



## Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Ners Tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan 2022

Mardiati Barus<sup>1</sup>, Ernita Rante Rupang<sup>2</sup>, Cindy Anelis Harefa<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Ners, STIKes Santa Elisabeth Medan, Indonesia

### Info Artikel

Sejarah artikel :  
Diterima, Nov 03, 2022  
Disetujui, Des 13, 2022  
Dipublikasikan, Des 30, 2022

*Keywords :*  
*Body Image,*  
*Self Confidence,*  
*Students.*

### Abstrak

**Latar Belakang :** Dalam masa transisi menuju dewasa mahasiswa mengalami berbagai perubahan fisik seperti perubahan berat badan, wajah, dan kulit. Keadaan fisik yang negatif dapat membuat mahasiswa menjadi insecure dan tidak memiliki kepercayaan diri.

**Metode** penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan rancangan *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling dengan jumlah responden sebanyak 85 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner.

**Hasil :** Penelitian hasil menunjukkan bahwa kepercayaan diri mahasiswa mayoritas pada kategori rendah sebanyak 57 responden (67,1%). Dan kategori body image negatif sebanyak 75 responden (88,2%). Hasil uji statistik uji fisher exact test menunjukkan nilai  $p = 0,048$  yang berarti ada hubungan signifikan antara *body image* dengan kepercayaan Diri Mahasiswa Ners Tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022.

**Kesimpulan :** Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan untuk memperbanyak informasi tentang hubungan body image dengan kepercayaan diri serta mencari tahu faktor penyebab mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang rendah. Agar dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa.

### Abstract

**Introduction :** During the transition to adulthood, students experience various physical changes such as changes in body weight, face, and skin. Negative physical conditions can make students insecure and lack self-confidence.

**Method :** this study is a correlation study with a cross-sectional design. Sampling was done by total sampling technique with a total of 85 respondents. The instrument used in this research is a questionnaire.

**Result :** The results of the fisher's exact test statistic test show a  $p$  value = 0.048 which means that there is a significant relationship between Body Image and Self-confidence of Nursing Students Level 3 STIKes Santa Elisabeth Medan in 2022

**Conclusion :** It is hoped that this research can be used as a reference to increase information about the relationship between body image and trust. and find out the factors that cause students to have low self-confidence. In order to increase student confidence.

### Koresponden Penulis :

Cindy Anelis Harefa,  
Program Studi Ners,  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, Indonesia.  
Email : [cindyanelisharefa02@gmail.com](mailto:cindyanelisharefa02@gmail.com)

## 1. PENDAHULUAN

Mahasiswa yang berusia akhir belasan tahun atau awal 20-an. Mayoritas mahasiswa saat ini berusia antara 18 dan 25, yang menempatkan mereka tepat dalam kategori remaja akhir yang sedang dalam proses pendewasaan menjadi dewasa muda. Selama masa transisi ini, anak-anak mengalami sejumlah perubahan fisik, termasuk perubahan perubahan berat badan, struktur wajah dan warna kulit. Hal ini menyebabkan mereka menjadi sangat sadar diri tentang penampilan mereka dan secara aktif bekerja untuk menciptakan citra mental yang menarik dari tubuh mereka (Lumele et al. 2021). kurangnya rasa percaya diri dan rasa tidak aman seorang siswa dalam hubungan sosialnya dapat disebabkan oleh kondisi fisik yang kurang baik (Siallagan 2021).

Orang yang percaya diri mungkin lebih baik berhubungan dengan orang lain karena mereka memiliki pandangan realistis tentang keterampilan mereka sendiri dan pandangan yang baik tentang dunia di sekitar mereka. Menurut (Nursaptini et al. 2020). Kepercayaan diri adalah aspek kehidupan yang khas dan bermanfaat karena memungkinkan individu untuk lebih blak-blakan dalam mengekspresikan sudut pandang mereka di depan audiens yang besar dan memiliki tingkat keyakinan yang lebih tinggi pada kemampuan mereka sendiri. Kepercayaan diri dapat dirinci menjadi bagian-bagian komponennya, yaitu keyakinan pada kemampuan diri sendiri, optimisme, tanggung jawab, objektivitas, rasionalitas, dan realism (Agus Yulianto et al. 2020). Siswa yang percaya diri lebih mungkin untuk berhasil secara akademis dan dalam penelitian. Rasa percaya diri mahasiswa dapat terlihat ketika mereka takut untuk berbicara di depan teman-temannya ragu-ragu untuk mengajukan pertanyaan kepada dosen mereka. rasa percaya diri (Wulan Safitri 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Ifdil, Denich, and Ilyas 2017) kepercayaan diri seseorang yang termasuk dalam kelompok rendah adalah 21 individu (27 persen), dan kepercayaan diri seseorang yang termasuk dalam kelompok tinggi. kategori adalah 20 orang (26 persen). Ini menunjukkan bahwa jumlah kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa berada di antara sedang dan bahkan rendah. Siswa yang memiliki persepsi yang tidak baik tentang tubuh mereka cenderung berjuang dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah.

Body Image merupakan ide subjektif seseorang tentang tubuhnya sendiri, mempengaruhi penilaian orang lain tentang dirinya dan seberapa besar tubuhnya (Merianty 2021). Body Image positif dan Body Image negatif dua subkategori "Body Image negatif Merupakan orang dengan persepsi diri negatif terhadap fisiknya percaya bahwa mereka tidak menarik, pemalu, dan tidak percaya diri dengan penampilan fisiknya (Burns and Grove 2017).

Menurut sebuah penelitian (Pratama 2018), 35% orang memiliki citra tubuh yang baik, sedangkan 65% orang memiliki citra tubuh yang negatif. Menurut temuan penelitian ini, mereka yang memiliki persepsi diri yang buruk tentang tubuh mereka melakukannya karena mereka sadar diri tentang penampilan mereka, cemburu pada tipe tubuh orang lain, dan takut orang lain akan melihat kekurangan.

## 2. METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan korelasi dengan metode cross sectional. Peneliti melakukan penelitian ini kepada mahasiswa ners tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan. Penelitian ini dilaksanakan mulai pada tanggal 24 mei-11 april 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa ners tingkat 3 di STIKes Santa Elisabeth Medan yang berjumlah 85 orang dengan sampel sebanyak 85 orang. Teknik pengambilan sampel adalah teknik total sampling. Dalam penelitian ini analisa univariat meliputi data dan responden berdasarkan data demografi yaitu umur, jenis kelamin, pendidikan, berat badan. Analisa bivariante menggunakan uji *Fisher exact* untuk menganalisis hubungan antara kepercayaan diri mahasiswa dengan *body image*.

## 3. HASIL

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Dan Persentase Responden Berdasarkan Data Demografi Mahasiswa Ners Tingkat 3 di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022

Karakteristik	F	%
Umur		
19-20	71	83.5
21-22	11	12.9

23-24	3	3.5
<b>Total</b>	<b>85</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	9	10.6
Perempuan	76	89.4
<b>Total</b>	<b>85</b>	<b>100</b>
<b>Berat Badan</b>		
40-49	18	21.2
50-59	43	50.6
60-79	24	28.2
<b>Total</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 di atas Distribusi frekuensi bahwa dari 85 responden, didapatkan data umur responden yaitu mayoritas 19-20 tahun sebanyak 71 responden (83,5%), minoritas responden dengan usia 23-24 sebanyak 3 responden (3.5%). Data jenis kelamin responden, mayoritas perempuan sebanyak 76 responden (89.4%) dan minoritas jenis kelamin laki-laki sebanyak 9 responden (10.6%), dan data berat badan responden, diperoleh berat badan 40-49 sebanyak 18 responden (21,2%), berat badan 50-59 sebanyak 43 responden (50,6%), dan berat badan 60-79 sebanyak 24 responden (28,2%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi dan Persentase Kepercayaan Diri Mahasiswa Ners Tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 (n=85)

<b>Kepercayaan Diri</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Tinggi	6	7.1
Sedang	22	25.9
Rendah	57	67.1
<b>Total</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 di atas distribusi frekuensi dan persentase kepercayaan diri pada Mahasiswa Ners Tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022, mayoritas responden yang memiliki kepercayaan diri yang rendah sebanyak 57 responden (67,1%), minoritas tinggi sebanyak 6 responden (7,1%), dan sedang sebanyak 22 responden (25,9%).

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Dan Persentase Responden Berdasarkan *Body Image* Mahasiswa Ners Tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022

<b>Body Image</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Positif	10	11.8
Negatif	75	88.2
<b>Total</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 di atas distribusi frekuensi dan presentase *body image* pada mahasiswa ners tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 responden mayoritas yang memiliki *body image* negatif sebanyak 75 responden (88.2%) dan minoritas responden yang memiliki *body image* positif sebanyak 10 responden (11.8%).

**Tabel 4.** Hasil Tabulasi Silang Hubungan *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Ners Tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022

<b>Variabel</b>	<b>Body Image</b>						<b>p-value</b>
	Positif		Negatif		Total		
Kepercayaan diri	N	%	N	%	N	%	0,048
Tinggi	0	0,0	6	7,1	6	7,1	

Sedang	6	7,1	16	18,6	22	25,9
Rendah	4	4,7	53	62,4	57	67,1
<b>Total</b>	10	11,8	75	88,2	85	100

Berdasarkan tabel 4 di atas hasil tabulasi silang antara hubungan *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswa ners tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan diperoleh data dari kepercayaan diri rendah sebanyak 57 responden (67,1%), kepercayaan diri sedang sebanyak 22 responden (25,9%), dan kepercayaan diri tinggi sebanyak 6 responden (7,1%) sedangkan data yang diperoleh dari *body image* negatif sebanyak 75 responden (88,2%), dan *body image* positif sebanyak 10 responden (11,8%). Hasil uji statistik uji *fisher exact test* menunjukkan nilai *p value* = 0,048 yang berarti ada hubungan *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswa ners tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022.

#### 4. PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 tentang kepercayaan diri dan *body image* didapatkan hasil yang rendah dan negatif, peneliti berasumsi bahwa mahasiswa selama perkuliahan tidak berani dan malu mengemukakan pendapat dikarenakan tidak terbiasa dan tidak memiliki keyakinan berbicara didepan umum dan selalu takut untuk memulai sesuatu, sehingga memmbuatnya diam dan dipendam saja.

Dari data penelitian tersebut diperoleh nilai  $p = 0,048 (<0,05)$  yang berarti  $H_a$  diterima, maka terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kepercayaan diri dengan *body image*. Peneliti berasumsi bahwa *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswa ners tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan saling berhubungan karena seseorang yang memiliki *body image* yang positif akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi begitu juga sebaliknya jika seseorang memiliki *body image* negatif maka seseorang tersebut memiliki kepercayaan diri yang rendah dalam menjalani aktivitas sehari-hari dan tidak mengetahui kegiatan yang harus diprioritaskan. Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Wati et al. 2019) mengatakan bahwa ada hubungan *body image* dengan kepercayaan diri, dapat diasumsikan bahwa kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting bagi seseorang yang dapat membuat seseorang melakukan sesuatu dengan benar dan tepat dalam kehidupannya. Penelitian lain yang mendukung penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan menyatakan bahwa ketidakpuasan *body image* berhubungan negatif dengan harga diri, tetapi kepuasan *body image* berhubungan positif dengan peningkatan kepuasan akan diikuti dengan peningkatan harga diri dan peningkatan kepercayaan diri

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan, adanya kepercayaan diri akan kemampuan diri sendiri dalam melakukan sesuatu meskipun individu pernah mengalami pengalaman kegagalan saat melakukan sesuatu (Wati et al. 2019). Kepercayaan diri tercermin pada penerimaan atas kegagalan dan melampaui rasa kecewa yang disebabkan dalam sekejap, jadi sikap percaya diri tidak hanya berorientasi pada sikap yakin pada kemampuan diri saja. Dengan adanya sikap percaya diri, akan melatih diri untuk tidak putus asa dan berjiwa besar (Asrullah 2017).

#### 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah sampel 85 responden mengenai Hubungan *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Ners Tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022, maka dapat disimpulkan Kepercayaan diri mahasiswa ners tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022, pada kategori rendah sebanyak 57 responden (67,1%), *Body Image* mahasiswa ners tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 pada kategori negatif sebanyak 75 responden (88,2%) dan Hubungan *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswa ners tingkat 3 STIKes Santa Elisabeth Medan berdasarkan dari hasil uji *fisher exact test* didapatkan *p value* = 0,048 ( $p < 0,05$ ) yang artinya ada hubungan *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswa ners tingkat STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022.

#### DAFTAR PUSTAKA

Agus Yulianto et al. 2020. "Pengaruh Model Role Playing Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Pada Pembelajaran Matematika SMP." *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran* 3(1):97–102.

- Asrullah, Syam. 2017. "Pengaruh Kepercayaan Diri ( Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa ( Studi Kasus Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare )." 5:87–102.
- Burns, N., and Susan K. Grove. 2017. "The Practice Of Nursing Research: Appraisal, Synthesis, And Generation Of Evidence." *Elsevier* 8:1–1192.
- Ifdil, Amanda Unzilla Denich, and Asmidir Ilyas. 2017. "Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 2(3):107–13. doi: 10.17977/um001v2i32017p107.
- Lumele, Febri Yanto, Mishel Nelci Anone, Eirene Ivana Bee, Veronica Paula, Novita Susilawati Barus, Fakultas Keperawatan, and Universitas Pelita Harapan. 2021. "Gambaran Body Image Mahasiswa Di Satu Universitas Swasta Indonesia Bagian Barat Body Image Of The Student At One Private University In West Indonesia Dikategori Negatif , Dan 39 Orang Lainnya." 9(1):79–88.
- Merianty, Nadia. 2021. "Gambaran Pentingnya Body Image Pada Mahasiswa Tari Universitas Negeri Padang." *Socio Humanus* 3(3):246–53.
- Nursaptini, Nursaptini, Muhammad Syazali, Muhammad Sobri, Deni Sutisna, and Arif Widodo. 2020. "Profil Kemandirian Belajar Mahasiswa Dan Analisis Faktor Yang Mempengaruhinya: Komunikasi Orang Tua Dan Kepercayaan Diri." *Jurnal Pendidikan Edutama* 7(1):85. doi: 10.30734/jpe.v7i1.711.
- Karo, M. B., Simorangkir, L., & Gea, L. (2020). LAUGHTER THERAPY REDUCES ANXIETY IN FIRST YEAR STUDENTS OF STIKes SANTA ELISABETH MEDAN IN 2018 [LAUGHTER THERAPY MENURUNKAN ANSIETAS MAHASISWA TINGKAT I STIKES ELISABETH MEDAN TAHUN 2018]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 7(2), 40-47.
- Pratama, Siti Muhammad Ridwan. 2018. "Hubungan Body Image , Asupan Zat Gizi , Dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswa Gizi Received Date : Revised Date : Accepted Date :"  
*Jurnal Riset Pangan Dan Gizi* (2):24–37.
- Siallagan, Ance. 2021. "Konsep Diri Mahasiswa Program Profesi Ners Di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021." *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan* 1(2):119–26. doi: 10.51771/jintan.v1i2.51.
- Simorangkir, L., & Tampubolon, L. F. (2021). The Effect of Hypno-Teaching Toward Ability of Critical Thinking Students 2nd Level of Nursing Study Program, Stikes Santa Elisabeth Medan. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 4(2), 189-197.
- Wati, Ida, Ida Wati, Sarinah Sarinah, Sri Hartini, and Sri Hartini. 2019. "Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Body Image Pada Siswi Kelas X Sma." *Jurnal Ilmiah Psyche* 13(1):01–12. doi: 10.33557/jpsyche.v13i1.548.
- Wulan Safitri, A. A. 2021. "Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Pengguna Tato Di Malang."