Arus Jurnal
Psikologi dan Pendidikan (AJPP)
Website: http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp
Email: jurnal.ajpp@ardenjaya.com

Pengaruh *Body image* terhadap Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

INFO PENULIS

Friska Oktaviana Banyamin
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
friskaoktavianabanyamin@gmail.com

Anik Indarwati
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
anikindarwaty@umgo.ac.id

Muhammad Mursyid
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
mursyid@umgo.ac.id

INFO ARTIKEL

ISSN: 2963-8933
Vol. 5, No. 2 Juni 2026
http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi :

Banyamin, F. O., Indarwati. A., & Mursyid, M. (2026). Pengaruh *Body image* terhadap Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan (AJPP), 5*(2), 861-868.

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

AJPP/5.2;861-868;2026

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 (R2) 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*

A. Pendahuluan

Dalam beberapa tahun terakhir, isu mengenai kesehatan mental mahasiswa menjadi perhatian serius dalam dunia perguruan tinggi. Perubahan sistem pembelajaran akibat pandemi COVID-19 telah mengubah dinamika interaksi sosial mahasiswa. Masa pembelajaran daring yang berlangsung cukup lama menyebabkan sebagian mahasiswa mengalami keterbatasan dalam mengembangkan keterampilan komunikasi tatap muka. Ketika sistem pembelajaran kembali dilakukan secara luring, mahasiswa dituntut untuk kembali aktif secara sosial. Namun, tidak semua mahasiswa mampu beradaptasi dengan cepat terhadap perubahan tersebut Darmaningtyas *et al*. (2023). Situasi ini menjadikan kepercayaan diri sebagai salah satu faktor penting dalam proses penyesuaian diri mahasiswa.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek psikologis yang berperan penting dalam perkembangan mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi. Kepercayaan diri tidak hanya berkaitan dengan keyakinan terhadap kemampuan akademik, tetapi juga mencerminkan keberanian individu dalam menyampaikan pendapat, berinteraksi sosial, serta menampilkan potensi diri secara optimal. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik cenderung lebih mampu mengelola tekanan, berpartisipasi aktif, serta menunjukkan performa yang optimal Adyanitama et al (2022).

Salah satu faktor internal yang diduga memengaruhi kepercayaan diri adalah *body image*. *Body image* merupakan persepsi dan evaluasi individu terhadap bentuk, ukuran, serta penampilan tubuhnya Ramanda et al. (2019). Persepsi tersebut terbentuk melalui penilaian individu dan sering kali dipengaruhi oleh standar sosial, budaya populer, media massa, serta lingkungan pergaulan.

Meskipun penelitian mengenai *body image* dan kepercayaan diri telah banyak dilakukan, masih terdapat beberapa hal yang perlu diteliti lebih lanjut. Penelitian sebelumnya di Indonesia umumnya menggunakan desain korelasional yang berfokus pada hubungan antarvariabel. Walaupun berbagai penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dan kepercayaan diri, sebagian besar penelitian belum menganalisis besaran pengaruh secara lebih mendalam melalui pendekatan regresi. Akibatnya, belum diketahui secara jelas seberapa besar kontribusi *body image* terhadap kepercayaan diri mahasiswa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammadiyah Gorontalo penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kondisi

psikologis mahasiswa serta memperjelas peran *body image* dalam pembentukan kepercayaan diri.

Tinjauan Pustaka

Body image

Body image merupakan gambaran individu memandang dan menilai kondisi tubuhnya. Hal ini tidak hanya berkaitan dengan bentuk atau penampilan fisik, serta mencakup dengan perasaan dan pikiran terhadap kondisi tubuh sendiri karena setiap individu memiliki sudut pandang dan pengalaman yang berbeda, maka penilaian terhadap tubuh dapat berbeda antar satu orang dan orang lainnya Cash (2004). Selain itu terdapat lima aspek *body image* evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh.

Sementara Schilder (1950) *body image* adalah citra tubuh yang muncul dalam pemikiran seseorang, yang mencerminkan cara ia melihat dan memahami penampilan fisiknya sesuai persepsinya sendiri.

Adapun menurut Grogan (2008) *body image* merupakan cara seseorang memandang dan menilai tubuhnya sendiri, termasuk pikiran dan perasaan yang berkaitan dengan penampilan fisiknya.

Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2002) kepercayaan diri adalah pandangan positif individu terhadap kemampuan dirinya. Kepercayaan diri dipahami sebagai pandangan positif terhadap kapasitas diri sendiri dalam bertindak serta menentukan keputusan. Individu yang memiliki kepercayaan diri mampu melaksanakan hal-hal yang disenangi, bertanggung jawab atas perbuatannya, serta mampu menjalin interaksi dengan orang lain. Aspek-aspek yang terdapat dalam kepercayaan diri meliputi keyakinan akan kemampuan diri, optimisme, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis.

Sementara itu menurut De Angelis (2001) kepercayaan diri merupakan bentuk rasa percaya secara menyeluruh yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri yang tidak hanya berkaitan dengan apa yang diketahui dan mampu dilakukan, tetapi juga mencakup penilaian terhadap kapasitas serta potensi yang dimilikinya.

Adapun menurut Ghufron & Risnawita S (2010) kepercayaan diri adalah bentuk sikap psikologis yang berkaitan dengan cara individu menilai dirinya dan lingkungan sekitar, sehingga menumbuhkan keyakinan terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu Tindakan berdasarkan kemampuannya.

B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non eksperimental dengan desain ex post facto dan model analisis regresi linear sederhana. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Gorontalo, yang berfokus pada mahasiswa Program Studi Psikologi dan waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 09 Februari 2026.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo yang berjumlah 297 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 75 mahasiswa.

Instrumen penelitian menggunakan skala kepercayaan diri berdasarkan aspek Lauster (2002) dan skala *body image* berdasarkan aspek Cash (2000). Skala kepercayaan diri terdiri dari 34 aitem dan skala *body image* terdiri dari 35 aitem.

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala kepercayaan diri memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,910 sedangka skala *body image* memperoleh nilai Cronbach Alpha sebesar 0,938. Dengan demikian, kedua instrumen dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik dan layak digunakan sebagai instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini.

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif, uji normalitas, dan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan program SPSS

AJPP/5.2;861-868;2026

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Subjek Berdasarkan Angkatan

Tabel 1 Subjek Berdasarkan Usia

Karakteristik	Frekuensi	%
2022	13	14,9%
2023	32	36,8%
2024	13	14,9%
2025	17	19,5%

Tabel di atas menunjukkan bahwa presentase tertinggi adalah responden Angkatan 2023 sebanyak 32 responden (36,8), presentase sedang terdapat pada angkatan 2025 sebanyak 17 responden (19,5%), dan presentase terendah pada angkatan 2022 dan 2024 sebanyak 13 responden (14,9%).

Deskriptif Statistik *Body image*

Tabel 2 Deskriptif Statistik *Body image*

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Body image	75	73,67	11,82	44	102

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel *body image* memiliki jumlah mean sebesar 73,67 dengan total standar deviasi sebesar 11,82, sedangkan nilai minimum 44 dan maksimum 102. Sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat *body image* pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa mahasiswa cukup mampu menerima dan menilai kondisi tubuhnya secara positif, meskipun masih terdapat beberapa aspek penampilan yang menjadi perhatian.

Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri

Tabel 3 Deskriptif Statistik Kepercayaan Diri

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Kepercayaan Diri	75	84,05	9,46	60	102

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel kepercayaan diri memiliki jumlah mean sebesar 84,05 dengan total standar deviasi sebesar 9,46, sedangkan nilai minimum 60 dan maksimum 102. Sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa mahasiswa cukup yakin terhadap kemampuan dirinya, mampu bersikap optimis, serta cukup bertanggung jawab dalam menghadapi berbagai situasi, meskipun pada kondisi tertentu masih terdapat keraguan terhadap diri sendiri.

Kategorisasi Variabel

Tabel 4 Kategorisasi Variabel *Body image*

Body image	Jumlah	Presentase
Rendah	12	16%
Sedang	53	70,7%
Tinggi	10	13,3%
Total	**75**	**100%**

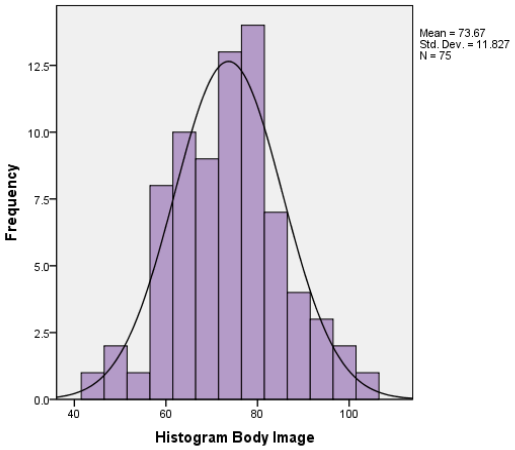
Berdasarkan tabel kategorisasi *body image* diketahui bahwa dari 75 responden, mayoritas mahasiswa terdapat dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 53 responden (70,7%) dan kategori rendah 12 responden (16%), serta kategori tinggi 10 responden (13,3%).

Tabel 5 Kategorisasi Variabel Kepercayaan Diri

Kepercayaan Diri	Jumlah	Presentase
Rendah	9	12%
Sedang	51	68%
Tinggi	15	20%
Total	**75**	**100%**

Berdasarkan tabel kategorisasi kepercayaan diri diketahui bahwa dari total 75 responden, mayoritas mahasiswa berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 51 responden (68%), kategori tinggi 15 responden (20%), dan kategori rendah 9 responden (12%).

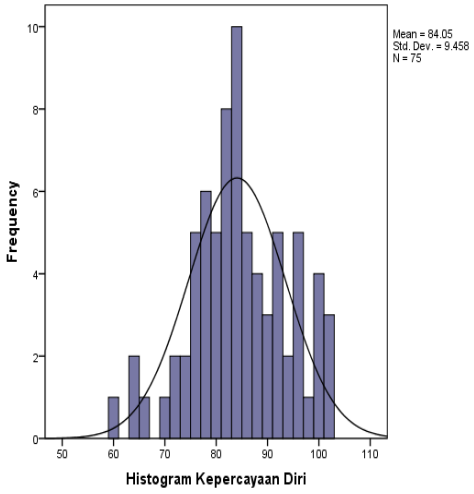
Gambar 1 Histogram *Body image*



Berdasarkan histogram *body image* di atas, diketahui bahwa distribusi skor *body image* mahasiswa cenderung membentuk pola mendekati distribusi normal. Hal ini terlihat dari penyebaran batang histogram yang mengikuti arah kurva normal, dengan frekuensi tertinggi berada pada rentang skor sekitar 70-80. Nilai rata-rata (Mean) sebesar 73,67 dengan standar deviasi sebesar 11,827 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *body image* pada kategori sedang.

Sebaran data menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki persepsi yang cukup baik terhadap kondisi tubuh dan penampilan fisiknya. Hal ini terlihat dari banyaknya responden yang terkonsentrasi pada skor tengah, sedangkan jumlah responden pada skor sangat rendah maupun sangat tinggi relatif lebih sedikit. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo cenderung memiliki *body image* yang cukup positif, meskipun masih terdapat beberapa mahasiswa yang menunjukkan tingkat *body image* rendah.

Gambar 2 Histogram Kepercayaan Diri



Berdasarkan histogram kepercayaan diri tersebut, dapat diketahui bahwa distribusi data kepercayaan diri mahasiswa cenderung membentuk pola menyerupai kurva normal. Hal ini terlihat dari penyebaran data yang terkonsentrasi di bagian tengah dan menurun secara bertahap pada sisi kiri maupun kanan histogram. Nilai rata-rata (mean) kepercayaan diri responden sebesar 84,05 dengan standar deviasi sebesar 9,458 dan jumlah responden sebanyak 75 orang.

Sebagian besar responden memiliki skor kepercayaan diri pada rentang sedang hingga tinggi, yang ditunjukkan oleh frekuensi tertinggi berada pada skor sekitar 80–90. Selain itu, tidak terlihat adanya penyimpangan distribusi yang terlalu ekstrem, sehingga data dapat dikatakan relatif menyebar secara normal. Dengan demikian, histogram tersebut menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo cenderung berada pada kategori sedang.

Uji Normalitas

Tabel 6 Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Body image	0,200	Normal
Kepercayaan Diri	0,200	Normal

Berdasarkan tabel hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi variabel *body image* dan kepercayaan diri sebesar 0,200. Karena nilai signifikansi kedua variabel lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data pada variabel *body image* dan kepercayaan diri berdistribusi normal.

Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Tabel 7 *Model Summary*

R	**R Square**	Adjusted R Square	Std. Erorr of the Estimate
.553	**.306**	**.296**	**7.934**

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai R sebesar 0,553 dan R Square sebesar 0,306. Hal ini menunjukkan bahwa *body image* berpengaruh sebesar 30,6% terhadap kepercayaan diri, sedangkan sisanya 69,4% dipengaruhi faktor lain.

Tabel 8 Uji Anova

F	Sig.
32.154	.000

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai sig sebesar 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa *body image* berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri.

Tabel 9 *Coefficients*

Variabel	B	T	Sig.
Konstanta	51.479	8.848	.000
Body image	.442	5.670	.000

Berdasarkan tabel diatas diperoleh persamaan regresi:
Y= 51,476 + 0,442X

Nilai konstanta sebesar 51,476 dan koefisien regresi *body image* sebesar 0,442 dengan nilai t hitung 5,670 serta signifikansi 0,000 < 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa H0 ditolak dan Ha diterima, sehingga *body image* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Nilai koefisien regresi positif menunjukkan bahwa semakin positif *body image* mahasiswa maka semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya.

2. **Pembahasan**

Body image

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa mayoritas mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo memiliki tingkat *body image* pada kategori sedang, yaitu sebanyak 53 responden (70,7%). Selanjutnya, responden dengan kategori rendah sebanyak 12 responden (16%), sedangkan kategori tinggi sebanyak 10 responden (13,3%).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa Sebagian besar mahasiswa memiliki penilaian yang cukup baik terhadap kondisi tubuh dan penampilannya. Meskipun masih terdapat mahasiswa yang merasa kurang puas terhadap kondisi fisiknya. Temuan ini didukung oleh penelitian Maulida & Astuti (2025) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri. Artinya, semakin positif *body image* mahasiswa, maka semakin tinggi pula kepercayaan dirinya. Penelitian lain oleh Sembiring et al. (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri dengan koefisien korelasi sebesar 0,826. Hasil tersebut menegaskan bahwa persepsi positif terhadap tubuh dapat memberikan kontribusi terhadap meningkatnya rasa percaya diri individu.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat dipahami bahwa *body image* yang positif berhubungan erat dengan kepercayaan diri dan penerimaan diri individu. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo telah memiliki *body image* yang cukup baik, meskipun masih perlu

ditingkatkan melalui penguatan penerimaan diri dan pengurangan kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain.

Kepercayaan Diri

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa mayoritas mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori sedang, yaitu sebanyak 51 responden (68%). Responden dengan kategori tinggi sebanyak 15 responden (20%), sedangkan kategori rendah sebanyak 9 responden (12%).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan diri yang cukup baik dalam menghadapi aktivitas sosial dan kehidupan sehari-hari. Mahasiswa cukup mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus serta berinteraksi dengan teman sebaya. Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki dasar kepercayaan diri yang memadai, meskipun belum sepenuhnya optimal dalam seluruh situasi. Kondisi dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengalaman pribadi, pola asuh keluarga, dukungan sosial, serta lingkungan pertemanan. Dukungan sosial dari teman, dosen, maupun lingkungan sekitar dapat membantu mahasiswa merasa lebih diterima, dihargai, dan nyaman dalam berinteraksi. Temuan ini didukung oleh penelitian Puji et al. (2024) yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri berpengaruh positif terhadap perilaku asertif mahasiswa dengan nilai korelasi r = 0,223 dan signifikansi 0,000. Selanjutnya, penelitian Al Hakim & Muhibbulloh (2024) menjelaskan bahwa konsep diri yang positif berperan penting dalam membangun kepercayaan diri mahasiswa.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo berada pada taraf cukup baik, namun masih perlu ditingkatkan melalui pengembangan diri, peningkatan kemampuan interaksi sosial, serta dukungan lingkungan kampus yang kondusif.

Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Psikologi

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, diperoleh hasil bahwa *body image* berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Dengan demikian, hipotesis alternatif (Ha) dalam penelitian ini diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa semakin positif *body image* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi juga tingkat kepercayaan diri yang dimilikinya.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori *body image* sedang (70,7%). Kondisi ini mengindikasikan bahwa mahasiswa belum sepenuhnya memiliki persepsi tubuh yang sangat positif, tetapi juga tidak berada dalam kondisi *body image* negatif secara dominan.

Diterimanya Ha menunjukkan bahwa persepsi individu terhadap kondisi tubuh, penampilan fisik, serta tingkat kepuasan terhadap dirinya memiliki peran penting dalam pembentukan keyakinan diri. Mahasiswa yang mampu menerima kondisi tubuhnya cenderung merasa lebih nyaman saat berinteraksi sosial, lebih berani menyampaikan pendapat, tampil di depan umum, serta tidak mudah merasa minder dibandingkan orang lain.

Berdasarkan hasil uji regresi, ditemukan bahwa *body image* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri dengan tingkat kontribusi sebesar 30,6%. Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi individu terhadap tubuhnya memiliki peran yang cukup penting dalam membentuk keyakinan diri, meskipun bukan satu-satunya faktor yang menentukan.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Lathifah et al. (2025) menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Penelitian Melina et al. (2025) juga menunjukkan bahwa semakin positif *body image* siswa, maka semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa *body image* merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan dalam meningkatkkan maupun menurunkan kepercayaan diri mahasiswa.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, variabel *body image* pada mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammadiyah Gorontalo berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa Sebagian besar mahasiswa memiliki penilaian yang cukup baik terhadap kondisi tubuh dan

penampilannya. Variabel kepercayaan diri pada mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammmadiyah Gorontalo juga berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang cukup baik dalam menghadapi aktivitas sosial. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, diperoleh bahwa *body image* berpengaruh terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Hal ini menunjukkan bahwa semakin positif *body image* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi kepercayaan dirinya. Sebaliknya, semakin rendah *body image* mahasiswa maka semakin rendah kepercayaan dirinya.

E. Referensi

Adyanitama, S., A. D. Yustitia, A. R. Anggunani, D. Kartikasari, and A. N. Husna. 2022. "Pengembangan Skala Kepercayaan Diri Dalam Public Speaking Untuk Mahasiswa." Pp. 815–21 in *Prosiding University Research Colloquium*.

De Angelis, Barbara. 2001. *Confidence: Finding It and Living It*. Revised and Expanded Edition. New York: Ballantine Books.

Cash, Thomas F. 2000. "MBSRQ Users' Manual (Third Revision, January 2000): The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire." (2):1–12.

Cash, Thomas F. 2004. "*Body image* : Past , Present , and Future." 1:1–5. doi:10.1016/S1740-1445(03)00011-1.

Darmaningtyas, R. V, S. P. Setyawati, and V. Ratnawati. 2023. "Pentingnya Self Acceptance Dengan Sikap Percaya Diri Siswa Di MAN 1 Kota Kediri Dimasa Pandemi Covid 19."

Ghufron, M. Nur, and Rini Risnawita S. 2010. "Teori-Teori Psikologi."

Grogan, Sarah. 2008. *Body image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. London: Routledge.

Al Hakim, Syahidin, and Muhammad Za'im Muhibbulloh. 2024. "Self-Concept in Building Student Self-Confidence." *Empatheia: Jurnal Psikologi* 1(1):24–30.

Lathifah, Nur, Eni Rohyati, Program Studi Psikologi, and Fakultas Psikologi. 2025. "HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN *BODY IMAGE*." 21(2):113–18.

Lauster, G. 2002. *Tes Kepribadian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Maulida, Faza, and Yulianti Dwi Astuti. 2025. "The Relationship Between *Body image* and Self-Confidence Among University Students in Yogyakarta." 6(April):467–73. doi:10.55351/prajaiswara.v6i1.168.

Melina, Rahel, Tanti Ardianti, Lira Erwinda, Dony Darma Sagita, and Apri Kasman. 2025. "Relationship Between *Body image* and Self- Confidence of Students." 2(1):48–55.

Puji, Gusti Ayu Ketut, Andi Muhammad Aditya, and Sitti Syawaliyah Gismin. 2024. "Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self confidence*) Terhadap Perilaku Asertif Pada Mahasiswa Di Kota Makassar The Effect of *Self confidence* on Assertive Behavior in Students in Makassar." *Jurnal Psikologi Karakter* 4(1):353–59. doi:10.56326/jpk.v4i1.3712.

Ramanda, Riskha, Zarina Akbar, and R. A. Murti Kusuma Wirasti. 2019. "Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body image* Bagi Perkembangan Remaja." *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling* 5(2):121–35.

Schilder, Paul. 1950. *The Image and Appearance of the Human Body: Studies in the Constructive Energies of the Psyche*.

Sembiring, Rika Anjeli Br, Salianto, and Karlina Yunisa. 2024. "Hubungan *Body image* (Bentuk Tubuh) Dengan Kepercayaan Diri Remaja Di SMK Tunas Pelita Binjai." *Psychodynamic: Jurnal Kajian Psikologi* 1.