

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Siswi yang bersekolah di SMAN 5 Pekanbaru memiliki rata-rata usia 13-17 tahun yang tergolong pada masa remaja awal. Masa remaja diawali pada usia 13 tahun sampai dengan 17 tahun. Masa remaja dicirikan atau disebut-sebut sebagai masa yang sangat penting, sebagai masa periode peralihan, sebagai masa periode perubahan, sebagai usia bermasalah, usia mencari identitas, masa yang menimbulkan ketakutan, masa yang realistik dan masa ambang masa dewasa. Pada masa perubahan siswi mengalami lima perubahan yang bersifat universal yaitu perubahan yang di tandai meningginya emosi, perubahan tubuh, berubahnya minat, berubahnya pola prilaku dan siswi bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan (dalam Hurlock, 1997).

Salah satu perubahan yang paling mencolok pada siswi adalah adanya perubahan fisik. Pada wanita perubahan fisik dapat dilihat dari tumbuhnya payudara, tumbuhnya bulu kemaluan, badan semakin tinggi, haid dan tumbuhnya bulu di ketiak. Sedangkan pada laki-laki terjadinya pertumbuhan tulang-tulang, tumbuhnya bulu di tempat tertentu, munculnya kumis, jenggot dan jakun. Perubahan- perubahan fisik itu menyebabkan kecanggungan bagi siswi karena ia harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan diri pada dirinya (Sarwono, 2012).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta dimiliki UIN Suska Riau
State Islamic University of Sita Syarif Isim Riau

Pada siswi yang mengalami perubahan- perubahan fisik (citra tubuh) akan mengalami rasa yang tidak nyaman dan akan mengurangi kepercayaan dirinya. Pada siswi tingkat kematangan atau tingkat perkembangan fisik menjadi berarti, pertumbuhan fisik dapat menjadi sumber kegelisahan yang besar, apakah itu berlangsung terlalu cepat ataupun terlalu lambat, terlampaui sedikit ataupun terlampaui besar sehingga dapat mempengaruhi kepercayaan diri siswi. Frazier & Lisonbee (1950) mengatakan bahwa 580 anak-anak yang berusia 15 tahun dua pertiga dari sampel tersebut menginginkan untuk mengubah citra tubuh mereka, khususnya tinggi tubuh, berat tubuh dan corak kulit.

Dalam menghadapi perubahan tubuhnya siswi membutuhkan keberanian diri untuk menghadapinya sehingga siswi dapat mengaktualisasikan dirinya dengan lingkungan. Maslow mengungkapkan siswi yang tidak memiliki modal dasar aktualisasi yaitu kepercayaan diri akan mengalami kesulitan dalam lingkungan sosialnya. Individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, dan tidak memiliki rasa takut (dalam Wahyuni, 2007).

Bagi siswi, keprihatinan akan citra tubuhnya sangatlah menjadi masalah dalam sosial mereka dan akan berusaha mencari jalan untuk memperbaiki penampilannya. Hal itu disebabkan mereka yang lebih baik diperlakukan lebih baik dari pada mereka yang kurang menarik, akibatnya apabila siswi merasa bahwa dirinya kurang menarik seperti yang diharapkan pada waktu pertumbuhan belum berakhir maka siswi akan mencari jalan untuk memperbaiki penampilannya (Hurlock, 1997). Fisik remaja merupakan hal yang dapat dilihat dari luar oleh orang sehingga mudah dilihat oleh orang lain dan mempengaruhi kepercayaan diri



serta mempengaruhi banyak hal dalam keseharian remaja dalam sosialnya. Hal itu sejalan dengan yang diungkapkan Garner (dalam Supriyadi & Wiranata, 2015) yang menyebutkan bahwa persepsi, perasaan dan kepercayaan terkait tubuh remaja memberikan pengaruh terhadap rencana kehidupan remaja, seperti apa yang di jumpai, siapa yang akan dinikahi, interaksi remaja dan tingkat kenyamanan dalam keseharian.

Menurut Lauster (1992) kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri adalah satu aspek yang sangat penting bagi individu. Tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan masalah pada diri seseorang karena akan menghambat individu untuk mengaktualisasikan diri di masyarakat atau lingkungan sosialnya (dalam Ghufron & Risnawita, 2010). Menurut Rini (2006) orang yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah pasti dalam kehidupannya. Individu yang mempunyai percaya diri yang tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan diri setiap saat (dalam Ghufron & Risnawita, 2010).

Pada siswi, kepercayaan diri seseorang akan mudah berubah. Hal ini tergantung dari pengalaman-pengalaman dalam hubungan interpersonalnya. Namun demikian, pengalaman tidak selalu memberikan umpan balik positif.



Akibatnya bila umpan balik yang diterima siswi positif, maka kepercayaan diri yang dimilikinya akan membaik. Sebaliknya apa bila umpan balik yang diterimanya sering kali negatif, maka hal ini akan mempengaruhi kepercayaan dirinya (dalam Fiftina, 2010). Namun pada siswi banyak ditemukan masalah kurangnya kepercayaan diri. Kurangnya kepercayaan diri pada siswi disebabkan oleh faktor-faktor psikologis dan sosiologis.

Faktor psikologis berkaitan dengan masa perkembangan siswi yang sedang mengalami banyak perubahan baik secara fisik, psikis dan sosial. Sedangkan faktor sosiologis yang menyebabkan kurangnya rasa percaya diri pada siswi berkaitan dengan tuntutan sosial di luar diri siswi. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswi adalah citra tubuh. Penyebab utama yang mempengaruhi rendahnya rasa percaya diri adalah faktor kondisi fisik seseorang. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2015) yang menjelaskan bahwa semakin tinggi citra tubuh seseorang maka akan semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri pada orang tersebut.

Menurut Rice (dalam Mukhlis, 2013) citra tubuh adalah gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya yang meliputi pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, penilaian-penilaian, sensasi-sensasi, kesadaran dan perilaku yang terkait dalam tubuhnya. Pada siswi, penampilan fisik menjadi perhatian yang serius. Menurut Jersild (1995) hal ini disebabkan karena sejak masa remaja individu ingin mencapai penampilan fisik yang baik sehingga remaja sadar bahwa penampilan fisik berperan penting dalam hubungan sosial. Remaja juga menyadari bahwa memiliki penampilan fisik menarik biasanya akan diperlakukan



lebih baik dari pada seseorang yang berpenampilan fisik yang kurang menarik. Kondisi ini membuat remaja sangat memperhatikan dan mencemaskan penampilan fisiknya (dalam Susanti, Mukhlis, Widiningsih, 2007).

Citra tubuh pada siswi berdampak pada kepercayaan diri mereka. Siswi yang tidak puas terhadap citra tubuhnya akan merasa minder, pesimis, tidak yakin dengan kemampuan dirinya, dan berpikir subjektif. Banyak kita temukan remaja yang tidak puas dengan citra tubuhnya menjadi korban ejekan oleh teman-temannya, sedangkan remaja yang puas terhadap citra tubuhnya akan mendapatkan banyak teman dan menjadi pusat perhatian serta popularitas di kalangan remaja tersebut. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Surya (2009) yang menjelaskan bahwa seseorang akan percaya diri ketika orang menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan orang tersebut akan merasa puas melihat bentuk tubuhnya, maka citra tubuh yang terbentuk pun menjadi positif. Sebaliknya jika seseorang memandang tubuhnya tidak ideal seperti wajahnya kurang menarik, badannya terlalu gemuk atau kurus dan sebagainya, maka orang tersebut menjadi sibuk memikirkan kondisi fisiknya, sehingga citra tubuh yang terbentuk menjadi negatif dan dapat dikatakan orang tersebut tidak memiliki kepercayaan diri (dalam Putri, 2015).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rombe (2014) bahwa orang-orang yang menunjukkan citra tubuh positif maka akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi sedangkan orang-orang yang menunjukkan citra tubuh negatif maka akan memiliki kepercayaan diri yang rendah pula. Demikian dapat dikatakan bahwa orang-orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi cenderung lebih

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bisa menerima diri sendiri termasuk kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh dan keseluruhan tubuh, tidak menampilkan dirinya sebagai pribadi yang lemah dan pribadi yang tidak bisa melakukan apa-apa dan remaja tersebut akan berani memasuki lingkungannya yang baru dengan mengembangkan sikap diri yang yakin akan dirinya dan akan mampu melakukan penyesuaian diri sosial dengan baik. Dan penelitian yang dilakukan oleh Supriyadi & Wiranata (2015) yaitu semakin tinggi citra tubuh maka semakin tinggi kepercayaan diri remaja putri. Demikian sebaliknya, jika citra tubuh negatif maka kepercayaan diri remaja putri juga rendah.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan mengenai hubungan citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada siswi SMAN 5 Pekanbaru.



B. Rumusan Permasalahan

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah di uraikan di atas maka dapat dirumuskan masalah yang menjadi pokok kajian dalam penelitian ini yaitu **“Apakah ada hubungan antara citra tubuh dengan Kepercayaan Diri Siswi SMAN 5 Pekanbaru”?**

C. Maksud Dan Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dan memberikan gambaran yang jelas secara empiris mengenai hubungan citra tubuh terhadap kepercayaan diri remaja putri.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian sebelumnya telah dilakukan oleh Rombe (2014) dengan judul “Hubungan *Body Image* dan Kepercayaan Diri dengan Prilaku Konsumtif pada Remaja Putri di SMA PGRI 5 Samarinda”. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama membahas citra tubuh dan kepercayaan diri hanya berbeda subjek. Penelitian dilakukan oleh Sari (2009) dengan judul skripsi “Hubungan antara Perilaku Konsumtif dengan *Body Image* pada Remaja Putri” persamaan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang citra tubuh dan remaja putri.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2015) dengan judul “Hubungan *body Image* dengan Kepercayaan diri Mahasiswa yang Mengalami Obesitas”. Persamaanya adalah sama-sama membahas kepercayaan diri dan body image dan perbedaanya pada subjek penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Susanti, Mukhlis, Widiningsih (2007) dengan judul penelitian “Hubungan Antara Citra Tubuh (*Body Image*) dengan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Harga Diri (*Self Esteem*) pada Remaja Akhir (Studi pada Siswa-Siswi MAN 2 Model Pekanbaru)”. Penelitian ini sama-sama membahas tentang citra tubuh dan memiliki subjek yang sama yaitu remaja dan juga harga diri sangat berkaitan juga terhadap variabel kepercayaan diri.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

a. Manfaat ilmiah

Memberikan sumbangan pemikiran, memperluas wawasan dan perspektif pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi sosial dan perkembangan khususnya mengenai hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri siswi SMAN 5 Pekanbaru.

b. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswi di mana dari hasil penelitian ini siswi dapat mengetahui bagaimana pengaruh dari citra tubuh dalam kepercayaan diri.

UIN SUSKA RIAU