasional digunakan untuk menghubungkan suatu variabel dengan variabel lainya tanpa melakukan manipulasi apapun terhadap variabel yang diteliti. Menurut Sugiyono (2019) Penelitian korelasional merupakan tipe penelitian dengan karakteristik masalah berupa hubungan korelasional antara dua variabel atau lebih bertujuan untuk menentukan ada atau tidak korelasi antar variabel berdasarkan hasil.

B. Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Independen

Ridha (2020) variabel independen atau biasanya disebut variabel stimulus, prediktor, antecedent, variabel bebas. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab

perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Variabel independen penelitian ini adalah *body image* (X1) dan dukungan sosial (X2)

b. Variabel Dependen

Menurut Ridha (2020) variabel dependen atau variabel output, kriteria, konsekuen atau variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri

2. Definisi Operasional

a. Kepercayaan Diri (Y)

Kepercayaan diri adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu terhadap kemampuannya sehingga individu tidak merasa terlalu cemas terhadap segala tindakannya serta melakukan apa yang disukainya dan bertanggung jawab (lauster 2012). Kepercayaan diri pada penelitian diukur berdasarkan aspek kepercayaan diri dari teori Lauster (2012) yaitu keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

b. *Body Image* (X1)

Body image adalah penilaian individu terhadap bentuk tubuh, ukuran tubuh, dan fungsi tubuh yang melibatkan persepsi tentang kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh (Cash et al., 2002). *Body image* dapat diukur berdasarkan aspek *body image* dari teori Cash yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh. kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh.

c. Dukungan Sosial (X2)

Dukungan sosial merupakan dukungan yang diperoleh dari orang lain berupa perhatian, penghargaan, kepedulian yang berupa nasehat, saran atau petunjuk dari orang lain (Sarafino 2011). Dukungan sosial ini dapat diukur berdasarkan aspek dukungan sosial dari teori Sarafino (2011) yaitu dukungan emosional (emotional support), dukungan penghargaan (esteem support), dukungan instrumental (instrumental support), dan dukungan Informasi (Information Support).

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Ghozali (2016) populasi merupakan jumlah dari semua obyek atau satuan individu yang diamati dalam penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa MTs Islamiyah Pakis yang berjumlah 78 orang responden.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2019) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut sampel yang diambil dari populasi tersebut harus betul-betul representative (mewakili). Ukuran sampel merupakan banyaknya sampel yang akan diambil dari suatu populasi. Menurut Sugiyono (2019) sampel jenuh merupakan pengambilan sampel apabila semua anggota populasi dijadikan sampel. Berdasarkan jumlah subjek penelitian populasi yang ada pada MTs Islamiyah Pakis yaitu sebanyak 78 orang responden. Dengan demikian penggunaan seluruh populasi jumlah subjek penelitian tanpa harus menarik sampel penelitian sebagai unit observasi disebut teknik sampel jenuh.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Menurut Arikunto (2014) angket atau kuesioner adalah metode pengumpulan data yang melibatkan penyampain sejumlah pertanyaan tertulis kepada responden. Tujuan utamanya untuk mendapatkan informasi yang relevan dengan pengalaman pribadi responden terkait dengan topik yang akan diteliti. Dalam penelitian ini angket atau kuesioner akan disebarkan secara offline kepada responden. Penelitian ini nantinya akan memperoleh data terkait pengaruh *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri siswa di MTs Islamiyah Pakis. Metode skala yang digunakan dalam penelitian menggunakan skala likert. Menurut Sugiyono (2019) Skala Likert disajikan dalam bentuk persetujuan atau kesesuaian terhadap suatu pernyataan yang mewakili perasaan dari subjek penelitian. Skala likert dalam penelitian ini

memiliki tingkat nilai dari negatif sampai positif dengan memiliki empat pilihan jawaban. Penulis melakukan modifikasi skala likert yang aslinya memiliki 5 opsi jawaban sehingga penulisan tidak memberikan opsi jawaban (Netral/tengah-tengah) dikarenakan sebagian besar orang Indonesia ketika diberikan opsi jawaban tersebut akan memilih opsi netral. Dalam pengisian skala subjek diminta untuk hanya memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan untuk menganalisis data yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS), dengan rentang nilai 4 (empat) sampai 1 (satu) untuk pernyataan yang bersifat positif (*favourable*) dan nilai 1 (satu) sampai 4 (empat) untuk pernyataan yang bersifat negatif (*unfavourable*) dianggap sesuai dengan keadaan atau perasaannya. Aitem yang peneliti buat terdiri atas aitem *favorable* dan *unfavorable* sebagai berikut:

Tabel 3 1 Bentuk Skala Likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

E. Instrumen Penelitian

1. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri yang digunakan dalam penelitian ini peneliti modifikasi dari Fitria (2022). Modifikasi skala kepercayaan diri dilakukan pada bagian disetiap aitemnya berdasarkan aspek-aspek yang mengacu pada teori kepercayaan diri dari (Lauster, 2012) jumlah keseluruhan 24 aitem yaitu 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*.

Tabel 3 2Blue print Skala Kepercayaan Diri sebelum di uji coba

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		F	UF	
Keyakinan kemampuan diri	Memiliki sikap positif terhadap kemampuan diri	1,2	3,4	4
Optimis	Memiliki pandangan positif atas segala sesuatu mengenai dirinya	5,6	7,8	4
Objektif	Menilai suatu peristiwa berdasarkan fakta	9,10	11,12	4
Bertanggung Jawab	Menerima segala konsekuensi atas perilakunya	13,14	15,16	4
Rasional dan realistis	Mampu menganalisa masalah secara rasional	17,18	19,20	4
	Menilai sesuatu didasarkan pada kenyataannya	21,22	23,24	4
	Jumlah	12	12	24

2. Skala *Body Image*

Skala *body image* dalam penelitian ini peneliti modifikasi dari Johan (2020) berdasarkan teori yang digunakan dari Cash et al., (2002) . skala ini terdiri dari 24 item *favorable* dan *unfavorable*.

Tabel 3 Blue print Skala *Body Image* sebelum di uji coba

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		F	UF	
Evaluasi penampilan	Penilaian penampilan diri sendiri	1,2	3,4	4
	Orientasi penampilan	Memperhatikan penampilan	5	6
	Usaha untuk meningkatkan penampilan	7,8	9,10	4
Kepuasan terhadap bagian tubuh	Merasa puas terhadap penampilan secara keseluruhan	11,12	13,14	4
	Kecemasan menjadi gemuk	Merasa cemas dengan berat badan	15,16	17,18
	Melakukan usaha untuk menjaga berat badan	19	20	2
Pengkategorikan ukuran tubuh	Pengkategorian berat badan	21	22	2
	Pengkategorian tinggi badan	23	24	2
Jumlah		12	12	24

3. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial dalam penelitian ini peneliti modifikasi skala dari Fatmawati (2016) yang dikembangkan berdasarkan teori Sarafino (2011). Skala ini memiliki 32 aitem yang terdiri dari 16 aitem *favorable* dan 16 aitem *unfavorable*.

Tabel 3.4 blue print dukungan sosial sebelum diuji coba

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		F	UF	
Dukungan emosional	Empati	1	2	2
	Kepedulian	3	4	2
	Perhatian	5	6	2
Dukungan penghargaan	Penghargaan positif	7,8,	9,10	4
	Persetujuan gagasan	11	12	2
Dukungan instrumental	Bantuan langsung berupa barang/uang	13,14	15,16	4
	Bantuan langsung berupa tindakan	17,18	19,20	4
Dukungan informasi	Nasehat	21,22	23,24	4
	Saran	25,26	27,28	4
	Petunjuk	29,30	31,32	4
Jumlah		16	16	32

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Pengukuran bisa dikatakan valid yang tinggi apabila mempunyai validitas yang menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti yang diharapkan oleh tujuan pengukuran uji validitas instrumen dalam penelitian untuk mengukur tingkat kesesuaian terhadap hasil dari penelitian yang dilakukan. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi berdasarkan pada konsep jenis isi yang menjelsakan sebagai bentuk pengukuran yang mampu mewakili wilayah pengukuran sampel. Peneliti menggunakan bantuan aplikasi SPSS 26 *for windows* untuk menguji validitas suatu aitem, validitas aitem dapat dikatakan valid apabila r_{xy} aitem tersebut adalah jika skor Sig.(2-tailed) $< 0,05$ maka dapat dikatakan valid.

a. Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri

Tabel 3 5 Skor validitas skala kepercayaan diri

Kepercayaan Diri	Skor	Keterangan	Kepercayaan diri	Skor	Keterangan
X01	0,001	Valid	X13	0,000	Valid
X02	0,003	Valid	X14	0,000	Valid
X03	0,000	Valid	X15	0,000	Valid
X04	0,001	Valid	X16	0,043	Valid
X05	0,000	Valid	X17	0,000	Valid
X06	0,000	Valid	X18	0,000	Valid
X07	0,006	Valid	X19	0,027	Valid
X08	0,002	Valid	X20	0,000	Valid
X09	0,000	Valid	X21	0,000	Valid
X10	0,000	Valid	X22	0,000	Valid
X11	0,000	Valid	X23	0,001	Valid
X12	0,000	Valid	X24	0,445	Gugur

Berdasarkan hasil uji coba yang dilakukan peneliti ditemukan dari 24 aitem yang disebar terdapat 1 aitem yang gugur sedangkan sisanya 23 aitem. Dari 23 aitem dinyatakan valid sebab nilai sign < 0.05 .

Tabel 3 6 Blueprint skala kepercayaan diri setelah uji coba

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		F	UF	
Keyakinan kemampuan diri	Memiliki sikap positif terhadap kemampuan diri	1,2	3,4	4
Optimis	Memiliki pandangan positif atas segala sesuatu mengenai dirinya	5,6	7,8	4
Objektif	Menilai suatu peristiwa berdasarkan fakta	9,10	11,12	4
Bertanggung Jawab	Menerima segala konsekuensi atas perilakunya	13,14	15,16	4
Rasional dan realistis	Mampu menganalisa masalah secara rasional	17,18	19,20	4
	Menilai sesuatu didasarkan pada kenyataannya	21,22	23	3
	Jumlah	12	11	23

b. Uji Validitas Skala *Body Image*

Tabel 3 7 Skor validitas skala *body image*

<i>Body Image</i>	Skor	Keterangan	<i>Body Image</i>	Skor	Keterangan
X01	0,105	Gugur	X13	0,281	Gugur
X02	0,397	Gugur	X14	0,001	Valid
X03	0,042	Valid	X15	0,000	Valid
X04	0,001	Valid	X16	0,125	Gugur
X05	0,003	Valid	X17	0,002	Valid
X06	0,001	Valid	X18	0,831	Gugur
X07	0,001	Valid	X19	0,000	Valid
X08	0,001	Valid	X20	0,005	Valid
X09	0,650	Gugur	X21	0,003	Valid
X10	0,003	Valid	X22	0,001	Valid
X11	0,041	Valid	X23	0,000	Valid
X12	0,009	Valid	X24	0,000	Valid

Berdasarkan hasil uji coba yang dilakukan peneliti ditemukan dari 24 aitem yang disebar terdapat 5 aitem yang gugur sedangkan sisanya 18 aitem. Dari 18 aitem dinyatakan valid sebab nilai sign < 0.05.

Tabel 3 8 Blueprint skala *body image* setelah uji coba

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		F	UF	
Evaluasi penampilan	Penilaian penampilan diri sendiri		3,4	2
	Memperhatikan penampilan	5	6	2
Orientasi penampilan	Usaha untuk meningkatkan penampilan	7,8	10	3
	Merasa puas terhadap penampilan secara keseluruhan	11,12	14	3
Kecemasan menjadi gemuk	Merasa cemas dengan berat badan	15	17	2
	Melakukan usaha untuk	19	20	2

	menjaga berat badan			
Pengkategorikan ukuran tubuh	Pengkategorian berat badan	21	22	2
	Pengkategorian tinggi badan	23	24	2
Jumlah		9	9	18

c. Uji Skala Validitas Skala Dukungan Sosial

Tabel 3 9 Skor validitas skala dukungan sosial

Dukungan Sosial	Skor	Keterangan	Dukungan Sosial	Skor	Keterangan
X01	0,000	Valid	X17	0,011	Valid
X02	0,858	Gugur	X18	0,000	Valid
X03	0,001	Valid	X19	0,256	Gugur
X04	0,037	Valid	X20	0,003	Valid
X05	0,000	Valid	X21	0,003	Valid
X06	0,141	Gugur	X22	0,005	Valid
X07	0,000	Valid	X23	0,000	Valid
X08	0,012	Valid	X24	0,000	Valid
X09	0,070	Gugur	X25	0,001	Valid
X10	0,229	Gugur	X26	0,000	Valid
X11	0,000	Valid	X27	0,035	Valid
X12	0,017	Valid	X28	0,000	Valid
X13	0,000	Valid	X29	0,000	Valid
X14	0,000	Valid	X30	0,000	Valid
X15	0,298	Gugur	X31	0,000	Valid
X16	0,000	Valid	X32	0,001	Valid

Berdasarkan hasil uji coba yang dilakukan peneliti ditemukan dari 32 aitem yang disebar terdapat 6 aitem yang gugur sedangkan sisanya 26 aitem. Dari 26 aitem dinyatakan valid sebab nilai sign < 0.05.

Tabel 3 10 Blueprint skala dukungan sosial setelah uji coba

Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
		F	UF	
Dukungan sosial	Empati	1		1
	Kepedulian	3	4	2
	Perhatian	5		1
Dukungan penghargaan	Penghargaan positif	7,8,		2
	Persetujuan gagasan	11	12	2
Dukungan instrumental	Bantuan langsung berupa barang/uang	13,14	16	3
	Bantuan langsung berupa tindakan	17,18	20	3
Dukungan informasi	Nasehat	21,22	23,24	4
	Saran	25,26	27,28	4
	Petunjuk	29,30	31,32	4
Jumlah		16	10	26

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas diartikan sebagai konsistensi atau keajegan, merupakan sebuah bentuk paten skor yang diperoleh seandainya dilakukan sebuah pengulangan perhitungan instrument. Menurut Azwar (2019) reliabilitas merupakan sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya hanya dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama. uji reliabilitas digunakan untuk mengevaluasi sejauh mana instrumen atau alat ukur memberikan hasil yang konsisten. Reliabilitas merupakan sebuah kumpulan instrumen yang tidak mengandung sebuah kesalahan dari pengukuran instrumen (*error free*). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan rumus *Crobach's Alpha* untuk menguji tingkat dari reliabilitas suatu instrumen. Instrumen dikatakan reliabel jika mendapatkan nilai

koefisien alpha sebesar 0,6 atau lebih ketika diukur menggunakan Cronbach's Alpha. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel ketika koefisien alpha pada pengukuran Cronbach's Alpha senilai minimal 0,6 (Sugiyono, 2019). Untuk mempermudah peneliti dalam melakukan uji reliabilitas, peneliti menggunakan *software* program SPSS versi 25 *for windows*.

Tabel 3 11 Uji reliabilitas

No	Skala	Alpha Cronbach	Keterangan
1.	Kepercayaan Diri	0,918	Reliabel
2.	Body Image	0,783	Reliabel
3.	Dukungan Sosial	0,888	Reliabel

G. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan teknik analisis data yang dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Pentingnya normalitas data disebabkan oleh kemampuan data untuk mewakili populasi, di mana data dikatakan memiliki distribusi normal jika memenuhi karakteristik distribusi normal Purnomo (2016). Di dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dengan menggunakan bantuan analisis statistik SPSS. Suatu data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansi $p > 0,05$. Sebaliknya, jika signifikansi nilai $p < 0,05$, maka data dianggap berdistribusi tidak normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel independen dan variabel dependen memiliki hubungan yang linear atau tidak. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji linearitas dengan

menggunakan bantuan analisis statistik SPSS Purnomo (2016). Hubungan antara variabel dikatakan linearitas apabila nilai signifikansi $p \leq 0,05$ pada uji linearitas *test for linierty*, dan nilai signifikansi $p > 0,05$ pada uji *deviation from linearity*

c. Uji Heteroskedasitas

Menurut Ghozali (2018) uji heteroskedastisitas bertujuan untuk mengukur apakah model regresi terdapat kesamaan variance dan residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain dalam penelitian ini menggunakan uji *Arch* yaitu meregresikan nilai absolut residual terhadap variabel independen dengan dasar pengambilan sebagai berikut :

- 1) jika nilai p-value $\geq 0,05$ maka H_0 yang artinya tidak terdapat masalah heteroskedastisitas.
- 2) jika nilai p-value $\leq 0,05$ maka H_1 yang artinya terdapat masalah heteroskedastisitas.

d. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji apakah model dari regresi ditemukan adanya korleasi antara variabel bebas, dasar penambilan keputusan Ghozali (2018) sebagai berikut :

- 1) jika nilai tolerance $> 0,100$ dan VIF $< 10,00$ tidak ada masalah multikolinearitas.
- 2) jika nilai tolerance $< 0,100$ dan VIF $> 10,00$ ada masalah pada multikolinearitas

e. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi bertujuan untuk menguji apakah model regresi linier terdapat korelasi antara kesalahan pada periode t dengan kesalahan pada t-1 Ghozali (2018). Untuk mengetahui ada atau tidaknya autokorelasi dapat dilakukan dengan cara uji *Durbin-Waston* (DW test), uji DW tes hanya digunakan untuk autokorelasi tingkat satu dan adanya

konstanta dalam model regresi dasar pengambilan keputusan ada tidaknya autokorelasi sebagai berikut:

- 1) Bila nilai DW terletak antara batas atas atau upper bound (du) dan ($2 - du$), maka koefisien autokorelasi sama dengan nol, berarti tidak ada autokorelasi.
- 2) Bila nilai DW lebih rendah daripada batas bawah atau lower bound (dl), maka koefisien autokorelasi lebih besar daripada 0, berarti ada autokorelasi positif
- 3) Bila nilai DW lebih besar daripada ($2 - dl$), maka koefisien autokorelasi lebih kecil daripada nol, berarti ada autokorelasi negatif.
- 4) Bila nilai DW terletak diantara batas atas (du) dan batas bawah (dl) ada DW terletak diantara ($2 - du$) dan ($2 - dl$), maka hasilnya tidak dapat disimpulkan.

2. Analisis Statistik Deskriptif Data

Analisis statistik deskriptif data merupakan analisis data dalam penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan data hasil penelitian untuk memberikan gambaran data dari nilai rata-rata (mean), standar deviasi, nilai min, dan nilai max. Analisis statistik deskriptif menyajikan hasil numerik yang menunjang hasil data sampel yang diperoleh. Dalam hal ini peneliti dibantu menggunakan *software excel*. Hasil perhitungan analisis statistik deskriptif memungkinkan dalam mengkategorikan data kedalam tiga kategorisasi yang berbeda rendah, sedang, dan tinggi.

a. Uji Kategorisasi

Kategorisasi atau pengukuran adalah interpretasi atau penjelasan terhadap skor skala yang bersangkutan. Kategorisasi skala dilakukan dengan bantuan statistik deskriptif dari distribusi data skor kelompok yang mencakup banyak subjek dalam kelompok, mean skor skala, standar deviasi skor skala dan varian, skor minimum dan maksimum Azwar (2019). Dari deskripsi data inilah yang akan memberikan

gambaran mengenai keadaan distribusi skor skala pada kelompok subjek yang dikenai pengukuran dan memiliki fungsi sebagai sumber informasi terhadap keadaan subjek pada aspek atau variabel yang diteliti. Azwar (2019) perhitungan kategorisasi dengan dua atau tiga jenjang diperoleh dengan rumus sebagai berikut :

Tabel 3 12 Rumus uji kategorisasi tiga jenjang

Rumus	Kategori
$X \leq (\mu - 1\sigma)$	Rendah
$(\mu - 1\sigma) < X \leq (\mu + 1\sigma)$	Sedang
$X > (\mu + 1\sigma)$	Tinggi

3. Uji Hipotesis

Menurut Sugiyono (2019) hipotesis adalah pernyataan terhadap satu atau lebih populasi yang perlu dibuktikan keabsahan melalui prosedur pengujian hipotesis. Uji hipotesis merupakan proses dalam melakukan perbandingan antara nilai sampel dari data penelitian dengan nilai hipotesis pada data populasi. Hipotesis penerimaan dikarenakan nilai sampel tidak cukup bukti menolak hipotesis atau sebaliknya yang lebih sering digunakan adalah hipotesis diterima. Sedangkan hipotesis penolakan terjadi karena nilai sampel tidak cukup untuk menerima hipotesis hipotesis ditolak. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan Uji F.

a. Uji Analisis Regresi Berganda

Analisis regresi berganda merupakan studi mengenai ketergantungan variabel dependen dengan salah satu atau lebih variabel independen, dengan tujuan untuk mengestimasi rata-rata populasi atau nilai rata-rata variabel dependen berdasarkan nilai variabel independen yang diketahui Purbani & Santoso (2013). Hasil dari analisis regresi

berupa koefisien untuk masing masing variabel independen. Analisis regresi linear berganda dilakukan dengan cara menetapkan persamaan

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan :

Y : variabel terikat (Kepercayaan Diri)

X1 : variabel bebas satu (*Body Image*)

X2 : variabel bebas dua (Dukungan Sosial)

a : nilai konstanta

b1 : nilai koefisien regresi X1

b2 : nilai koefisien regresi X2

e : standar error

b. Uji F (simultan)

Uji F atau uji Anova untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata atau nilai tengah suatu data, perbedaan uji f terdapat pada kelompok data yang diuji dapat lebih dari dua kelompok. Hasil uji f jika melebihi $> 0,05$ berpengaruh terhadap variabel dependen, dan jika nilai kurang $< 0,05$ tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen rumus uji F sebagai berikut :

- 1) Jika nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka variabel independen secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen.
- 2) Jika nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka variabel independen secara simultan tidak berpengaruh terhadap variabel dependen.

c. Uji Parsial T

Menurut Ghozali (2018) uji parsial T merupakan sebuah teknik perhitungan dalam menetapkan hubungan antara variabel Independent (X1 dan X2) terhadap variabel dependen (Y). jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau Data dapat dikatakan memiliki pengaruh jika nilai signifikansi $< 0,05$ sehingga variabel independent (X1 dan X2) memiliki pengaruh terhadap variabel Y.

d. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi (R^2) merupakan olah data untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel independent (X) terhadap variabel dependent (Y). Uji koefisien dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur terkait kebenaran pengaruh dari variabel independent terhadap variabel dependent. Uji ini dapat dilihat pada besarnya nilai *R Square* semakin mendekati nilai 1 maka dapat dikatakan antara variabel independent terhadap variabel dependent.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

MTs Islamiyah Pakis merupakan madrasah Tsanawiyah swasta yang berdiri sejak tahun 1987 berdiri diatas tanah seluas 1.805 meter persegi. MTs Islamiyah ini berlokasi di Desa Sumber Karadenan, Jl KH Ghozali, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang. Berdirinya MTS Islamiyah bertujuan untuk menampung generasi muda di desa sekitar yang pada waktu itu kurang memiliki kesadaran untuk melanjutkan studi sekolah yang lebih tinggi, sehingga dengan berdirinya MTS Islamiyah ini diharapkan para generasi muda di Desa sekitar dapat melanjutkan sekolah ke jenjang yang lebih tinggi. dari tahun ketahun Madrasah Tsanawiyah ini semakin berkembang dan pada akhirnya diakui dan dipercayai masyarakat sekitas dan pemerintah. perkembangan itu terus berjalan sampai sekarang dengan jumlah siswa sebanyak 78 dan jumlah kelas terdapat 3 berjslan dengan lancar.

Visi : Mencetak manusia yang bertaqwa, intelektual, dan berprestasi

Misi : Membentuk siswa yang berakhlakul karimah

2. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan secara offline dengan mencetak *print out* lembar skala uji, serta melakukan penyebaran kepada responden pada tanggal 23 Maret 2024 melakukan penyebaran kepada kelas 7 8 9 MTs Islamiyah Pakis dengan mendatangi kelas satu persatu sampai selesai melakukan penyebaran data responden sampai terisi.

3. Jumlah dan Subjek Penelitian

Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 7, 8, dan 9 MTs Islamiyah Pakis Malang. adapapun jumlah subjek dalam penelitian dari populasi sebesar 78 siswa sehingga peneliti menentukan dalam jumlah subjek 78 siswa dalam penelitian ini mengambil keseluruhan sampel subjek siswa.

Sugiyono (2019) sampel jenuh merupakan pengambilan sampel apabila semua anggota populasi dijadikan sampel

4. Prosedur

Pada tahapan ini, peneliti melakukan uji *CVR (Content Validity Ratio)* kepada *profesional judgment* yang telah ditentukan sebelumnya. setelah selesai melakukan uji CVR peneliti melakukan beberapa perbaikan aitem sesuai dengan hasil CVR kepada *expert judgment* dan melakukan *field testing* kepada selain siswa MTs Islamiyah Pakis. Penyebaran *field testing* dilakukan secara *online* dengan bantuan *google form*, yang pada hasil akhirnya memperoleh final skala aitem dan melakukan penyebaran skala yang dilakukan secara *offline* di MTs Islamiyah Pakis.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Analisis Data

a. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengukur apakah data yang diteliti beriditri busi normal atau tidak. Untuk mengetahui nilai skor uji normalitas menggunakan bantuan *software* program Statistical Product and Service Solution (SPSS) 26 *for windows*. Peniliti menggunakan uji *Kolmogorav Smirnov* ketentuan nilai uji berlandaskan pada data dianggap normal jika nilai Signifikansi nilai $p > 0,05$ dan jika nilai $< 0,05$ maka distribusi tidak normal memperoleh hasil olah data sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
	Unstandardized Residual
N	78
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^{c,d}

Berdasarkan hasil pada tabel 4.1 diperoleh hasil dengan nilai signifikansi sebesar 0,200 nila terbeut menunjukan $>$ lebih dari 0,05 sehingga hasil uji data ketiga variabel berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengukur apakah variabel pada penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak antara variabel independent dan variabel dependen. Pada penelitian ini uji linearitas dibantu dengan *software* program Statistical Product and Service Solution (SPSS) 26 *for windows*. Data dapat dianggap linier jika hasil nilai Signifikansi lebih besar dari $> 0,05$, berikut hasil uji linearitas :

Tabel 4. 2 Uji Linearitas

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan diri* Body image	Between Groups	(Combined)	1180.216	19	62.117	1.862	.036
		Linearity	552.329	1	552.329	16.559	.000
	Within Groups	Deviation from Linearity	627.887	18	34.883	1.046	.427
		Total	1934.617	58	33.355		
			3114.883	77			

Berdasarkan hasil uji data linearitas pada nilai Sig.Deviation from linearity sebesar $0.427 > 0,05$ lebih besar dari $0,05$, hasil data tersebut dapat dikatakan antara variabel independent dan variabel dependent memiliki hubungan yang linearitas.

c. Uji Heteroskedastisitas

Tabel 4. 3 Uji Heterkodesititas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	10.870	4.662		2.332	.022
<i>body image</i>	-.163	.087	-.221	-1.874	.065
dukungan sosial	.010	.049	.024	.207	.836

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas memperoleh hasil pada variabel *body image* pada sig sebesar $0,065$ dan nilai dukungan sosial pada sig sebesar $0,836$ maka nilai keseluruhan pada masing-masing tiap

variabel lebih dari $> 0,05$ maka kesimpulannya tidak terjadi gejala heterokedasititas.

d. Uji Multikolinearitas

Tabel 4. 4 Uji Multikolinearitas

Model	Collinearity Statistics		
	Tolerance	VIF	
1	<i>body image</i>	.918	1.089
	dukungan sosial	.918	1.089

Berdasarkan dari hasil uji multikolinieritas pada variabel *body image* memperoleh nilai tolerance sebesar 0.918 dan VIF 1.089, dan pada variabel dukungan sosial memperoleh nilai *tolerance* sebesar 0.918 dan VIF sebesar 1.089 berkesimpulan bahwasanya tidak terjadi gejala multikolinearitas.

e. Uji Autokorelasi

Tabel 4. 5 Uji Autokorelasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.584 ^a	.341	.324	5.23054	1.336

Diperoleh hasil uji autokorelasi nilai D1 sebesar 1.5801 dan nilai Du sebesar 1.6851. diketahui N jumlah subjek 78 dan K variabel independent 2, maka kesimpulan hasil data nilai D1 $1.5801 < DW 1.336 < Du 0,3149$ a. Bila nilai DW lebih rendah daripada batas bawah atau lower bound (D1), maka koefisien autokorelasi lebih besar daripada 0, berarti terdapat autokorelasi positif.

2. Hasil Analisis Deskriptif

a. Analisis Deskriptif Data Kepercayaan Diri

1). Analisis deskriptif berdasarkan responden

- Mean dan standar deviasi

Tabel 4. 6 Analisis Statistik Deskriptif Kepercayaan Diri

Kepercayaan Diri				
N	Xmin	Xmax	Mean	Std. Deviasi
78	61	74	68,16	6,360

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.6 dapat diketahui bahwa nilai mean pada variabel kepercayaan diri sebesar 68,16 dan Std. deviasi 6,360

- kategorisasi kepercayaan diri

Uji kategorisasi tiga jenjang rendah, sedang, dan tinggi memiliki fungsi untuk menginterpretasikan terhadap persebaran skor skala responden kedalam tiga jenjang sebagai berikut:

Tabel 4. 7 Uji Kategorisasi Kepercayaan Diri

Interval	Nilai	Kategori	F	%
$X < M - 1 SD$	< 61	Rendah	12	16
$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$	61 - 74	Sedang	52	67
$M + 1 SD \leq X$	> 74	Tinggi	13	17

Berdasarkan dari hasil uji kategorisasi pada tabel 4.7 memperoleh data bahwa tingkat kepercayaan diri pada siswa MTS Islamiyah sedang yaitu sebesar 52 siswa atau 67% yang berarti dari 78 subjek terdapat 52 siswa memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori sedang, pada kategori rendah memperoleh 16% atau 12 siswa yang memiliki kategorisasi kepercayaan diri rendah dan 17% siswa atau 13 subjek siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

2). Analisis deskriptif berdasarkan aspek kepercayaan diri

Pada penelitian ini, aspek-aspek kepercayaan diri yang digunakan oleh peneliti merupakan aspek kepercayaan diri yang jelaskan oleh Lauster (2012), terdiri dari lima aspek, keyakinan akan kemampuan diri, optimis, bertanggung jawab, dan rasional. Untuk mengetahui Sumbangan Efektif (SE) dari masing-masing aspek kepercayaan diri peneliti melakukan uji SE pada setiap aspek dengan menggunakan bantuan *software SPSS* dan *Microsoft Excel* pada tabel berikut :

Tabel 4. 8 Koefisien Output Uji SE Kepercayaan Diri

Aspek	Koefisien Regresi Beta	Koefisien Korelasi	R square
Keyakinan	0,234	0,656	1
optimis	0,223	0,678	
objektif	0,267	0,663	
Bertanggung jwb	0,277	0,627	
Rasional	0,415	0,83	

Tabel 4. 9 Output SE Kepercayaan Diri

SE	Nilai
Keyakinan	15,3504
optimis	15,1194
objektif	17,7021
Bertanggung jwb	17,3679
Rasional	34,445
Total	99,9848

Berdasarkan hasil output perhitungan pada tabel diatas diperoleh hasil pada kolom koefisien regresi beta, koefisien korelasi dan R Square dengan menggunakan bantuan *software IBM SPSS Statistic*, selanjutnya peneliti melakukan perhitungan lanjutan pada *software microsoft excel* untuk mengetahui sumbangan efektif (SE) pada setiap aspek kepercayaan diri dengan rumus sebagai berikut :

$$SE(X)\% = \frac{\text{Koefisien Regresi Beta} \times \text{Koefisien Korelasi}}{\text{Koefisien Korelasi}} \times 100\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas pada tabel (4.9) diketahui nilai Sumbangan Efektif (SE) pada aspek keyakinan akan kemampuan diri sebesar 15,3%, aspek Optimis 15,11%, aspek objektif 17,7%, aspek bertanggung jawab 17,3%, dan aspek rasional 34,4%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa aspek kepercayaan diri yang memberikan sumbangan efektif (SE) yang paling besar terhadap kepercayaan diri siswa MTs Islamiyah Pakis adalah aspek rasional.

3). Analisis berdasarkan jenis kelamin

Analisis berdasarkan jenis kelamin pada penelitian, untuk mengetahui perbedaan jenis kelamin terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis dilakukan uji t. Adapun hasil dari pengujian tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. 10 Group Statistiek Kpercayaan diri

		Group Statistics			
jeniskelamin		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
kepercayaandiri	perempuan	47	67.9375	6.03679	.87134
	Laki-laki	31	68.5333	6.93682	1.26649

Pada Tabel 4.10 diatas merupakan hasil *output* frekuensi yang menunjukkan bahwa berdasarkan jenis kelamin laki-laki terdapat 31 siswa nilai mean yang diperoleh 68,5 dan 47 siswa berjenis kelamin perempuan dengan nilai mean sebesar 67,9.

Tabel 4. 11 Independent Sampel Test Kepercayaan Diri

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
kepercayaan andiri	Equal variances assumed	1.653	.202	-.400	76	.690
	Equal variances not assumed			-.388	55.305	.700

Berdasarkan tabel (4.11) diketahui bahwa hasil uji beda t-test menggunakan uji Independent Sample T-test, diperoleh nilai t (hitung) sebesar -400 dengan nilai Df (*degree of freedom*) 76 dan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,690 ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan signifikan kepercayaan diri antara laki-laki dan perempuan pada siswa. Jenis kelamin tidak berdampak pada kepercayaan diri

b. Analisis Dekriptif Data *Body Image*

1). Analisis Dekriptif berdasarkan responden

- Mean dan standar deviasi

Tabel 4. 12 Analisis Statistik Deskriptif *Body Image*

<i>Body Image</i>				
N	Xmin	Xmax	Mean	Std. Deviasi
78	42	51	46,97	4,389

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.12 dapat diketahui bahwa nilai mean pada variabel *body image* sebesar 46,97 dan Standart Deviasi 4,389

- Kategorisasi *body image*

Uji kategorisasi tiga jenjang rendah, sedang, dan tinggi memiliki fungsi untuk menginterpretasikan terhadap persebaran skor skala responden kedalam tiga jenjang sebagai berikut:

Tabel 4. 13 Kategorisasi Skala Body Image

Interval	Nilai	Kategori	F	%
$X < M - 1 SD$	< 42	Rendah	6	8
$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$	42 – 51	Sedang	61	77
$M + 1 SD \leq X$	> 51	Tinggi	11	15

Berdasarkan dari hasil uji kategorisasi pada tabel 4.13 memperoleh data bahwa tingkat *body image* pada siswa MTS Islamiyah sedang yaitu sebesar 61 siswa atau 77% yang berarti dari 78 subjek terdapat 61 siswa memiliki tingkat *body image* dalam kategori sedang, pada kategori rendah memperoleh 8% atau 6 siswa yang memiliki kategorisasi *body image* rendah dan 15% siswa atau 11 subjek siswa memiliki *body image* yang tinggi.

2). Analisis deskriptif berdasarkan aspek *body image*

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan aspek-aspek *body image* yang diungkapkan oleh Cash et al., (2002) terdiri dari lima aspek, aspek evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan persepsi terhadap ukuran tubuh. Untuk mengetahui Sumbangan Efektif (SE) dari masing-masing aspek kepercayaan diri peneliti melakukan uji SE pada setiap aspek dengan menggunakan bantuan *software SPSS* dan *Microsoft Excel* pada tabel berikut :

Tabel 4. 14 Koefisien Output Uji SE Body Image

Aspek	Koefisien Regresi Beta	Koefisien Korelasi	Rsquare
Evaluasi Penampilan	0,175	0,279	32,05
Orientasi Penampilan	0,56	0,108	
Kepuasan terhadap bagian tubuh	0,401	0,394	
kecemasan menjadi gemuk	0,069	0,145	
pengkategorian tubuh	0,201	0,215	

Tabel 4. 15 Output SE Body Image

SE	Nilai
Evaluasi Penampilan	4,8825
Orientasi Penampilan	6,048
Kepuasan terhadap bagian tubuh	15,7994
kecemasan menjadi gemuk	1,0005
pengkategorian tubuh	4,3215
R Square	32,0519

Berdasarkan hasil output perhitungan pada tabel diatas diperoleh hasil pada kolom koefisien regresi beta, koefisien korelasi dan R Square dengan menggunakan bantuan *software IBM SPSS Statistic*, selanjutnya peneliti melakukan perhitungan lanjutan pada *software microsoft excel* untuk mengetahui sumbangan efektif (SE) pada setiap aspek kepercayaan diri dengan rumus sebagai berikut :

$$SE(X)\% = \text{Koefisien Regresi Beta} \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas pada tabel (4.15) diketahui nilai Sumbangan Efektif (SE) pada aspek Evaluasi Penampilan sebesar 4,8%, aspek Orientasi Penampilan 6%, aspek Kepuasan terhadap bagian tubuh 15,7%, aspek Kecemasan menjadi gemuk 1%, dan aspek Pengkategorian tubuh 4,3%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa aspek *Body Image* yang memberikan sumbangan efektif (SE) yang paling besar terhadap *Body Image* siswa MTs Islamiyah Pakis adalah aspek kepuasan terhadap bagian tubuh.

3). Analisis berdasarkan jenis kelamin

Analisis berdasarkan jenis kelamin pada penelitian, untuk mengetahui perbedaan jenis kelamin terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis dilakukan uji t. Adapun hasil dari pengujian tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. 16 Group statistik body image

Group Statistics					
		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
body image	perempuan	47	47.0851	4.70813	.68675
	Laki-laki	31	46.8065	3.92784	.70546

Pada Tabel 4.16 diatas merupakan hasil *output* frekuensi yang menunjukkan bahwa berdasarakan jenis kelamin laki-laki terdapat 31 siswa nilai mean yang diperoleh 47 dan 47 siswa berjenis kelamin perempuan dengan nilai mean sebesar 46,8.

Tabel 4. 17 Independent sample tes body image

Independent Samples Test						
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
body image	Equal variances assumed	1.104	.297	.273	76	.786
	Equal variances not assumed			.283	71.768	.778

Berdasarkan tabel (4.17) diketahui bahwa hasil uji beda t-test menggunakan uji Independent Sample T-test, diperoleh nilai t (hitung) sebesar .273 dengan nilai Df (*degree of freedom*) 76 dan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,786 ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan signifikan *body image* antara laki-laki dan perempuan pada siswa. Jenis kelamin tidak berdampak pada *body image*.

c. Analisis Deskriptif Data Dukungan Sosial

1). Analisis deskriptif berdasarkan responden

- Mean dan standar deviasi dukungan sosial

Tabel 4. 18 Analisis Statistik Deskriptif Dukungan Sosial

Dukungan Sosial				
N	Xmin	Xmax	Mean	Std. Deviasi
78	67	83	75,66	7,825

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.18 dapat diketahui bahwa nilai mean pada variabel dukungan sosial sebesar 75,66 dan Std. deviasi 7,825

- Kategorisasi dukungan sosial

Uji kategorisasi tiga jenjang rendah, sedang, dan tinggi memiliki fungsi untuk menginterpretasikan terhadap persebaran skor skala responden kedalam tiga jenjang sebagai berikut:

Tabel 4. 19 Uji Kategorisasi Dukungan Sosial

Interval	Nilai	Kategori	F	%
$X < M - 1 SD$	< 67	Rendah	8	11
$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$	67 - 83	Sedang	61	77
$M + 1 SD \leq X$	> 83	Tinggi	9	12

Berdasarkan dari hasil uji kategorisasi pada tabel 4.19 memperoleh data bahwa tingkat dukungan sosial pada siswa MTS Islamiyah sedang yaitu sebesar 61 siswa atau 77% yang berarti dari

78 subjek terdapat 60 siswa memiliki tingkat dukungan sosial dalam kategori sedang, pada kategori rendah memperoleh 11% atau 8 siswa yang memiliki kategorisasi dukungan sosial rendah dan 12% siswa atau 9 subjek siswa memiliki dukungan sosial yang tinggi.

2). Analisis deskriptif berdasarakan aspek dukungan sosial

Selanjutnya, pada penelitian ini aspek-aspek dukungan sosial menggunakan dukungan sosial dari Sarafino (2011), terdiri dari empat aspek, yakni aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan aspek dukungan jaringan sosial. Untuk mengetahui Sumbangan Efektif (SE) dari masing-masing aspek kepercayaan diri peneliti melakukan uji SE pada setiap aspek dengan menggunakan bantuan *software SPSS* dan *Microsoft Excel* pada tabel berikut :

Tabel 4. 20 Koefisien Output SE Dukungan Sosial

Aspek	Koefisien Regresi Beta	Koefisien Korelasi	R Square
Emosional	0,154	0,342	30,5
Penghargaan	0,158	0,384	
Instrumental	-0,121	0,217	
Informasi	0,444	0,491	

Tabel 4. 21 Output SE Dukungan Sosial

SE	Nilai
Emosional	5,2668
Penghargaan	6,0672
Instrumental	-2,6257
Informasi	21,8004
R Square	30,5087

Berdasarkan hasil output perhitungan pada tabel diatas diperoleh hasil pada kolom koefisien regresi beta, koefisien korelasi dan R Square dengan menggunakan bantuan *software IBM SPSS Statistic*, selanjutnya peneliti melakukan perhitungan lanjutan pada *software microsoft excel* untuk mengetahui sumbangan efektif (SE) pada setiap aspek kepercayaan diri dengan rumus sebagai berikut :

$$SE(X)\% = \text{Koefisien Regresi Beta} \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas pada tabel (4.20) diketahui nilai Sumbangan Efektif (SE) pada aspek Dukungan emosional sebesar 5,2%, aspek Aspek Dukungan penghargaan sebesar 6%, aspek Dukungan Instrumental -2,6%, dan aspek dukungan informasi 21,8%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa aspek *Body Image* yang memberikan sumbangan efektif (SE) yang paling besar terhadap *Body Image* siswa MTs Islamiyah Pakis adalah aspek kepuasan terhadap bagian tubuh.

3). Analisis berdasarkan jenis kelamin

Analisis berdasarkan jenis kelamin pada penelitian, untuk mengetahui perbedaan jenis kelamin terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis dilakukan uji t. Adapun hasil dari pengujian tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. 22 Gorup Statistik Dukungan Sosial

Group Statistics					
	Jenis kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
dukungan sosial	perempuan	47	74.8511	7.48616	1.09197
	Laki-laki	31	76.9032	8.28394	1.48784

Pada Tabel 4.22 diatas merupakan hasil *output* frekuensi yang menunjukkan bahwa berdasarakan jenis kelamin laki-laki terdapat 31 siswa nilai mean yang diperoleh 76,9 dan 47 siswa berjenis kelamin perempuan dengan nilai mean sebesar 74,8.

Tabel 4. 23 Independent Sample Test Dukungan Sosial

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
dukungan sosial	Equal variances assumed	.798	.375	-1.136	76	.260
	Equal variances not assumed			-1.112	59.722	.271

Berdasarkan tabel (4.23) diketahui bahwa hasil uji beda t-test menggunakan uji Independent Sample T-test, diperoleh nilai t (hitung) sebesar -1.136 dengan nilai Df (*degree of freedom*) 76 dan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,260 ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan signifikan dukungan sosial antara laki-laki dan perempuan pada siswa. Jenis kelamin tidak berdampak pada dukungan sosial.

4). Analisis berdasarkan pendukung sosial utama

Tabel 4. 24 Hasil Uji T dan Koefisien Determinasi tiap Agen Dukungan Sosial

Variabel	Sig.	R Square
Duksosial agen Orang Tua terhadap variabel kepercayaan diri	0,000	0,315
Duksosial agen Guru terhadap variabel kepercayaan diri	0,004	0,102
Duksosial agen Teman terhadap variabel kepercayaan diri	0,010	0,85

Berdasarkan hasil tabel 4.24 diketahui bahwa ketiga agen dari variabel dukungan sosial memiliki masing-masing nilai Sig yang menunjukkan adanya pengaruh terhadap kepercayaan diri Siswa MTs Islamiyah pakis. Pada pengaruh dukungan sosial agen orang tua terhadap variabel kepercayaan diri diperoleh nilai Sig sebesar $0,000 <$

0,05 dan R Square sebesar 0,315, yang berarti adanya pengaruh dukungan sosial agen orang tua terhadap kepercayaan diri siswa yakni sebesar 31,5 %. Selanjutnya, pada dukungan sosial agen Guru terhadap variabel kepercayaan diri diperoleh nilai Sig 0,004 < 0,05 dan nilai R Square sebesar 0,102, yang berarti bahwa besarnya pengaruh dukungan sosial agen Guru terhadap variabel kepercayaan diri sebesar 10,2%. Kemudian pada dukungan sosial agen teman memperoleh nilai Sig sebesar 0,010 < 0,05 dan nilai R Square sebesar 0,85 yang artinya dukungan sosial agen teman terhadap variabel kepercayaan diri memiliki pengaruh sebesar 85% terhadap siswa MTs Islamiyah Pakis.

3. Hasil Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Berganda

Tabel 4. 25 Uji analisis regresi linear Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	21.746	7.612		2.857	.006
Bodyimage	.435	.142	.300	3.070	.003
Dukungan sosial	.343	.079	.423	4.320	.000

Berdasarkan hasil uji analisis regresi berganda $21.746 + 0,435 + 0,343$ nilai konstanta yang diperoleh sebesar 21.746 maka bisa diartikan jika variabel independent bernilai 0 (konstan) maka variabel dependent bernilai 21.746. nilai koefisien regresi variabel X1 bernilai (+) sebesar 0.435 maka bisa diartikan bahwa jika variabel X1 meningkat maka variabel Y meningkat, dan nilai koefisien variabel X2 bernilai (+) sebesar 0,343 maka bisa diartikan bahwa jika variabel X2 meningkat maka variabel y meningkat

b. Uji F Simultan

Hasil uji F untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan nilai tengah dari data apabila hasil uji f lebih dari $> 0,05$ memiliki pengaruh terhadap variabel dependent dan sebaliknya tidak berpengaruh. Jika nilai f hitung $>$ nilai f tabel maka variabel independent secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependent dan sebaliknya berikut hasil uji :

Tabel 4. 26 Uji F Simultan

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1062.946	2	531.473	19.426	.000 ^b
Residual	2051.888	75	27.359		
Total	3114.833	77			

Berdasarkan hasil uji F di didapatkan nilai sig sebesar $0.000 < 0.05$ yang memiliki arti variabel *body image* (X1) dan dukungan sosial (X2) secara bersama-sama (simultan) terdapat pengaruh yang signifikan pada variabel kepercayaan diri (Y). Hal ini dibuktikan juga dengan ketentuan F hitung $>$ F tabel yaitu $19.426 > 3.11$. Dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel *body image* (X1) dan variabel dukungan sosial (X2) bersama-sama (simultan) terdapat pengaruh signifikan pada variabel kepercayaan diri(Y). Maka hipotesis H_{a3} diterima. Nilai sig lebih kecil dari $< 0,05$ maka variabel *body image* dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan Terhadap Kepercayaan diri.

c. Uji Koefisien Determinasi (R²)

Tabel 4. 27 Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square
1	.584 ^a	.341	.324

Berdasarkan hasil tabel 4.27 diketahui nilai *R Square* 0,341 atau 34,1% hasil tersebut menunjukkan bahwa besarnya pengaruh yang diberikan variabel *body image* dan dukungan sosial terhadap

kepercayaan diri memiliki pengaruh sebesar 34,1% dan sisanya 65,9% dipengaruhi oleh faktor lain atau variabel lain.

d. Parsial (T)

Tabel 4. 28 Uji Parsial T

Variabel	t	Sig
<i>Body Image</i> (X1)	4.047	.000
Dukungan Sosial (X2)	5.147	.000

Berdasarkan hasil uji T diatas diketahui nilai sig. pada variabel *body image* (X1) $0,000 < 0,05$ yang memiliki arti variabel *body image* (X1) terdapat pengaruh terhadap variabel kepercayaan diri (Y) sehingga dengan ini dapat dinyatakan H_{a1} diterima. Dan nilai sig. pada variabel dukungan sosial (X2) $0,000 < 0,05$ yang memiliki arti variabel dukungan sosial (X2) terdapat pengaruh terhadap variabel kepercayaan diri (Y) sehingga dengan ini dapat dinyatakan H_{a2} diterima.

e. Uji Koefisien Determinasi X1 X2 – Y

Tabel 4. 29 Uji koefisien Determinasi

Variabel	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimasi
(X1) <i>Body Image</i>	.421 ^a	.177	.166	5.80665
Dukungan Sosial (X2)	.508 ^a	.258	.249	5.51290

Berdasarkan hasil tabel 4.29 diketahui nilai *R Square* variabel *body image* terhadap kepercayaan diri adalah 0,177 hasil tersebut menunjukkan bahwa besarnya pengaruh yang diberikan variabel *body image* terhadap kepercayaan diri sebesar 17,7% dan diketahui nilai *R Square* variabel dukungan sosial terhadap kepercayaan diri adalah 0,258 yang berarti

hasil tersebut menunjukkan bahwa besarnya pengaruh yang diberikan variabel dukungan sosial terhadap kepercayaan diri sebesar 25,8 %.

C. Pembahasan

1. Tingkat Kepercayaan Diri pada Siswa MTs Islamiyah Pakis

a. Analisis Deskriptif

Siswa yang duduk dibangku Madrasah Tsanawiyah merupakan siswa yang berada pada masa remaja. Pada masa perkembangan yang dialami oleh remaja mendorong mereka untuk beradaptasi dengan perubahan psikologi. Hal ini disebabkan oleh proses perkembangan yang berlangsung pada remaja, yang mengarah pada proses kematangan yang akan terjadi pada setiap remaja. Dalam proses kematangan, remaja menghadapi berbagai tantangan dan berusaha untuk melewatinya. Secara psikologis, jika remaja kurang yakin terhadap dirinya sendiri merasa bahwa sikap, perilaku, dan prestasinya tidak cukup untuk memenuhi peran perkembangan mereka, mereka akan mengalami rasa rendah diri, yang pada gilirannya akan mengarah pada tingkat kepercayaan diri yang rendah (Sukmawati 2023).

Menurut Surya (2007) percaya diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertindak. Perry (dalam Prasetiawan & Saputra, 2018) mengatakan rasa percaya diri juga memberikan individu kemampuan untuk menghadapi tantangan baru, yakin terhadap diri sendiri dalam situasi sulit, menyelesaikan hal-hal yang belum pernah dilakukan, memanfaatkan bakat dan kemampuan secara sepenuhnya, dan tidak mengkhawatirkan kegagalan.

Beberapa hasil penelitian mengungkapkan sebagian besar kepercayaan diri remaja pada kategori sedang seperti yang telah ditemukan oleh peneliti pada penelitian yang dilakukan Meina (2020) di SMP 1 Negeri Darul Imarah menunjukkan mayoritas siswa SMP Negeri 1 Darul Imarah memiliki kepercayaan diri pada kategori sedang. Pada penelitian Tohir & Suhardinata (dalam Fitri et al. 2018) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri remaja pada

tingkat sedang. Hanya sebagian kecil remaja yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 78 siswa MTs Islamiyah Pakis, mendapatkan hasil bahwa kategori kepercayaan diri memiliki tingkat rendah sebanyak 12 siswa (16%), sedang sebanyak 52 siswa (67%), dan tinggi sebanyak 13 siswa (17%). Berdasarkan dari data tersebut dapat menunjukkan bahwa siswa MTs Islamiyah Pakis memiliki kepercayaan diri dalam kategori sedang.

Kepercayaan diri kategori sedang berarti yaitu dimana seseorang tidak memiliki kepercayaan diri yang tinggi namun juga tidak rendah, tidak positif namun juga tidak negatif. Kepercayaan diri sedang menunjukkan keyakinan yang memadai dalam mengatasi berbagai situasi dan tantangan yang muncul dalam kehidupan. Kepercayaan diri kategori sedang juga mengartikan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, namun tidak secara berlebihan, percaya bahwa memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas atau aktivitas tertentu, tetapi selalu tidak percaya untuk dapat menyelesaikan hal tersebut. Meskipun tidak selalu memiliki pandangan secara optimis, seseorang masih dapat melihat segala hal dengan yang baik mengenai dirinya serta kemampuan yang dimilikinya, merasa bertanggung jawab atas tindakan dan keputusan yang diambil, serta mampu berpikir rasional dan objektif dalam situasi yang dihadapi. Kepercayaan diri dalam kategori sedang ini ditunjukkan dengan sebagian siswa yang masih merasa malu, takut ketika diminta untuk berbicara didepan kelas atau menjawab pertanyaan dari guru meskipun sebenarnya siswa mampu menjawab pertanyaan tersebut. Dan tingkat kepercayaan diri yang berada dalam kategori sedang berarti perlunya dilakukan upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri (Fitri et al. (2018).

b. Kepercayaan Diri Berdasarkan Aspek

Pada penelitian ini, peneliti melakukan analisis tambahan untuk mengetahui besarnya sumbangan efektif dari setiap aspek. Aspek kepercayaan diri berdasarkan dari teori Lauster (2012) yaitu keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Berdasarkan hasil

dari analisis aspek kepercayaan diri yang menjadi sumbangan efektif terbesar adalah aspek rasional dan realistis sebesar 34, %.

Hal tersebut mengartikan bahwa siswa MTs Islamiyah cenderung memiliki kemampuan untuk memikirkan masalah, situasi, atau kejadian dengan logis dan sesuai dengan realitas yang ada. Siswa MTs Islamiyah mampu menghadapi tantangan dengan bijaksana, membuat keputusan yang tepat dan tenang dalam menghadapi situasi. Kemampuan ini juga dapat memperkuat kepercayaan diri siswa dalam berbagai aspek kehidupan.

c. Kepercayaan Diri Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang Hurlock (2013). Jenis kelamin ini berkaitan dengan pembedaan peran, fungsi dan tanggung jawab. Perempuan sering kali dianggap sebagai individu yang lemah dan membutuhkan perlindungan, sementara laki-laki diharapkan untuk menunjukkan kekuatan, kemandirian, dan kemampuan untuk melindungi orang lain. Menurut Hakim dalam Trimayati et al., (2023) menjelaskan bagi laki-laki, kepercayaan diri cenderung berpusat pada diri sendiri artinya diri sendirilah yang menjadi standar rasa percaya diri. Sedangkan bagi Perempuan, kepercayaan diri lebih banyak dipengaruhi oleh pandangan orang lain. Perbedaan kepercayaan diri pada laki-laki dan perempuan dipengaruhi faktor eksternal, dimana laki-laki sering mengaitkan kepercayaan diri dengan kualitas mental mandiri dan kemampuan dibandingkan penampilan fisik. Maka dari ini peneliti juga melakukan analisis kepercayaan diri pada jenis kelamin untuk mengetahui adanya atau tidak perbedaan kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis

Berdasarkan hasil uji beda yang dilakukan memperoleh hasil sign sebesar $p=0,690$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan dari kepercayaan diri terhadap jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan pada siswa MTs Islamiyah Pakis.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Silva (2022) dengan memperoleh nilai $t = -1820$ dengan nilai signifikasi $p=0,073$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kepercayaan peserta didik tahun pertama SMP Katolik Angelus Custos II berdasarkan jenis

kelamin. Dan pada penelitian yang dilakukan Arafah (2021) pada uji t memperoleh nilai $t = 0,052$ dengan nilai sign $p=0,959$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada self confidence berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh..

2. Tingkat *Body Image* pada siswa MTs Islamiyah Pakis

a. Analisis Deskriptif Variabel

Siswa MTs atau SMP merupakan remaja yang berada pada periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Remaja awal yang berusia 10-14 tahun atau siswa yang berada pada bangku MTs dan SMP, mereka akan mengalami pubertas yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. Perubahan yang paling terlihat adalah perubahan fisik, siswa akan mengalami perubahan fisik yang cukup signifikan pada diri mereka, seperti kondisi wajah dan bentuk tubuh. Perubahan-perubahan ini seharusnya membantu remaja lebih menerima dan memahami diri mereka sendiri, serta mengembangkan kelebihan yang mereka miliki. Namun, kenyataannya banyak remaja hanya fokus pada kekurangan mereka, seperti merasa bahwa bentuk tubuh mereka tidak sesuai dengan konsep atau gambaran tubuh ideal (Salamah et al., 2022).

Perubahan fisik ini juga sering kali menimbulkan persepsi negatif terhadap diri sendiri karena proses penerimaan yang belum sempurna dan ketidakpuasan terhadap perubahan yang terjadi. Hal tersebut akan mengakibatkan siswa memiliki *body image* yang negatif. *Body image* adalah cara individu mengevaluasi dirinya sendiri terkait aspek fisik, seperti ukuran tubuh, berat badan, dan penampilan fisik secara keseluruhan, *body image* mencerminkan sikap individu dalam menilai dan menerima bentuk tubuhnya, baik secara positif maupun negatif (Lestari & Setianingsih, 2023).

Dari hasil penelitian Hasanah & Halimah (2019) sebanyak 70 siswa atau 75,3% siswa memiliki *body image* yang negatif. Hal tersebut mengartikan bahwa sebanyak 70 siswa berada pada kategori rendah. Sebagian siswa menilai penampilan yang dimilikinya tidak menarik, mereka

tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan juga sering membanding-bandingkan tubuh mereka dengan temannya sendiri.

Berdasarkan hasil uji kategorisasi data pada siswa MTs Islamiyah Pakis dapat diketahui *body image* yang dimiliki oleh siswa MTs Islamiyah Pakis, peneliti membagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Dari total subjek keseluruhan siswa, sebanyak 11 siswa dengan presentase sebesar 15% masuk dalam kategori tinggi. Selanjutnya, terdapat 61 siswa dengan presentase sebesar 77% yang berada dalam kategori sedang. Dan sebanyak 6 siswa dengan presentase sebesar 8% masuk dalam kategori rendah. Berdasarkan dari data tersebut menunjukkan bahwa siswa MTs Islamiyah Pakis memiliki *body image* dalam kategori sedang.

Body image dalam kategori sedang merujuk pada pandangan seimbang terhadap penilaian bentuk tubuhnya menandakan adanya keseimbangan antara pandangan positif dan negatif tentang penampilan mereka. Dimana individu tersebut tidak menilai bentuk tubuhnya sebagai baik maupun buruk. Melainkan menganggap bentuk tubuhnya sebagai hal yang normal atau seimbang. Individu yang memiliki *body image* dalam kategori sedang cenderung memiliki pandangan yang seimbang terhadap penampilannya, tidak terlalu terpaku pada kepuasan yang berlebihan terhadap penampilannya, tidak terlalu khawatir dengan penampilan fisiknya, tetapi masih memperhatikan penampilannya, cenderung merasa cukup puas dengan semua bagian tubuhnya.

b. *Body Image* Berdasarkan Aspek

Pada penelitian ini, peneliti melakukan analisis tambahan untuk mengetahui besarnya sumbangan efektif dari setiap aspek. Aspek *body image* berdasarkan dari teori Cash et al. (2002) yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, keceasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh. Berdasarkan hasil dari analisis aspek *body image* yang menjadi sumbangan efektif terbesar adalah aspek kepuasan terhadap bagian tubuh sebesar 15,7%.

Hal tersebut mengartikan bahwa siswa MTS Islamiyah merasa puas dengan keseluruhan bentuk tubuhnya, mulai dari tubuh bagian atas hingga

bawah secara spesifik, seperti puas terhadap rambut yang dimilikinya, merasa puas dengan tampilan wajah yang dimilikinya, dan lain sebagainya. Kepuasan individu terhadap penampilan fisiknya secara menyeluruh dapat menentukan gambaran dari *body image* yang dimilikinya. Seperti yang diungkapkan Thompson dalam Denich & Ifdil (2015) *body image* seseorang tercermin dari seberapa puas individu tersebut terhadap bagian bentuk tubuhnya, serta penampilan fisik secara menyeluruh.

c. *Body Image* Berdasarkan Jenis Kelamin

Menurut Cash et al., (2002) salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *body image* adalah jenis kelamin. Monteath & McCabe (1997) mengungkapkan bahwa perempuan sering sekali memperhatikan *body image* nya daripada laki-laki dan sikap perempuan terhadap penampilan yang dimilikinya dapat memengaruhi penilaian bentuk tubuhnya. Sehingga hal ini menyebabkan perasaan puas atau tidak puas terhadap *body image* yang dimilikinya.

Berdasarkan hasil uji t memperoleh nilai $t = 0,273$ hasil sign sebesar $p = 0,786$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan dari *body image* terhadap jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan pada siswa MTs Islamiyah Pakis. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa pembentukan persepsi individu terhadap *body image* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor jenis kelamin, tetapi dipengaruhi oleh faktor lain. Shahen dalam Nariswari & Satiningsih, (2023) mengatakan bahwa *body image* tidak tergantung pada jenis kelamin, melainkan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti budaya, status sosial, dan kepribadian.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nariswari & Satiningsih (2023) yang menunjukkan pada hasil uji statistik hipotesis memperoleh nilai koefisien $0,078$ ($> 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan pada remaja awal laki-laki dan perempuan. Dan pada penelitian yang dilakukan oleh Rengga & Soetjningsih (2022) pada hasil uji t dengan memperoleh hasil nilai sign sebesar $p = 0,166$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan *body image* antara laki-laki dan perempuan pada masa dewasa awal.

3. Tingkat Dukungan Sosial pada Siswa MTs Islamiyah Pakis

a. Analisis Deskriptif Variabel

Siswa yang berada di bangku MTs atau SMP merupakan bagian dari kelompok remaja awal yang sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada periode ini mereka mengalami berbagai perubahan secara fisik, emosional, sosial, intekektual, psikososial, serta dalam pemahaman tentang diri dan lingkungan sosial. Pada perkembangan ini remaja juga mulai mengalami berbagai masalah yang tidak bisa terselesaikan sendiri tanpa adanya dukungan sosial dari orang-orang terdekat mereka (Aristya & Rahayu, 2018). Dukungan sosial bermanfaat bagi individu yang menerimanya dari orang-orang yang dipercayainya. Dalam situasi ini, individu akan merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai oleh orang lain. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, yang semuanya sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan remaja (Aditya & Permatasari, 2021).

Dukungan sosial merupakan kenyamanan baik secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang-orang terdekat seperti teman, pasangan, guru dan keluarga (Baron & Byrne 2004). Menurut Johnson (dalam Utami & Widiasavitri 2013) dukungan sosial adalah suatu usaha dalam memberikan bantuan kepada individu dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan mental, rasa percaya diri, semangat atau dorongan serta penerimaan diri. Dari hasil penelitian Putri & Paryontri (2023) sebanyak 169 siswa yang memiliki dukungan sosial kategori sangat tinggi atau sebesar 98%. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa dalam penelitian tersebut mendapatkan dukungan sosial yang sangat baik dan kuat dari lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan hasil uji kategorisasi data pada penelitian dapat diketahui dukungan sosial siswa MTs Islamiyah berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil yang diperoleh yaitu 9 siswa yang memperoleh dukungan sosial kategori tinggi dengan presentasi sebesar 12%, sebanyak 61 siswa yang memperoleh dukungan sosial kategori sedang dengan presentase

sebesar 77%, dan terdapat 8 siswa dengan presentase sebesar 11% masuk dalam kategori rendah. Dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial Siswa MTs Islamiyah mayoritas berada pada kategori sedang (77%) atau sebanyak 61 siswa.

Dukungan sosial dalam kategori sedang adalah individu memperoleh dukungan yang memadai dari lingkungan sekitarnya artinya dukungan yang diterima tidak terlalu berlebihan atau terlalu minim. Dukungan sosial yang diterima berasal dari lingkungan sekitarnya yang berarti mendapatkan dukungan dari guru, teman sebaya, orang tua, maupun keluarga. Dukungan sosial dalam kategori sedang yang diperoleh individu seperti simpati, pengertian, perhatian dari orang sekitarnya. Merasa diakui dan dihargai oleh orang-orang disekitarnya, mendapatkan bantuan dari orang-orang disekitarnya, mendapatkan nasihat, petunjuk serta feedback dari orang-orang di sekitarnya. Cobb (dalam Listiyani, 2019) mengungkapkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan dari sekitarnya merasa dirinya dihargai, berarti, dan merasa sebagai bagian dari pemberi dukungan tersebut. Karena perasaan tersebut dapat memberikan manfaat bagi individu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Dukungan sosial sangat penting bagi setiap individu karena dapat meningkatkan kepercayaan diri, terutama dari orang-orang terdekat. Semakin besar dukungan sosial yang diterima, semakin tinggi juga Tingkat kepercayaan yang dimiliki oleh individu tersebut

b. Dukungan Sosial berdasarkan Aspek

Pada penelitian ini, peneliti melakukan analisis tambahan untuk mengetahui besarnya sumbangan efektif dari setiap aspek. Aspek dukungan sosial berdasarkan dari teori (Sarafino, 2011) yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi Berdasarkan hasil dari analisis aspek dukungan sosial yang menjadi sumbangan efektif terbesar adalah aspek dukungan informasi sebesar 21,8%.

Hal ini menunjukkan bahwa dalam dukungan informasi merupakan dukungan yang paling dibutuhkan oleh siswa MTs Islamiyah Pakis.

Dukungan tersebut berupa saran, nasehat, arahan, serta *feedback* dari orang-orang disekitarnya atas sesuatu tindakan yang dilakukannya dan permasalahan yang di hadapinya. Dukungan informasi ini juga dapat memperkuat hubungan sosial dan memberikan dukungan emosional yang lebih baik, karena individu merasa didukung dan dipahami oleh orang-orang di sekitarnya.

c. Dukungan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada penelitian ini peneliti melakukan analisis tambahan dengan uji t untuk mengetahui adanya perbedaan atau tidak dalam dukungan sosial pada siswa MTs Islamiyah Pakis.

Berdasarkan hasil uji t memperoleh nilai t -1.136 hasil sign sebesar $p=0,260$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan. Jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan dari dukungan sosial terhadap jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan pada siswa MTs Islamiyah Pakis. Hal ini menunjukkan bahwa siswa baik laki-laki dan Perempuan memperoleh dukungan sosial yang sama atau sebanding dari orang tua, guru, dan teman

d. Pendukung Sosial Utama dalam Dukungan Sosial

Dukungan sosial memberikan peran penting bagi siswa pada usia remaja nya. Siswa yang mendapatkan dukungan sosial akan merasa bahwa ia dihargai dan dicintai oleh orang-orang sekitarnya. Dukungan sosial yang diperoleh oleh siswa berasal dari lingkungan sekitarnya yaitu orang tua, guru, dan teman. Maka dari itu peneliti melakukan uji T dan koefisien determinasi untuk mengetahui pendukung sosial utama siswa MTs Islamiyah Pakis.

Berdasarkan pada hasil uji T dan koefisien determinasi tiap agen dukungan sosial terdapat pengaruh dari tiap agen dukungan sosial. Diperoleh nilai berdasarkan hasil data uji koefisien determinasi tiap agen pada variabel dukungan sosial agen orang tua (X2) terhadap variabel kepercayaan diri (Y) sebesar $0,000 < 0,05$, variabel dukungan sosial agen guru (X2) terhadap variabel kepercayaan diri (Y) sebesar $0,04 < 0,05$, dan variabel dukungan sosial agen teman (X2) terhadap variabel kepercayaan diri (Y) sebesar $0,010$

$< 0,05$ yang menunjukkan bahwa hasil tersebut tiap agen memiliki pengaruh terhadap variabel kepercayaan diri siswa MTS Islamiyah Pakis. Adapun besarnya presentase pengaruh dari tiap agen yaitu 31,5% pengaruh dukungan sosial agen orang tua, 10,2% pengaruh dukungan sosial agen guru, 85% pengaruh dukungan sosial agen teman. Dapat disimpulkan bahwa teman menjadi pendukung utama dalam dukungan sosial pada siswa MTs Islamiyah Pakis dengan presentase sebesar 85%.

Pendukung sosial utama pada siswa MTs Islamiyah Pakis berasal dari teman. Pada masa remaja, teman sebaya memiliki peran yang sangat penting. Biasanya remaja berusaha untuk melepaskan diri dari orang tua dengan maksud untuk mencari identitas dirinya. Pada masa remaja sering sekali ditandai oleh perubahan fisik dan emosional yang signifikan, yang dapat menyebabkan perasaan kebingungan dan ketidakyakinan bahkan sering membuat remaja merasa canggung. Oleh karena itu kehadiran dan dukungan dari teman menjadi sangat penting

Menurut Nugraha dalam (Susanto, 2018) teman sebaya memiliki pengaruh yang besar terhadap pertimbangan dan keputusan seorang remaja. Teman sebaya menjadi acuan utama bagi remaja dalam hal persepsi dan sikap yang berkaitan dengan gaya hidup. Hartup dalam (Susanto, 2018) mengidentifikasi beberapa peranan penting dari hubungan teman sebaya, yaitu :

1. Hubungan dengan teman sebaya menjadi sebagai sumber dukungan emosional, baik dalam memperoleh kesenangan maupun untuk mengatasi stres.
2. Hubungan dengan teman sebaya menjadi sumber pengetahuan dan pemecahan masalah
3. Hubungan dengan teman sebaya menjadi dasar bagi pembentukan terjalannya hubungan sosial lainnya, seperti hubungan dengan saudara kandung yang lebih harmonis

4. Interaksi dengan teman sebaya membantu dalam perkembangan keterampilan sosial dasar, seperti keterampilan komunikasi dan kerja sama.

Dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran penting dalam pembentukan rasa percaya diri seseorang. Semakin besar dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri yang dimiliki. Hal ini sejalan penelitian yang dilakukan oleh Mafruhah et al., (2021) mengenai pengaruh dukungan teman sebaya terhadap rasa percaya diri siswa kelas VIII MTs Darul Ulum Sumenep memperoleh nilai r hitung sebesar 0,721 dengan r tabel 0,482 yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif signifikan antara dukungan sosial teman terhadap kepercayaan diri siswa. Hasil Perhitungan analisis besarnya presentase pengaruh dukungan sosial teman terhadap kepercayaan diri sebesar 72,1%..

4. Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri Siswa MTs Islamiyah Pakis

Hipotesis pertama yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis. Berdasarkan pada hasil data yang diperoleh dari uji T memperoleh nilai signifikan pada variabel *body image* X1 terhadap variabel kepercayaan diri (Y) dengan memperoleh nilai sebesar $0,003 < 0,05$ yang artinya dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara *body image* terhadap kepercayaan diri siswa MTs Islamiyah. Diketahui besarnya pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri adalah 17,7%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama (H_{a1}) yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini dapat dinyatakan diteima.

Hasil penelitian didukung oleh penelitian yang dilakukan Salamah et al. (2022) mengenai pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 1 Bantul menunjukkan bahwa hasil uji linearitas memperoleh nilai F hitung sebesar 98.551 dengan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri. Dan diketahui besarnya nilai korelasi yaitu 0,598 serta nilai koefisien

determinasi sebesar 0,358 yaitu besarnya pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri yakni 35%.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Mubarokah (2022) dengan judul pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Kabupaten Madiun menunjukkan bahwa *body image* memberikan kontribusi sebesar 35,7% terhadap tingkat kepercayaan diri remaja putri. Hasil uji regresi liner sederhana yang dilakukannya memperoleh nilai t hitung sebesar 19,965 yang melebihi nilai t table 1,97 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh variabel *body image* (X) terhadap variabel kepercayaan diri (Y). Pada temuan ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun.

Maka berdasarkan hasil uji pada penelitian dan didukung beberapa penelitian sebelumnya, Dapat ditarik sebuah kesimpulan adanya pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri siswa MTs Islamiyah Pakis. Cash et al., (2002) *body image* adalah persepsi individu terhadap bentuk tubuh meliputi ukuran tubuh, dan fungsi tubuh yang melibatkan persepsi tentang kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh. Dengan demikian siswa yang memiliki *body image* positif dapat berdampak terhadap kepercayaan diri siswa positif, semakin tinggi nilai positif *body image* yang dimiliki semakin positif juga nilai kepercayaan diri siswa MTs Islamiyah Pakis.

5. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Siswa MTs Islamiyah Pakis

Hipotesis kedua yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa MTS Islamiyah Pakis. Berdasarkan pada hasil data yang diperoleh dari uji T memperoleh nilai signifikan pada variabel dukungan sosial X1 terhadap variabel kepercayaan diri (Y) dengan memperoleh nilai sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap kepercayaan diri siswa MTs Islamiyah. Diketahui besarnya pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri adalah 25,8%. Dengan

demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua (H_a^2) yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini dapat dinyatakan diterima.

Penelitian ini juga relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh A'yun, (2019) dengan judul pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa kelas 8 excel dan regular MTSN 2 Kediri. Diperoleh hasil data tingkat dukungan sosial teman sebaya pada kelas excellent sebesar 129,80 pada kategori tinggi dan tingkat kepercayaan diri sebesar 90,54 berada pada kategori tinggi. Begitu pula dengan siswa reguler diperoleh nilai rata-rata lebih rendah akan tetapi tingkat dukungan sosial berada pada kategori tinggi yaitu 127,00 dan tingkat kepercayaan diri sebesar 88,61. Berdasarkan nilai Sig. bahwa nilai yang diperoleh lebih kecil dari taraf nyata yaitu $0,002 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh dukungan sosial teman terhadap kepercayaan diri siswa MTSN 2 Kediri dengan besarnya pengaruh 24,8% yang berarti adanya pengaruh variabel dukungan sosial teman terhadap variabel kepercayaan diri. Dukungan Sosial memiliki pengaruh dalam bidang akademik dimana keberhasilan dan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan jenjang pendidikannya (Nisa, 2023).

Selain itu, hal tersebut juga relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Foekh et al., (2022) mengenai kontribusi dukungan orang tua dan teman terhadap kepercayaan diri di SMP Cahaya Lestari Surabaya. Diperoleh hasil pada penelitian ini terhadap uji pengaruh dukungan orang tua terhadap kepercayaan diri sebesar 14,6% dan dukungan teman sebaya terhadap kepercayaan diri sebesar 33,1%. Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan nilai taraf signifikansi 0,000 dan $P = 0,000$ ($P < 0,05$) yang menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan adanya hubungan signifikansi antara dukungan teman terhadap kepercayaan diri siswa SMP Cahaya Lestari Surabaya diterima.

Maka sesuai dengan hasil data penelitian dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa dukungan sosial berpengaruh yang terhadap kepercayaan diri siswa MTs Islamiyah Pakis. Baron & Byrne (2004) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan baik secara

fisik dan psikologis yang bisa diperoleh individu dari orang-orang terdekat, teman, pasangan, guru dan keluarga. Dengan demikian siswa yang memiliki dukungan sosial yang tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dan siswa yang memiliki dukungan sosial yang rendah maka akan memiliki kepercayaan diri yang rendah. Oleh karena itu sangat penting bagi siswa memiliki dukungan sosial agar membantu proses kepercayaan diri yang dimiliki bersifat positif.

6. Pengaruh *Body Image* Dan Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Siswa MTs Islamiyah Pakis

Berdasarkan pada hasil uji (F) yang telah dilakukan peneliti memperoleh nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti variabel *body image* dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis. Hasil koefisien determinasi memperoleh nilai 0,341 atau 34,1% hasil tersebut menunjukkan bahwa besarnya pengaruh yang diberikan variabel *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri memiliki pengaruh sebesar 34,1% dan sisanya 65,9% dipengaruhi oleh faktor lain atau variabel lain. 65,9% tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Menurut Ghufron & Risnawita (2014) faktor internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri adalah konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Musriani (2023) pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 4 Tanggul memperoleh hasil bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri pada siswa adalah konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan. Faktor-faktor tersebut diperoleh dengan menggunakan wawancara, data angket, dan lembar observasi.

Dengan demikian *body image* dan dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap kepercayaan diri. Dan secara simultan berpengaruh sebesar 34,1%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua (H_{a3}) yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini dapat dinyatakan diterima.

Hal ini sejalan penelitian yang dilakukan oleh Inayah, (2021) mengenai Pengaruh Dukungan Teman Sebaya dan *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri pada Siswi Kelas XI MAN 2 Pati, menunjukkan hasil bahwa terdapat

pengaruh yang signifikan antara dukungan teman sebaya dan *body image* terhadap kepercayaan diri. Ini dapat dilihat dari perolehan nilai Fhitung $24,173 < F_{tabel} 3,06$ dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Adapun besarnya pengaruh dukungan teman sebaya dan *body image* dalam penelitian ini adalah sebesar 24,2%. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial yang diterima siswi dari teman sebaya mereka, serta *body image* yang dimiliki oleh siswi mampu mempengaruhi kepercayaan diri yang mereka miliki.

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *body image* dan dukungan sosial mempengaruhi kepercayaan diri siswa MTs Islamiyah Pakis. Ketika siswa memiliki *body image* yang baik atau positif, serta mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari sekitarnya hal ini dapat membantu meningkatkan rasa kepercayaan diri mereka. Individu yang tidak dapat menerima kondisi atau bentuk tubuhnya cenderung memiliki *body image* yang negatif, yang dapat mereduksi tingkat kepercayaan diri mereka (Wiranatha & Septian, 2015). Sebaliknya, Individu yang dapat menerima kondisi dan bentuk tubuh memiliki *body image* yang positif, dengan demikian dapat mempengaruhi dalam pembentukan rasa percaya diri (Pratiwi, 2021).

Dukungan sosial yang tinggi terhadap siswa-siswi dilingkungan sekolah akan memberikan dampak yang signifikan. Kepercayaan diri yang baik memungkinkan siswa untuk menghadapi tantangan terkait akademik dan bersosial dengan efektif. Salah satu faktor utama yang mempengaruhi dukungan sosial mencakup bantuan, dorongan, dan kasih sayang yang diterima siswa dari lingkungan sekitar termasuk orang tua, teman dan guru. Kepercayaan diri siswa-siswi di lingkungan sekolah baik antara siswa dengan tenaga pengajar salah satu faktor terjadinya proses keberhasilan dukungan sosial. Dukungan sosial yang rendah akan berdampak siswa merasa sulit mencapai rasa percaya diri meskipun terdapat banyak faktor yang mempengaruhi dukungan sosial (Lutfianawati et al., 2021)

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang sudah dijabarkan peneliti diatas mengenai pengaruh *body image* dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada siswa, maka dapat ditarik kesimpulan yang dijabarkan sebagai berikut:

1. Tingkat Kepercayaan Diri pada Siswa MTs Islamiyah Pakis

Mayoritas siswa MTs Islamiyah memiliki kepercayaan diri pada kategori sedang dengan presentase sebesar 67%. Siswa yang memiliki kepercayaan diri sedang adalah siswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, namun tidak secara berlebihan, percaya bahwa memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas atau aktivitas tertentu, tetapi selalu tidak percaya untuk dapat menyelesaikan hal tersebut. Tidak selalu memiliki pandangan secara optimis, serta mampu berpikir rasional dan objektif dalam situasi yang dihadapi. Aspek kepercayaan diri yang menjadi kontribusi utama dalam membentuk kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis adalah aspek rasional dan realistis. Dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis.

2. Tingkat *Body Image* pada siswa MTs Islamiyah Pakis

Mayoritas siswa MTs Islamiyah memiliki *body image* pada kategori sedang dengan presentase sebesar 77%. Siswa yang memiliki *body image* dalam kategori sedang cenderung memiliki pandangan yang seimbang terhadap penampilannya, tidak terlalu terpaku pada kepuasan yang berlebihan terhadap penampilannya, tidak terlalu khawatir dengan penampilan fisiknya, tetapi masih memperhatikan penampilannya, cenderung merasa cukup puas dengan semua bagian tubuhnya. Aspek *body image* yang menjadi kontribusi utama dalam membentuk *body image* pada siswa MTs Islamiyah Pakis adalah aspek kepuasan terhadap

bagian tubuh. Dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam *body image* pada siswa MTs Islamiyah Pakis

3. Tingkat Dukungan Sosial pada Siswa MTs Islamiyah Pakis

Mayoritas siswa MTs Islamiyah memiliki dukungan sosial pada kategori sedang dengan presentasi sebesar 77%. Dukungan sosial dalam kategori sedang yang diperoleh siswa seperti pengertian dan perhatian dari orang sekitarnya. Hal ini akan membuat siswa merasa diakui dan dihargai oleh orang-orang disekitarnya, mendapatkan bantuan dari orang-orang disekitarnya, mendapatkan nasihat, petunjuk serta *feedback* dari orang-orang di sekitarnya. Aspek dukungan sosial yang menjadi kontribusi utama dalam membentuk dukungan sosial pada siswa MTs Islamiyah Pakis adalah aspek dukungan informasi. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam dukungan sosial pada siswa MTs Islamiyah Pakis. Teman menjadi pendukung utama dalam dukungan sosial karena memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis dengan sebesar 85%. Hal ini dapat terjadi karena siswa pada usia remaja lebih cenderung mencari identitas diri sendiri melalui interaksi dengan teman sebaya.

4. Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri pada Siswa MTs Islamiyah Pakis

Pada hasil analisis regresi berganda uji (t) memperoleh nilai signifikan $0,000 < 0,05$ yang berarti *body image* berpengaruh terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis dengan persentase sebesar 17,7%.

5. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri pada Siswa MTs Islamiyah Pakis

Pada analisis regresi berganda uji (t) memperoleh nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ yang berarti dukungan sosial berpengaruh terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis dengan persentase sebesar 25,8%.

6. Pengaruh *Body Image* dan Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri pada Siswa MTs Islamiyah Pakis

Pengaruh *body image* dan dukungan sosial secara signifikan terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis ditunjukkan dengan hasil penelitian yang memperoleh nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti *body image* dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri pada siswa MTs Islamiyah Pakis. Adapun besarnya pengaruh *body image* dan dukungan sosial secara simultan terhadap kepercayaan diri adalah sebesar 34,1%.

B. Saran

Bedasarkan penelitian ini, maka terdapat beberapa saran kepada pihak terkait diantaranya,:

1. Bagi subjek penelitian
 - a). Siswa diharapkan untuk meningkatkan kepercayaan diri yang dimilikinya, karena kepercayaan diri pada siswa berada di kategori sedang yang mana bisa saja menurun apabila tidak dikembangkan. Untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat berlatih berpikir logis dengan menganalisis situasi secara mendalam, sesuai dengan realitas yang ada
 - b). Siswa diharapkan untuk meningkatkan *body image* yang dimilikinya terutama pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh. Dalam hal ini yang dapat dilakukan oleh siswa yaitu adalah menerima dan menghargai tubuh yang dimilikinya, mengembangkan pola pikir positif dengan berbicara baik tentang bentuk tubuh yang dimilikinya, dan menghindari kebiasaan membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain.
 - c). Siswa diharapkan untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang sekitar terutama pada teman karena teman menjadi pengaruh yang paling besar terhadap kepercayaan diri. Selain teman, siswa juga perlu meningkatkan hubungan yang baik terhadap orang tua serta

guru. Untuk meningkatkan kualitas hubungan yang baik dengan orang tua, guru, dan teman adalah berusaha lebih sering berinteraksi dengan orang tua, guru, dan teman. Menjaga komunikasi yang terbuka dan jujur pada orang tua, guru, dan teman.

2. Bagi lingkungan sekolah

- a). Lingkungan sekolah dimaksud peneliti adalah guru dan teman. Teman memiliki pengaruh yang besar dalam kepercayaan diri. Oleh sebab itu teman diharapkan untuk memberikan dukungan kepada siswa untuk meningkatkan pemikiran yang rasional dan realistis, Guru juga dapat membantu siswa untuk merasa lebih percaya diri dengan cara menggunakan pendekatan pembelajaran berbasis masalah yang mendorong siswa untuk berpikir kritis dan menyelesaikan masalah secara mandiri.
- b). Dalam meningkatkan *body image* pada siswa, guru diharapkan untuk mengajarkan pada siswa menghargai dan mencintai tubuh siswa, menggunakan bahasa yang positif dan mendukung ketika berbicara tentang tubuh dan penampilan, serta menghindari istilah-istilah yang bisa membuat siswa merasa tidak nyaman dengan tubuhnya. Dan pada teman sebaya untuk menghindari komentar negatif tentang penampilan fisik kepada sesama teman, dan menciptakan lingkungan sosial yang mendukung dimana semua orang merasa diterima dan dihargai tanpa memandang penampilan fisik.
- c). Guru diharapkan untuk memberikan dukungan kepada siswa, dengan cara guru memberikan informasi yang dibutuhkan siswa, informasi yang relevan dan bermanfaat kepada siswa, guru diharapkan memberikan nasehat serta saran pada siswa. Sedangkan untuk teman diharapkan untuk memberikan dukungan saran ketika teman sedang bermasalah, memberitahu ada PR jika sebelumnya tidak masuk.

3. Bagi orang tua

- a). Orang tua diharapkan untuk mengajak anak untuk menganalisis dan mengevaluasi informasi dengan mempertimbangkan bukti dan logika. menunjukkan bagaimana cara mengambil keputusan yang rasional dan berbasis fakta dalam kehidupan sehari-hari, dan mengajarkan proses pemikiran secara terbuka agar anak dapat melihat bagaimana keputusan yang rasional dibuat. serta membantu anak ketika menghadapi situasi atau harus mengambil keputusan, membantu anak untuk memahami konsekuensi dari berbagai pilihan dan memikirkan hasil jangka pendek dan jangka panjang dari tindakannya.
- b). Orang tua diharapkan untuk meningkatkan *body image* dengan memberikan dukungan dan pujian pada anak dengan upaya memperbaiki *body image* anak, Mengedukasi kepada anak tentang keragaman bentuk dan ukuran tubuh. Mengajari mereka bahwa setiap tubuh unik dan indah dengan caranya sendiri. Ini dapat membantu mereka menghargai dan merasa puas dengan tubuh mereka.
- c). Serta penting memastikan bahwa anak mendapatkan dukungan yang memadai dari lingkungan sekitarnya, termasuk teman sebaya, guru, dan keluarga. Dengan demikian memberikan dukungan yang kuat dan positif dapat meningkatkan kepercayaan diri anak. Memberikan saran kepada anak agar menjadi pribadi yang lebih baik, menasehati agar bagaimana cara belajar yang baik, memberikan arahan dan dorongan agar anak lebih percaya diri.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian, untuk melengkapi kekurangan dari penelitian ini, perlu dipertimbangkan peran dukungan teman sebaya. Dukungan teman sebaya dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan siswa di usia remaja ini terutama pada kepercayaan diri siswa. lebih mengeksplorasi faktor-faktor tambahan yang memengaruhi

kepercayaan diri selain dari variabel *body image* dan dukungan sosial baik dari faktor internal maupun faktor eksternal. Dan untuk memperkuat temuan, peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode penelitian yang lebih mendalam, seperti metode penelitian eksperimen

Daftar Pustaka

- Abdul Aziz & Anne Fatma. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Autis. *Universitas Sahid Surakarta, Vol 2, No.*
- Aditya, Y., & Permatasari, R. F. (2021). Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri Terhadap Keterbukaan Diri Pada Remaja Di Panti Asuhan Tenggarong. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4), 850. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i4.6797>
- Adnan, A. ., Mauliawati, F., Munael, Z., & Fina, H. (2014). Pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri remaja desa wonoayu kecaaaatan wajak. *Psikoislamika*, 13.
- Amma, D. S. R., Widiani, E., & Trishinta, S. M. (2017). Hubungan citra diri dengan tingkat kepercayaan remaja di SMKN 11 Malang kelas XI. *Nursing News*, 2(3), 534–543. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/689>
- Amylia, Y., & Surjaningrum, E. (2014). Hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada penderita leukemia. *Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 03(02), 79–84.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (revisi). Rineka Cipta.
- Aristya, D. N., & Rahayu, A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dan Konsep Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa I Jakarta. *Ikraith Humaniora*, 2(2), 81.
- Azwar. (2019). *penyusunan skala psikologi* (II). Pustaka Pelajar.
- Cash, T., Pruzinsky, & (Eds, T. (2002). *Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (Eds.). Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice.*
- Denich, A. U., & Ifdil. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(2), 43–52.
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal*

- Konseling Dan Pendidikan*, 3(2), 55–61. <https://doi.org/10.29210/116500>
- Dianto., M.Pd., M. (2017). Profil Dukungan Sosial Orangtua Siswa Di Smp Negeri Kecamatan Batang Kapas Pesisir Selatan. *Jurnal Counseling Care*, 1(1), 42–51. <https://doi.org/10.22202/jcc.2017.v1i1.1994>
- E.Taylor, S. (2018). Health psychology 10th edition. In *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition*.
- Endang, D. (2014). Peranan dukungan sosial pada interaksi positif pekerjaan-keluarga dan kepuasan hidup. *Jurnal Ekonomi Dan Keuangan*, 18(2), 181–200.
- Fatmawati. (2016). *Skripsi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Karir Siswa Kelas XI Akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul. Yogyakarta. September.*
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.29210/02017182>
- Fitria, A. N. (2022). *Pengaruh Konsep Diri dan Interaksi Sosial terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMA Negeri 2 Blitar.*
- Frisca, J., Umari, T & Khadijah, K. (2022). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 25 Kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(2), 1202–1207.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25 edisi ke-9* (9th ed.). Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori_Teori Psikologi. Ar-Ruzz Media. AR-RUZZ MEDIA.*
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2014). *Teori-teori Psikologi.*
- Hartini, R. (2017). The Increasing Model of Family’S Social Support and Child With Disability’S Environment. *Journal Sampurasun: Interdisciplinary Studies for Cultural Heritage*, 3(2), 56.

<https://doi.org/10.23969/sampurasun.v3i2.427>

- Hasanah, N. S., & Halimah, L. (2019). Studi deskriptif mengenai body image pada remaja awal di MTs negeri 6 Subang. *Prosiding Psikologi*, 5(1), 227–233.
- Hidayat, K., & Bashori, K. (2016). *Psikologi sosial : aku, kami, dan kita*. Penerbit Erlangga.
- Huda, N. (2016). Konsep Percaya Diri Dalam Al - Qur'an Sebagai Pembentukan Karakter Bangsa. *Inovatif*, 2(2), 65–90. <http://jurnal.iaih.ac.id/index.php/inovatif/article/view/57>
- Inayah, anis nur. (2021). *Pengaruh Dukungan Teman Sebaya Dan Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Pada Siswi Kelas Xi Man 2 Pati*.
- Jaafar, A., Ibrahim, H., Rajadurai, J., & Sohail, M. S. (2019). Psychological Impact of Work-Integrated Learning Programmes in Malaysia: The Moderating Role of Self-Esteem on Relation between Self-Efficacy and Self-Confidence. *International Journal of Educational Psychology*, 8, 188. <https://doi.org/10.17583/ijep.2019.3389>
- Jarmitia, S.-, Sulistiyani, A.-, Yulandari, N.-, Tattar, F. M., & Santoso, H.-. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Penyandang Disabilitas Fisik Di Slb Kota Banda Aceh. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1). <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1483>
- Johan, F. A. (2020). *Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMA di Kota Pekanbaru*.
- Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian*. Bumi Aksara.
- Lestari, D. I., & Setianingsih, E. S. (2023). Analisis Tingkat Body Image Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Semarang. *Al-Isyrof Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Volume 5*,.
- Lilishanty, E. D., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Dengan Psychological Well Being Pada Remaja Kelas 11

Di Sman 21 Jakarta. *Bulan Maret*, 3(1), 1.

Lutfianawati, Dewi, Triswanti, Nia, Pinilih, A. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa-Siswi Kelas X Sma Negeri 1 Raman Utara Kabupaten Lampung Timur Tahun 2019/2020. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(February), 2021.

Mafruhah, M., Astutik, C., & Sumarto, S. (2021). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa Kelas Viii Mts Darul Ulum Bumbungan Bluto. *Shine: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 67–76. <https://doi.org/10.36379/shine.v1i2.152>

Malasari, F. A. (2020). *Hubungan Antara Body Image Dengan Self Esteem pada Mahasiswi (Studi pada Mahasiswi UIN Suska Riau)*. 1–293.

Mamlu'ah, A. (2019). Konsep Percaya Diri Dalam Al-Quran Surat Al-Imran Ayat 139. *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman*, 01(01), 32.

Maslihah, S. (2018). Prestasi Akademik Siswa Smpit Assyfa Boarding School. *Psikologi Undip*, 10(2), 103–114.

Meina, N. (2020). *Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa Smp Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Musriani, V. (2023). Penyebab Perilaku Kurang Percaya Diri Saat Pembelajaran Bahasa Indonesia Siswa Kelas Vii Smp Muhammadiyah 4 Tanggul. *Self-Esteem and Foreign Language Learning*, January 2007, 2–12.

Nisa, D. S. (2023). *Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi Mahasiswa Fakultas Sains Dan Teknologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. 1–23.

Prasetiawan, H., & Saputra, W. N. E. (2018). Profil tingkat percaya diri siswa SMK Muhammadiyah kota Yogyakarta. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan*

- Konseling*, 8(1), 19. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.2248>
- Purbani, V. H., & Santoso, S. B. (2013). Analisis Pengaruh Persepsi Harga, Kualitas Produk, Diferensiasi Produk, Kualitas Layanan Dan Promosi Terhadap Keputusan Pembelian (Studi pada Konsumen Larissa Aesthetic Center Semarang). *Diponegoro Journal Of Management*, 2(3), 1–9.
- Putri, V. prasitha, & Paryontri, R. ananda. (2023). *Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri 2 Bangil*.
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad*, 12(1), 40. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>
- Rif'atí, M. I. (2018). *Kepercayaan Diri Dalam Prespektif Islam*.
- Robert A. Baron, D. B. (2004). *Psikologi Sosial* (10th ed.). Airlangga.
- Rochmat Aldy Purnomo, S. E. M. S., & S, P. C. A. (2016). *Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis Dengan SPSS*. CV. WADE GROUP bekerjasama dengan UNMUH Ponorogo Press.
- Rombe, S. (2013). Hubungan Body Image dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4), 228–236. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i4.3520>
- Salamah, D. G. M., Muyana, S., Hestiningrum, E., & Barida, M. (2022). Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 8(1), 99–106. <https://doi.org/10.24176/jkg.v8i1.6848>
- Sarafino, E. P. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction*.
- Sharifah, R. Z., Ushuluddin, F., Humaniora, D. A. N., Islam, U., & Walisongo, N. (2022). *Body Image Remaja Putri Yang Melakukan Muhasabah (Studi di Desa Madyocondro Secang Magelang)*.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (3rd ed.).

Alfabeta.

Sukmawati, B. (2023). Kepercayaan Diri Di Masa Perkembangan Siswa Remaja SMPIT AL-GHOZALI. *SPEED Journal : Journal of Special Education*, 7(1), 76–83. <https://doi.org/10.31537/speed.v7i1.1222>

Sunarsi, S. P. & D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif (I)*. Pascal Books.

Surya, H. (2007). *Percaya Diri Itu Penting*.

Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Kencana.
<https://books.google.co.id/books?id=TuNiDwAAQBAJ>

Tampubolon, D. J., & Syamsuddin, D. (2023). *Analisis Sosial Kesejahteraan Keluarga Dan Bencana Alam*. Nas Media Pustaka.
https://books.google.co.id/books?id=_dTMEAAAQBAJ

Tan, T. (2021). *The Invisible Character Toolbox: Menemukan dan Menumbuhkan Karakter Kristus pada Anak*. Penerbit Andi.
<https://books.google.co.id/books?id=PStGEAAAQBAJ>

Thompson, J.k., & Smolak, L. (2000). *Body image, eating disorders, and obesity in youth: Assessment, prevention, and treatment*. American Psychological Association. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/10404-000>

Utami, N. M. S. N., & Widiasavitri, P. N. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Penerimaan Diri Individu yang Mengalami Asma. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 12–21.
<https://doi.org/10.24843/jpu.2013.v01.i01.p02>

Wibawani, N. A. (2016). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Awal*.

Wiranantha, Septian Dwiduonova, S. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri Di Kota Denpasar. *Revue Medicale Suisse*, 10(452), 2296.

<https://doi.org/10.5422/fordham/9780823244881.003.0006>

Yulianto, A., Nopitasari, D., Qolbi, I. P., & Aprilia, R. (2020). Pengaruh Model Role Playing Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Pada Pembelajaran Matematika SMP. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 3(1), 97–102.
<https://doi.org/10.30605/jsgp.3.1.2020.173>

Zaman, B. (2021). Membangun Kepercayaan Diri dalam Islam. In *Suhuf* (Vol. 33, Issue 1).

LAMPIRAN

Lampiran 1. : Surat Izin Penelitian

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian

3/15/24, 11:07 AM

SisbakOnline



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fps.uin-malang.ac.id

No. : 473 /FPsi.1/PP.009/3/2024
Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

05 Maret 2024

Kepada Yth.
Kepala Sekolah MTS Islamiyah Pakis
Jebuk, Sumberkradenan, Kec. Pakis, Kabupaten
Malang, Jawa Timur 65154
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM	: DWI NADYA CAHYANI / 200401110252
Tempat Penelitian	: MTS Islamiyah Pakis
Judul Skripsi	: PENGARUH <i>BODY IMAGE</i> DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA MTS ISLAMIAH PAKIS
Dosen Pembimbing	: 1. Abd. Hamid Cholili, M.Psi., Psikolog 2. Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.
Tanggal Penelitian	: 11-03-2024 s.d 12-03-2024
Model Kegiatan	: Offline

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

Ridho

Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

Lampiran 2. : Angket Penelitian

Lampiran 2 Angket Penelitian

Nama :	Kelas :
---------------	----------------

PETUNJUK

1. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan berikut, kemudian jawablah semua pernyataan sesuai dengan perasaan anda sesungguhnya.
2. Pilihlah salah satu dari empat jawaban yang tersedia, dengan pilihan jawaban sebagai berikut :
 SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju
3. Berilah tanda checklist (✓) pada jawaban yang anda pilih
4. Jawaban anda tidak menuntut jawaban benar atau salah. Jawaban terhadap angket tidak akan mempengaruhi nilai atau hal lain yang dapat merugikan anda.
5. Kesungguhan dan kejujuran anda dalam menjawab merupakan bantuan yang amat berguna.

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu menyelesaikan tugas dengan baik				
2.	Saya mampu menyelesaikan tugas secara tepat waktu				
3.	Saya termasuk siswa yang tidak pandai dalam kelas				
4.	Saya tidak mampu mengerjakan tugas secara bersamaan				
5.	Saya yakin akan sukses di masa depan				
6.	Setiap dibalik peristiwa saya percaya ada pelajaran yang dapat diambil				
7.	Hanya saya yang merasa gagal ketika akan mencoba hal baru				
8.	Ketika ujian akan dimulai saya merasa takut jika nanti tidak bisa mengerjakan				
9.	Saya bisa tau banyak hal jika saya rajin membaca				
10.	Agar mendapatkan ranking tiga besar maka saya harus rajin belajar				

11.	Saya mudah sekali percaya dengan gosip begitu saja yang belum terbukti faktanya				
12.	Saya lebih mempercayai teman dekat saya walaupun dia salah				
13.	Saya siap menerima konsekuensi jika saya melakukan kesalahan				
14.	Ketika melakukan kesalahan saya berani mengakui perbuatan saya				
15.	Saya lebih suka melarikan diri ketika sedang menghadapi masalah				
16.	Ketika saya melakukan kesalahan saya akan diam agar tidak mendapatkan hukuman				
17.	Saya selalu mempertimbangkan apa yang baik dan tidak untuk diri saya				
18.	Saya rajin belajar agar bisa mendapatkan ranking 3 besar di kelas				
19.	Dalam melakukan suatu tindakan saya tidak pernah mempertimbangkannya terlebih dahulu				
20.	Saya malas dalam belajar tetapi saya selalu ingin mendapat ranking di kelas				
21.	Ketika saya memperoleh nilai jelek saya lebih belajar dengan tekun lagi				
22.	Perlu belajar dengan sungguh-sungguh agar memperoleh nilai yang bagus				
23.	Saya hanya peduli masuk kelas tanpa mendengarkan penjelasan guru				

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa penampilan saya kurang menarik dibandingkan dengan teman-teman lain				
2.	Saya merasa ragu dengan penampilan saya				
3.	Saya selalu memperhatikan penampilan saya dari ujung kepala hingga ujung kaki				

4.	Saya tidak peduli dengan penampilan saya				
5.	Saya menggunakan skincare untuk menjaga kesehatan kulit saya				
6.	Saya berbelanja pakaian untuk meningkatkan penampilan saya				
7.	Saya enggan mengeluarkan uang hanya untuk keperluan penampilan				
8.	Saya merasa puas dengan keseluruhan bentuk tubuh saya				
9.	Saya senang dengan tampilan wajah yang saya miliki				
10.	Saya merasa bahwa wajah yang saya miliki kurang menarik				
11.	Saya tidak pernah cemas ketika berat badan saya bertambah				
12.	Saya merasa khawatir ketika berat badan saya semakin bertambah				
13.	Saya menjaga pola makan agar berat badan tidak bertambah				
14.	Saya tidak memperhatikan pola makan saya sehingga berat badan saya bertambah				
15.	Saya memiliki berat badan yang seimbang/ideal				
16.	Saya merasa berat badan saya tidak seimbang dengan tinggi badan saya				
17.	Saya merasa tinggi badan saya sudah ideal				
18.	Menurut saya tinggi badan saya tidak memenuhi standar tinggi badan yang dianggap ideal				

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Guru memahami perasaan saya				
2.	Dalam proses belajar orang tua memberikan semangat kepada saya				
3.	Ketika saya sedih guru tidak menghibur saya				
4.	Saya memiliki teman yang bertanya ketika saya tidak masuk sekolah tanpa keterangan				

5.	Guru memberikan pujian ketika saya mendapat nilai tinggi				
6.	Teman saya memberikan ucapan selamat ketika saya mendapat rangking				
7.	Orang tua selalu mendengarkan pendapat saya				
8.	Orang tua tidak memberikan kepercayaan kepada saya dalam mengambil keputusan				
9.	Orang tua memfasilitasi kegiatan pembelajaran saya di sekolah				
10.	Ketika saya lupa membawa LKS guru bersedia meminjami LKS nya pada saya				
11.	Orang tua tidak memberikan alat tulis yang saya butuhkan				
12.	Ketika saya kesulitan dalam mengerjakan tugas teman-teman bersedia membantu saya				
13.	Guru bersedia membantu menyelesaikan masalah saya dengan teman dikelas				
14.	Teman-teman tidak bersedia meminjamkan buku catatannya pada saya				
15.	Guru menasehati saya bagaimana cara belajar yang baik agar mendapatkan nilai yang bagus				
16.	Orang tua memberi nasehat ketika saya sedang menghadapi masalah disekolah				
17.	Ketika saya berperilaku kurang baik orang tua tidak memberi nasehat kepada saya				
18.	Guru tidak memberikan nasehat jika saya melakukan kesalahan				
19.	Orang tua memberikan saran kepada saya untuk menjadi yang lebih baik				
20.	Teman-teman bersedia memberikan saran untuk membantu menyelesaikan masalah saya				
21.	Orang tua tidak memberikan saran tentang ekstrakurikuler yang sebaiknya saya ikuti				
22.	Guru tidak bersedia memberikan saran ketika saya menghadapi masalah				
23.	Teman saya memberitahu cara belajar dengan baik				
24.	Saya memiliki teman yang bersedia memberitahu ada PR ketika saya tidak masuk sekolah				
25.	Guru tidak bersedia memberikan penjelasan ulang ketika saya kurang paham dengan pelajaran yang telah disampaikan				
26.	Teman-teman tidak mau mengajari saya ketika saya tidak memahami materi pelajaran				

37	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	78
38	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	4	4	3	70
39	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
40	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	2	3	4	4	1	2	2	3	60
41	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	70
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	2	2	3	3	3	72
43	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	74
44	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	4	3	72
45	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	3	1	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	65
46	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	4	3	72
47	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	77
48	1	4	3	4	4	3	2	1	3	1	4	2	3	4	3	3	4	4	1	4	2	4	4	68
49	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	75
50	3	3	3	2	3	3	2	1	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	70
51	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	63
52	3	2	3	2	3	3	1	2	2	3	4	4	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	59
53	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	4	2	2	2	4	3	2	2	1	3	3	3	3	66
54	3	2	3	2	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	75
55	3	2	3	3	4	3	2	1	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	72
56	3	2	2	1	4	2	2	4	3	1	3	3	4	3	4	1	3	1	2	3	4	1	4	60
57	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	76
58	3	4	2	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	1	2	3	2	2	1	3	3	2	57
59	3	2	2	3	4	2	2	1	3	2	4	2	3	3	3	1	3	3	3	2	4	3	3	61
60	2	2	3	3	4	3	2	2	2	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	69
61	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	78
62	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	4	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	68
63	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	72
64	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	69
65	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	82
66	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	58
67	2	2	1	4	4	2	4	1	4	4	4	3	2	1	1	1	1	4	4	1	4	4	2	60
68	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	70
69	3	3	3	3	4	4	2	1	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	73
70	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	63
71	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	60
72	3	3	3	3	4	4	2	1	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	70
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	70
74	3	3	3	2	1	2	4	2	3	4	1	2	3	3	4	2	3	4	3	2	4	1	3	62
75	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	77
76	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	80
77	3	4	3	1	3	4	2	2	4	4	4	3	4	3	3	1	3	3	3	2	4	4	3	70
78	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	4	3	2	71

Lampiran 4. : Tabulasi Data Variabel *Body Image*

Lampiran 4 Tabulasi Data Variabel *Body Image*

No	No Aitem																	Total	
1	3	3	4	1	4	3	2	3	4	4	1	2	4	1	4	2	3	3	51
2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	3	2	3	47
3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	2	2	3	2	4	1	2	3	49
4	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	43
5	2	2	3	3	3	4	2	3	3	2	1	4	3	2	4	1	3	1	46
6	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	49
7	1	1	3	2	4	3	2	3	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	42
8	2	1	3	1	3	3	2	3	4	1	1	3	3	1	3	2	4	1	41
9	1	1	4	2	2	3	2	4	4	1	2	3	2	2	2	2	3	2	42
10	3	3	3	1	4	4	2	4	4	3	2	2	3	3	3	1	4	1	50
11	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	42
12	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	1	2	1	2	48
13	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	47
14	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	51
15	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	44
16	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
17	2	2	3	3	2	4	1	4	3	1	1	2	3	2	4	1	4	3	45
18	2	2	3	1	4	3	3	2	2	3	3	2	4	3	4	3	2	3	49
19	1	1	4	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	40
20	2	2	4	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	46
21	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	42
22	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	48
23	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	1	43
24	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	2	1	3	4	2	1	2	2	37
25	2	2	2	2	2	2	4	4	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	44
26	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	1	2	4	3	4	2	2	1	47
27	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	58
28	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	42
29	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	50
30	2	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3	1	4	3	4	2	3	2	55
31	1	1	4	3	1	1	4	2	2	1	1	2	2	1	4	2	4	2	38
32	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	53
33	2	2	3	3	4	4	1	4	4	3	3	3	4	3	4	1	4	3	55
34	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	51
35	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	1	3	47
36	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	44
37	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	50
38	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	4	1	3	2	43
39	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	42

40	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	51
41	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	50	
42	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	48	
43	3	3	4	1	4	4	2	3	3	2	2	4	4	3	3	2	3	53	
44	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	2	3	47
45	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	48
46	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	48
47	3	3	4	1	4	4	2	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	54	
48	4	3	2	2	3	3	4	1	2	1	3	3	3	4	4	4	3	2	51
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	4	2	53
50	1	1	4	4	4	3	3	4	3	2	1	1	3	4	3	3	3	3	50
51	2	4	3	4	3	3	2	3	1	2	4	1	3	2	3	2	1	4	47
52	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	46
53	3	2	3	3	2	1	3	3	2	2	4	3	2	3	3	2	2	4	47
54	3	2	3	4	2	3	3	3	2	2	1	2	3	4	4	3	2	3	49
55	2	2	3	2	1	2	3	4	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	43
56	1	3	2	2	3	4	1	1	1	3	2	1	2	3	4	1	3	2	39
57	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	55
58	2	2	4	3	3	3	3	4	3	1	2	1	3	1	2	1	2	3	43
59	3	2	3	2	2	4	2	3	1	2	3	1	3	4	3	3	3	1	45
60	2	2	3	2	1	2	3	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	43
61	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	4	3	54
62	2	4	3	4	3	1	1	2	4	3	1	4	4	2	2	1	2	4	47
63	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	47
64	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	46
65	2	2	3	4	3	4	4	3	4	4	1	1	1	2	4	1	3	4	50
66	2	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	4	4	3	49
67	1	1	3	1	3	1	4	4	4	2	3	1	2	1	2	4	4	3	44
68	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	51
69	2	2	3	3	1	2	2	4	4	4	2	3	2	3	2	3	3	1	46
70	2	2	4	4	3	2	4	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	43
71	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	48
72	2	2	3	2	1	2	2	4	4	4	1	1	2	2	3	2	3	1	41
73	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	52
74	3	3	2	2	4	3	1	1	1	3	3	2	1	1	4	3	2	4	43
75	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	1	43
76	2	2	3	3	1	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	48
77	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3	44
78	2	3	1	2	2	2	1	3	4	3	2	1	3	3	4	4	3	1	44

38	1	3	2	2	2	1	3	3	4	3	2	1	2	2	2	4	3	2	1	1	2	2	2	2	1	1	54
39	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	70
40	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	62
41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78
43	1	4	4	3	3	3	4	4	4	1	4	3	3	1	4	1	4	1	4	3	3	4	3	3	4	4	80
44	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	76
45	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	70
46	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	75
47	1	4	4	3	3	3	4	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	90
48	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	3	4	2	3	3	3	4	4	4	3	1	4	3	3	4	87
49	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	80
50	3	4	1	3	4	2	4	2	1	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	1	4	4	2	80
51	1	2	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	1	3	3	2	2	4	3	3	2	4	70
52	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	65
53	4	4	3	3	3	2	4	4	3	3	4	2	2	3	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	73
54	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	91
55	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	83
56	1	3	2	4	2	2	2	1	1	4	2	4	2	4	3	3	4	2	4	4	3	1	1	3	2	4	68
57	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	83
58	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	2	3	1	3	2	1	3	3	3	4	71
59	3	4	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	1	4	79
60	2	3	4	3	1	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	74
61	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	91
62	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	4	1	3	2	3	3	2	2	3	1	2	2	1	3	3	3	63
63	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79
64	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	74
65	1	4	2	4	3	3	1	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	90
66	4	3	2	2	2	1	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	69
67	4	4	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	4	3	2	4	4	2	3	2	2	2	2	2	75
68	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	80
69	3	4	2	3	4	2	3	3	4	1	4	3	1	3	3	4	4	2	4	3	3	3	2	3	3	4	78
70	2	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	59
71	2	3	2	3	3	3	4	2	3	1	2	2	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	1	67
72	3	3	2	3	4	2	3	4	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	90
73	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	80
74	1	4	2	3	4	2	3	3	3	1	3	1	2	3	4	4	3	3	4	4	3	3	1	1	3	3	71
75	1	4	1	3	1	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	4	3	4	2	3	3	3	4	80
76	3	4	2	3	4	2	3	3	4	1	4	3	1	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	2	4	78
77	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	4	2	2	2	74
78	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	1	3	3	4	2	3	82

Lampiran 6. : Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Skala Kepercayaan Diri

Lampiran 6 Validitas Kepercayaan Diri

		X21	X22	X23	X24	Total
X01	Pearson Correlation	.475	.563	.298	.110	.556
	Sig. (2-tailed)	.004	.000	.082	.531	.001
	N	35	35	35	35	35
X02	Pearson Correlation	.415	.440	.168	.028	.493
	Sig. (2-tailed)	.013	.008	.336	.874	.003
	N	35	35	35	35	35
X03	Pearson Correlation	.526	.323	.350	-.010	.719
	Sig. (2-tailed)	.001	.058	.039	.956	.000
	N	35	35	35	35	35
X04	Pearson Correlation	.248	.177	.309	.155	.524
	Sig. (2-tailed)	.152	.308	.071	.373	.001
	N	35	35	35	35	35
X05	Pearson Correlation	.428	.506	.197	.150	.611
	Sig. (2-tailed)	.010	.002	.256	.391	.000
	N	35	35	35	35	35
X06	Pearson Correlation	.535	.564	.304	.256	.661
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.075	.137	.000
	N	35	35	35	35	35
X07	Pearson Correlation	.256	.257	-.017	.044	.458

	Sig. (2-tailed)	.138	.137	.922	.804	.006
	N	35	35	35	35	35
X08	Pearson Correlation	.344	.221	.277	-.135	.504
	Sig. (2-tailed)	.043	.201	.108	.440	.002
	N	35	35	35	35	35
X09	Pearson Correlation	.723	.629	.392	.034	.801
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.020	.846	.000
	N	35	35	35	35	35
X10	Pearson Correlation	.674	.646	.309	.114	.631
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.071	.516	.000
	N	35	35	35	35	35
X11	Pearson Correlation	.457	.414	.000	-.213	.570
	Sig. (2-tailed)	.006	.013	1.000	.220	.000
	N	35	35	35	35	35
X12	Pearson Correlation	.528	.479	.349	-.023	.602
	Sig. (2-tailed)	.001	.004	.040	.897	.000
	N	35	35	35	35	35
X13	Pearson Correlation	.685	.534	.207	-.051	.675
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.233	.771	.000
	N	35	35	35	35	35
X14	Pearson Correlation	.875	.719	.271	-.099	.778
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.115	.571	.000
	N	35	35	35	35	35
X15	Pearson Correlation	.702	.582	.214	-.181	.688
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.217	.299	.000

	N	35	35	35	35	35
X16	Pearson Correlation	.147	.182	.222	.234	.343
	Sig. (2-tailed)	.401	.294	.199	.176	.043
	N	35	35	35	35	35
X17	Pearson Correlation	.702	.609	.306	-.112	.737
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.074	.522	.000
	N	35	35	35	35	35
X18	Pearson Correlation	.765	.644	.352	-.022	.775
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.038	.900	.000
	N	35	35	35	35	35
X19	Pearson Correlation	.264	.157	.183	.096	.373
	Sig. (2-tailed)	.126	.367	.293	.582	.027
	N	35	35	35	35	35
X20	Pearson Correlation	.485	.173	.418	-.005	.574
	Sig. (2-tailed)	.004	.329	.014	.977	.000
	N	34	34	34	34	34
X21	Pearson Correlation	1	.767	.368	-.074	.846
	Sig. (2-tailed)		.000	.030	.672	.000
	N	35	35	35	35	35
X22	Pearson Correlation	.767	1	.395	.109	.745
	Sig. (2-tailed)	.000		.019	.533	.000
	N	35	35	35	35	35
X23	Pearson Correlation	.368	.395	1	.239	.520
	Sig. (2-tailed)	.030	.019		.167	.001
	N	35	35	35	35	35

X24	Pearson Correlation	-.074	.109	.239	1	.133
	Sig. (2-tailed)	.672	.533	.167		.445
	N	35	35	35	35	35
Total	Pearson Correlation	.846	.745	.520	.133	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.445	
	N	35	35	35	35	35

❖ Reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	97.1
	Excluded	1	2.9
	Total	35	100.0

Lampiran 7 Reliabilitas Kepercayaan Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.918	24

Item-Total Statistics

Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted

X01	71.5000	102.803	.589	.914
X02	71.5294	104.075	.443	.916
X03	72.0000	97.697	.665	.912
X04	71.7647	101.398	.473	.916
X05	71.3824	101.334	.626	.913
X06	71.5294	100.984	.600	.914
X07	71.8824	102.834	.410	.917
X08	72.2647	101.837	.430	.917
X09	71.4412	99.163	.814	.910
X10	71.2941	102.275	.653	.913
X11	71.8235	99.544	.589	.914
X12	71.5588	102.436	.652	.914
X13	71.4706	101.651	.621	.914
X14	71.5882	99.098	.766	.911
X15	71.6471	99.326	.731	.911
X16	71.9118	103.962	.350	.918
X17	71.4412	99.830	.705	.912
X18	71.5882	99.159	.762	.911
X19	71.9118	106.143	.265	.919
X20	71.9118	98.628	.502	.917
X21	71.5294	98.742	.821	.910
X22	71.2941	102.456	.714	.913
X23	71.9118	100.931	.433	.918
X24	72.0882	107.962	.052	.927

2. Skala *Body Image*

Lampiran 8 Validitas *Body Image*

Correlations

		X21	X22	X23	X24	Total
X01	Pearson Correlation	.067	.328	.286	-.133	.279
	Sig. (2-tailed)	.702	.054	.095	.445	.105
	N	35	35	35	35	35
X02	Pearson Correlation	.296	.330	.190	.136	.148
	Sig. (2-tailed)	.084	.052	.274	.436	.397
	N	35	35	35	35	35
X03	Pearson Correlation	-.041	-.138	-.227	.308	.345
	Sig. (2-tailed)	.817	.429	.190	.072	.042
	N	35	35	35	35	35
X04	Pearson Correlation	.355	.204	.181	.593	.547
	Sig. (2-tailed)	.036	.240	.298	.000	.001
	N	35	35	35	35	35
X05	Pearson Correlation	.485	.354	.225	-.147	.494
	Sig. (2-tailed)	.003	.037	.194	.399	.003
	N	35	35	35	35	35
X06	Pearson Correlation	.189	.159	.198	.344	.522
	Sig. (2-tailed)	.278	.361	.254	.043	.001
	N	35	35	35	35	35
X07	Pearson Correlation	-.144	.063	.415	-.289	.529
	Sig. (2-tailed)	.410	.721	.013	.093	.001
	N	35	35	35	35	35

X08	Pearson Correlation	.152	.095	.261	-.217	.527
	Sig. (2-tailed)	.383	.586	.130	.210	.001
	N	35	35	35	35	35
X09	Pearson Correlation	.104	-.092	-.103	.399	.079
	Sig. (2-tailed)	.554	.599	.557	.017	.650
	N	35	35	35	35	35
X10	Pearson Correlation	.026	.274	.152	.119	.481
	Sig. (2-tailed)	.882	.111	.383	.494	.003
	N	35	35	35	35	35
X11	Pearson Correlation	.584	.180	.340	.298	.347
	Sig. (2-tailed)	.000	.301	.045	.082	.041
	N	35	35	35	35	35
X12	Pearson Correlation	.557	.188	.269	.157	.437
	Sig. (2-tailed)	.001	.279	.118	.369	.009
	N	35	35	35	35	35
X13	Pearson Correlation	.322	.368	.298	.368	.187
	Sig. (2-tailed)	.059	.030	.083	.030	.281
	N	35	35	35	35	35
X14	Pearson Correlation	.281	.455	.209	.341	.558
	Sig. (2-tailed)	.102	.006	.229	.045	.001
	N	35	35	35	35	35
X15	Pearson Correlation	-.349	-.003	.023	-.154	.295
	Sig. (2-tailed)	.040	.988	.894	.376	.086
	N	35	35	35	35	35
X16	Pearson Correlation	-.455	-.237	-.047	-.268	-.264

	Sig. (2-tailed)	.006	.170	.788	.120	.125
	N	35	35	35	35	35
X17	Pearson Correlation	-.070	.133	.182	-.321	.514
	Sig. (2-tailed)	.689	.448	.297	.060	.002
	N	35	35	35	35	35
X18	Pearson Correlation	-.162	-.099	-.037	-.354	-.038
	Sig. (2-tailed)	.352	.570	.834	.037	.831
	N	35	35	35	35	35
X19	Pearson Correlation	-.058	.226	.236	-.432	.310
	Sig. (2-tailed)	.740	.191	.173	.010	.070
	N	35	35	35	35	35
X20	Pearson Correlation	.038	.100	.157	.386	.463
	Sig. (2-tailed)	.828	.568	.368	.022	.005
	N	35	35	35	35	35
X21	Pearson Correlation	1	.560	.559	.402	.488
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.017	.003
	N	35	35	35	35	35
X22	Pearson Correlation	.560	1	.517	.100	.555
	Sig. (2-tailed)	.000		.001	.568	.001
	N	35	35	35	35	35
X23	Pearson Correlation	.559	.517	1	.040	.583
	Sig. (2-tailed)	.000	.001		.819	.000
	N	35	35	35	35	35
X24	Pearson Correlation	.402	.100	.040	1	.298
	Sig. (2-tailed)	.017	.568	.819		.082

	N	35	35	35	35	35
Total	Pearson Correlation	.488	.555	.583	.298	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.001	.000	.082	
	N	35	35	35	35	35

❖ Reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded	0	.0
	Total	35	100.0

Lampiran 9 reliabilitas body image

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.694	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	64.8286	44.323	.171	.690
X02	64.6286	45.711	.041	.700
X03	64.9143	43.492	.235	.685
X04	64.9143	40.492	.439	.665

X05	64.6000	41.776	.395	.671
X06	65.0000	41.353	.423	.668
X07	64.9714	41.323	.433	.667
X08	65.0857	41.551	.435	.668
X09	64.7143	46.445	-.043	.709
X10	65.0000	42.000	.382	.672
X11	64.5714	43.899	.256	.684
X12	64.5143	42.963	.348	.677
X13	65.2000	45.106	.045	.705
X14	64.8286	40.970	.464	.664
X15	65.2857	43.798	.165	.692
X16	65.6571	50.350	-.372	.735
X17	65.0857	41.139	.407	.669
X18	65.5714	48.076	-.176	.726
X19	64.8000	44.047	.206	.688
X20	65.0857	42.434	.369	.674
X21	64.7143	42.798	.412	.673
X22	64.8857	41.987	.480	.667
X23	64.8000	41.812	.513	.665
X24	65.0857	44.139	.192	.689

3. Skala Dukungan Sosial

Lampiran 10 Validitas Dukungan Sosial

		X28	X29	X30	X31	X32	Total
X01	Pearson Correlation	.503	.301	.200	.285	.507	.623
	Sig. (2-tailed)	.002	.079	.249	.098	.002	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X02	Pearson Correlation	.065	-.116	.011	-.065	-.052	.031
	Sig. (2-tailed)	.711	.507	.949	.711	.765	.858
	N	35	35	35	35	35	35
X03	Pearson Correlation	.168	.499	.511	.196	.107	.538
	Sig. (2-tailed)	.336	.002	.002	.260	.542	.001
	N	35	35	35	35	35	35
X04	Pearson Correlation	-.055	-.027	.188	.361	.372	.354
	Sig. (2-tailed)	.752	.880	.279	.033	.028	.037
	N	35	35	35	35	35	35
X05	Pearson Correlation	.177	.457	.552	.447	.320	.574
	Sig. (2-tailed)	.310	.006	.001	.007	.061	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X06	Pearson Correlation	.150	.328	-.033	.271	-.289	.254
	Sig. (2-tailed)	.389	.054	.851	.116	.093	.141
	N	35	35	35	35	35	35
X07	Pearson Correlation	.068	.706	.653	.215	.219	.641
	Sig. (2-tailed)	.698	.000	.000	.215	.206	.000
	N	35	35	35	35	35	35

X08	Pearson Correlation	-.039	.407	.374	.200	-.036	.420
	Sig. (2-tailed)	.824	.015	.027	.250	.837	.012
	N	35	35	35	35	35	35
X09	Pearson Correlation	.199	.020	.270	.295	.288	.310
	Sig. (2-tailed)	.253	.910	.117	.085	.093	.070
	N	35	35	35	35	35	35
X10	Pearson Correlation	.076	.036	-.066	-.029	.156	.208
	Sig. (2-tailed)	.666	.836	.708	.868	.372	.229
	N	35	35	35	35	35	35
X11	Pearson Correlation	-.111	.232	.397	.111	-.212	.294
	Sig. (2-tailed)	.527	.180	.018	.527	.222	.087
	N	35	35	35	35	35	35
X12	Pearson Correlation	.218	.107	-.248	.149	.624	.292
	Sig. (2-tailed)	.209	.539	.150	.392	.000	.088
	N	35	35	35	35	35	35
X13	Pearson Correlation	.060	.297	.574	.189	.147	.560
	Sig. (2-tailed)	.733	.083	.000	.277	.400	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X14	Pearson Correlation	.314	.495	.513	.239	.177	.699
	Sig. (2-tailed)	.066	.003	.002	.167	.310	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X15	Pearson Correlation	.368	.014	-.047	-.099	.290	.181
	Sig. (2-tailed)	.030	.936	.791	.573	.091	.298
	N	35	35	35	35	35	35
X16	Pearson Correlation	.224	.509	.602	.384	.456	.657

	Sig. (2-tailed)	.196	.002	.000	.023	.006	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X17	Pearson Correlation	.110	.250	.322	.396	.055	.427
	Sig. (2-tailed)	.529	.147	.059	.018	.755	.011
	N	35	35	35	35	35	35
X18	Pearson Correlation	.308	.700	.559	.571	.230	.786
	Sig. (2-tailed)	.072	.000	.000	.000	.183	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X19	Pearson Correlation	.374	.010	-.143	.076	.587	.197
	Sig. (2-tailed)	.027	.956	.413	.664	.000	.256
	N	35	35	35	35	35	35
X20	Pearson Correlation	.639	.403	.361	.272	.296	.494
	Sig. (2-tailed)	.000	.016	.033	.114	.085	.003
	N	35	35	35	35	35	35
X21	Pearson Correlation	.135	.421	.380	.303	.084	.494
	Sig. (2-tailed)	.439	.012	.025	.077	.631	.003
	N	35	35	35	35	35	35
X22	Pearson Correlation	.111	.470	.345	.251	.055	.462
	Sig. (2-tailed)	.526	.004	.042	.146	.756	.005
	N	35	35	35	35	35	35
X23	Pearson Correlation	.624	.456	.180	.365	.369	.652
	Sig. (2-tailed)	.000	.006	.301	.031	.029	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X24	Pearson Correlation	.382	.324	.408	.693	.194	.608
	Sig. (2-tailed)	.024	.057	.015	.000	.264	.000

	N	35	35	35	35	35	35
X25	Pearson Correlation	.263	.598	.520	.161	.131	.536
	Sig. (2-tailed)	.127	.000	.001	.356	.454	.001
	N	35	35	35	35	35	35
X26	Pearson Correlation	.286	.722	.519	.313	.264	.666
	Sig. (2-tailed)	.096	.000	.001	.067	.125	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X27	Pearson Correlation	.429	.085	-.148	.484	.328	.357
	Sig. (2-tailed)	.010	.626	.398	.003	.054	.035
	N	35	35	35	35	35	35
X28	Pearson Correlation	1	.577	.133	.219	.200	.561
	Sig. (2-tailed)		.000	.445	.206	.250	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X29	Pearson Correlation	.577	1	.497	.215	.167	.700
	Sig. (2-tailed)	.000		.002	.215	.337	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X30	Pearson Correlation	.133	.497	1	.345	.233	.607
	Sig. (2-tailed)	.445	.002		.042	.177	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X31	Pearson Correlation	.219	.215	.345	1	.403	.623
	Sig. (2-tailed)	.206	.215	.042		.016	.000
	N	35	35	35	35	35	35
X32	Pearson Correlation	.200	.167	.233	.403	1	.530
	Sig. (2-tailed)	.250	.337	.177	.016		.001

	N	35	35	35	35	35	35
Total	Pearson Correlation	.561	.700	.607	.623	.530	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.001	
	N	35	35	35	35	35	35

❖ Reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded	0	.0
	Total	35	100.0

Lampiran 11 Reliabilitas Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.879	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	93.0286	112.793	.578	.872
X02	93.2857	123.034	-.048	.887
X03	92.6571	115.114	.492	.874
X04	92.9714	117.852	.297	.878

X05	92.7714	115.240	.534	.874
X06	93.3143	118.810	.180	.881
X07	92.6857	114.281	.606	.872
X08	92.8571	115.361	.351	.877
X09	93.6571	117.291	.230	.881
X10	93.2571	119.903	.141	.882
X11	92.7429	119.314	.243	.879
X12	93.1429	118.420	.226	.880
X13	92.6857	114.457	.513	.874
X14	92.7714	114.182	.670	.872
X15	93.0571	120.644	.122	.881
X16	92.5714	115.429	.629	.873
X17	92.7143	116.681	.373	.877
X18	92.6286	112.593	.764	.870
X19	92.9143	119.610	.112	.884
X20	92.8571	114.891	.437	.875
X21	92.8000	114.576	.435	.875
X22	92.7429	116.255	.411	.876
X23	93.0000	112.000	.608	.871
X24	93.0000	112.353	.557	.872
X25	92.5429	116.197	.496	.875
X26	92.6286	113.593	.631	.872
X27	93.1429	116.067	.276	.880
X28	92.9143	113.316	.507	.873
X29	92.6857	113.457	.669	.871

X30	92.6571	115.173	.571	.873
X31	92.8571	112.185	.575	.872
X32	92.9143	113.198	.468	.874

Lampiran 7. : Uji Normalitas

Lampiran 12 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Unstandardized
Residual

N		78
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.16215967
Most Extreme Differences	Absolute	.086
	Positive	.046
	Negative	-.086
Test Statistic		.086
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 8. : Uji Heteroskedastisitas

Lampiran 13 Uji Heteroskedastisitas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	10.870	4.662		2.332	.022
body image	-.163	.087	-.221	-1.874	.065
dukuangan sosial	.010	.049	.024	.207	.836

Lampiran 9. : Uji Multikoleniaritas

Lampiran 14 Uji Multikoleniaritas

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
1	body image	.918
	dukungan sosial	.918

Lampiran 10. : Uji Autokorelasi

Lampiran 15 Autokorelasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.584 ^a	.341	.324	5.23054	1.336

Lampiran 11. : Uji Linearitas

Lampiran 16 Uji Linieritas

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan diri* Body image	Between Groups	(Combined)	1180.216	19	62.117	1.862	.036
		Linierity	552.329	1	552.329	16.559	.000
		Deviation from Linierity	627.887	18	34.883	1.046	.427
	Within Groups		1934.617	58	33.355		
Total			3114.883	77			

Lampiran 12. : Uji Statistik Deskriptif

Lampiran 17 Uji statistik deskriptif Kepercayaan diri

Kepercayaan Diri				
N	Xmin	Xmax	Mean	Std. Deviasi
78	61	74	68,16	6,360

Lampiran 18 Uji statistik deskriptif body image

<i>Body Image</i>				
N	Xmin	Xmax	Mean	Std. Deviasi
78	42	51	46,97	4,389

Lampiran 19 Uji statistik deskriptif dukungan sosial

<i>Dukungan Sosial</i>				
N	Xmin	Xmax	Mean	Std. Deviasi
78	67	83	75,66	7,825

Lampiran 13. : Uji Kategorisasi

Lampiran 20 Uji Kategorisasi

Interval	Nilai	Kategori	F	%
$X < M - 1 SD$	< 61	Rendah	12	16
$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$	61 – 74	Sedang	52	67
$M + 1 SD \leq X$	> 74	Tinggi	13	17

Interval	Nilai	Kategori	F	%
$X < M - 1 SD$	< 42	Rendah	6	8
$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$	42 – 51	Sedang	61	77
$M + 1 SD \leq X$	> 51	Tinggi	11	15

Interval	Nilai	Kategori	F	%
$X < M - 1 SD$	< 67	Rendah	8	11
$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$	67 – 83	Sedang	60	77
$M + 1 SD \leq X$	> 83	Tinggi	9	12

Lampiran 14. :Uji F Simultan

Lampiran 21 Uji F Simultan

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1062.946	2	531.473	19.426	.000 ^b
Residual	2051.888	75	27.359		

Total	3114.833	77		
-------	----------	----	--	--

Lampiran 15. : Analisis Regresi Berganda

Lampiran 22 Analisis Regresi Berganda

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	21.746	7.612		2.857	.006
Bodyimage	.435	.142	.300	3.070	.003
Dukungan sosial	.343	.079	.423	4.320	.000

Lampiran 16. : Uji Parsial T

Lampiran 23 Uji Parsial T

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	39.508	7.111		5.556	.000
Body image	.610	.151	.421	4.047	.000

a. Dependent Variable: kepercayaan

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	36.902	6.107		6.043	.000
dukungan sosial	.413	.080	.508	5.147	.000

a. Dependent Variable: kepercayaan

Lampiran 17. : Uji Koefisien Determinasi R

Lampiran 24 Koefisien Determinasi R

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.421 ^a	.177	.166	5.80665

a. Predictors: (Constant), Body image

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.508 ^a	.258	.249	5.51290

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial

Lampiran 17. : Output Sumbangan Efektif

Lampiran 25 Ouutput Sumbangan Efektif

Variabel Dependen	Variabel Independent	Koefisien Regresi (beta)	Koefisien korelasi	Nilai (%)
Kepercayaan Diri	Body image (X1)	0,300	0,421	12,6%
	Dukungan Sosial (X2)	0,423	0,508	21,5%
R Square				34,1%

Lampiran 18. : Uji Sumbangan Efektif Tiap Aspek Variabel**1. Sumbangan Efektif Kepercayaan Diri**

Lampiran 26 Uji SE Variabel Kepercayaan Diri

Correlations

		Kepercayaan Diri	Keyakinan X1	Optimis X2	Objektif X3
Pearson Correlation	Kepercayaan Diri	1.000	.656	.678	.663
	Keyakinan X1	.656	1.000	.446	.347

	Optimis X2	.678	.446	1.000	.407
	Objektif X3	.663	.347	.407	1.000
	Bertanggung jwb	.627	.274	.210	.209
	Rasional X5	.830	.373	.444	.399
Sig. (1-tailed)	Kepercayaan Diri	.	.000	.000	.000
	Keyakinan X1	.000	.	.000	.001
	Optimis X2	.000	.000	.	.000
	Objektif X3	.000	.001	.000	.
	Bertanggung jwb	.000	.008	.033	.033
	Rasional X5	.000	.000	.000	.000
N	Kepercayaan Diri	78	78	78	78
	Keyakinan X1	78	78	78	78
	Optimis X2	78	78	78	78
	Objektif X3	78	78	78	78
	Bertanggung jwb	78	78	78	78
	Rasional X5	78	78	78	78

Coefficients

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients		
1	(Constant)	5.329E-15	.000		.000	1.000
	Keyakinan X1	1.000	.000	.234	107362554.854	.000
	Optimis X2	1.000	.000	.223	98303912.291	.000

Objektif X3	1.000	.000	.267	124860932.010	.000
Bertanggung jwb	1.000	.000	.277	132305041.234	.000
Rasional X5	1.000	.000	.415	177054249.711	.000

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	1.000	1.000	1.000	.00000

2. Sumbangan Efektif *Body image*

Lampiran 27 Uji SE Variabel *body image*

Correlations

		Kepercayaan diri	Evaluasi penampilan	Orientasi penam
Pearson Correlation	Kepercayaan diri	1.000	.279	.108
	Evaluasi penampilan	.279	1.000	.101
	Orientasi penam	.108	.101	1.000
	kepuasan terhadp tubuh	.394	.072	.007
	kecemasan gemuk	.145	.421	.222
	pengkategorian tubuh	.215	.203	.078
	Sig. (1-tailed)	Kepercayaan diri	.	.007
Evaluasi penampilan		.007	.	.188
Orientasi penam		.174	.188	.
kepuasan terhadp tubuh		.000	.267	.476
kecemasan gemuk		.102	.000	.025
pengkategorian tubuh		.029	.037	.249

N	Kepercayaan diri	78	78	78
	Evaluasi penampilan	78	78	78
	Orientasi penam	78	78	78
	kepuasan terhadp tubuh	78	78	78
	kecemasan gemuk	78	78	78
	pengkategorian tubuh	78	78	78

Coefficients

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	38.360	7.498		5.116	.000
	Evaluasi penampilan	.888	.580	.175	1.529	.131
	Orientasi penam	.198	.365	.056	.541	.590
	kepuasan terhadp tubuh	1.449	.370	.401	3.919	.000
	kecemasan gemuk	.227	.375	.069	.606	.546
	pengkategorian tubuh	.834	.430	.201	1.938	.057

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.516	.266	.215	5.63516

3. Sumbangan Efektif Dukungan Sosial

Lampiran 28 Uji SE Variabel Dukungan Sosial

Correlations

		Kepercayaan Diri	Emosional X1	PenghargaanX2
Pearson Correlation	Kepercayaan Diri	1.000	.342	.384
	Emosional X1	.342	1.000	.456
	PenghargaanX2	.384	.456	1.000
	Instrumental X3	.217	.243	.265
	Informartif X4	.491	.327	.422
Sig. (1-tailed)	Kepercayaan Diri	.	.001	.000
	Emosional X1	.001	.	.000
	PenghargaanX2	.000	.000	.
	Instrumental X3	.028	.016	.009
	Informartif X4	.000	.002	.000
N	Kepercayaan Diri	78	78	78
	Emosional X1	78	78	78
	PenghargaanX2	78	78	78
	Instrumental X3	78	78	78
	Informartif X4	78	78	78

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.552	.305	.267	5.44523

Coefficients

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	39.736	6.265		6.343	.000
	Emosional X1	.578	.417	.154	1.386	.170
	PenghargaanX2	.536	.393	.158	1.365	.176
	Instrumental X3	-.367	.366	-.121	-1.003	.319
	Informartif X4	.623	.180	.444	3.456	.001