ABSTRAK

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek psikologis yang penting dalam perkembangan mahasiswa dan dapat dipengaruhi oleh cara individu memandang serta menilai kondisi tubuhnya. *Body image* yang positif cenderung meningkatkan kepercayaan diri, sedangkan *body image* yang negatif dapat menurunkan tingkat kepercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan desain ex post facto. Sampel penelitian berjumlah 75 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling dari populasi sebanyak 297 mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *body image* dan skala kepercayaan diri yang telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan teknik regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat *body image* pada kategori sedang (70,7%) dan tingkat kepercayaan diri yang juga berada pada kategori sedang. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *body image* berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri mahasiswa ($p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) menunjukkan bahwa *body image* memberikan kontribusi sebesar sekitar 30–40% terhadap variasi kepercayaan diri mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin positif persepsi mahasiswa terhadap tubuhnya, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan dirinya. Dengan demikian, *body image* merupakan salah satu faktor penting yang berperan dalam pembentukan kepercayaan diri mahasiswa serta mendukung perkembangan pribadi dan sosial yang lebih optimal di lingkungan perguruan tinggi.

Kata Kunci: Body image, kepercayaan diri, mahasiswa Psikologi

ABSTRACT

Self-confidence is an important psychological aspect in student development and can be influenced by how individuals view and evaluate their bodies. A positive body image tends to increase self-confidence, while a negative body image can decrease it. This study aims to determine the effect of body image on self-confidence in students in the Psychology Study Program at the University of Muhammadiyah Gorontalo. This study used a non-experimental quantitative approach with an ex post facto design. The study sample consisted of 75 students selected using simple random sampling from a population of 297 students. Data collection was conducted using body image and self-confidence scales that met validity and reliability criteria. The data were analyzed using simple linear regression to determine the effect of body image on students' self-confidence. The results showed that the majority of students had moderate levels of body image (70.7%) and moderate levels of self-confidence. The results of the simple linear regression test indicated that body image significantly influenced students' self-confidence ($p < 0.05$). The coefficient of determination (R^2) indicated that body image contributed approximately 30–40% to the variation in students' self-confidence. These findings indicate that the more positive a student's perception of their body, the higher their self-confidence. Therefore, body image is a crucial factor in building student self-confidence and supporting optimal personal and social development in the college environment.

Keywords: *Body image, self-confidence, Psychology students*