



Hubungan Antara Tingkat Kepuasan Citra Tubuh (*Body Image*) Dengan Harga Diri (*Self Esteem*) Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi

Siti Erma Maemunah
 STAI La Tansa Mashiro
 Email : sitierma.psi90@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini berawal dari penemuan peneliti mengenai beberapa mahasiswi yang merasa tidak puas terhadap penampilan tubuhnya dan memiliki penilaian negatif terhadap tubuhnya. Berdasarkan hasil pengambilan data awal kepada 20 orang mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung diperoleh informasi bahwa 60% dari 20 mahasiswi merasa tidak puas terhadap penampilan tubuhnya. Seseorang yang merasa puas terhadap tubuhnya, ia akan memiliki harga diri (*self esteem*) yang tinggi karena evaluasi terhadap tubuh dapat mempengaruhi evaluasi terhadap diri. Harga diri (*self esteem*) yang tinggi sangat penting untuk mahasiswi Fakultas Psikologi karena mahasiswi Fakultas Psikologi akan berhubungan dengan orang lain seperti berhadapan dengan *klien* untuk membantu *klien* menyelesaikan masalahnya. Namun pada kenyataannya, tidak semua orang memiliki harga diri (*self esteem*) yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswi Fakultas Psikologi. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*), peneliti melakukan penelitian pada populasi mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung usia 18 sampai 22 tahun yang berjumlah 72 orang. Sampel diambil dengan cara menggunakan *proporionate stratified random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala Tingkat Kepuasan terhadap Citra Tubuh (*Body Image*) sebanyak 31 item dan skala Harga Diri (*Self Esteem*) sebanyak 43 item. Alat ukur yang digunakan berskala *Likert*, dan uji statistiknya menggunakan *Rank Spearman*. Berdasarkan hasil pengolahan data, dapat disimpulkan bahwa sebanyak 53 % mahasiswi memiliki tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) yang tinggi, dan sebanyak 47 % mahasiswi memiliki harga diri (*self esteem*) yang tinggi. Analisis korelasi menghasilkan koefisien korelasi sebesar $r_s = 0,223$, artinya tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) tidak berhubungan secara signifikan dengan harga diri (*self esteem*).

Kata Kunci : Citra Tubuh, Harga Diri

Abstract

This research begins with the discovery of some who are dissatisfied with what is offered and who have a negative toward. Based on the results of the initial data collection of 20 female students of the Faculty of Psychology, UIN Sunan Gunung Djati Bandung obtained 60% of 20

information. For those who are satisfied with the results, they will have high self-esteem (self-esteem) because evaluations of the body can influence your evaluation. Self-esteem (self-esteem) is very important for the Psychology Faculty lecture because the Faculty of Psychology court will deal with other people such as dealing with clients to help clients complete experiments. But on agreement, not everyone has high self-esteem. This study aims to determine the relationship between satisfaction with body image (self-esteem) and self-esteem (self-esteem) in the students of the Faculty of Psychology. To find out the relationship between the level of satisfaction with body image (self-esteem), self-esteem (self esteem), researchers conducted research on consultation participants at the Faculty of Psychology of UIN Sunan Gunung Djati Bandung aged 18 to 22 years which produced 72 people. Samples were taken by means of stratified random sampling. The measuring instrument used was a scale of Satisfaction with Body Image (Body Image) of 31 items and Self-Esteem Scale (Self-Esteem) of 43 items. Measuring instruments used Likert scale, and statistical tests using the Spearman Rank. Based on the results of data processing, it can be concluded that as much as 53% of ownership has a high level of satisfaction with body image, and as many as 47% of farmers have high self-esteem (self-esteem). Ratio = 0.223, meaning that the level of satisfaction with body image (body image) is not significantly related to self-esteem (self-esteem).

Keywords: *Body Image, Self Esteem*

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang disertai dengan terjadinya perkembangan fungsi-fungsi untuk memasuki masa dewasa (Rumini & Sundari, 2004). Pada masa remaja terjadi perubahan pada ukuran dan bentuk tubuh serta pertumbuhan fisik. Perubahan fisik membuat remaja lebih memperhatikan penampilan dibandingkan aspek lain yang terdapat dalam diri mereka. Remaja perempuan cenderung lebih merasa tidak bahagia dengan penampilan mereka dibandingkan laki-laki (Papalia, 2009). Dalam penelitian ini, yang menjadi sasaran penelitian adalah mahasiswi usia 18 sampai 22 tahun karena mahasiswi lebih banyak menilai tubuhnya secara negatif dan merasa tidak puas terhadap tubuhnya.

Berdasarkan tahap perkembangan, mahasiswi termasuk dalam kelompok usia remaja akhir. Masa remaja akhir merupakan masa transisi, yaitu dari tahap remaja menuju tahap dewasa. Pada remaja akhir telah terjadi penyempurnaan pada bentuk tubuh sehingga bentuk tubuh menjadi seimbang. Bentuk tubuh yang seimbang menyebabkan remaja akhir merasa puas dan bahagia. Remaja akhir yang memiliki fisik kurang seimbang mereka lebih dapat menerima keadaan tubuh apa adanya.

Monks, (2006) mengemukakan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu dapat menerima keadaan fisik, serta tidak memberikan perhatian yang berlebihan pada gambaran penampilan fisiknya dan dapat memfokuskan diri pada tugas-tugas perkembangan lainnya yang muncul seiring dengan perkembangan dirinya menuju tahap dewasa. Hurlock (1980) mengatakan bahwa tugas-tugas perkembangan yang harus dicapai oleh remaja yaitu dapat menerima keadaan fisiknya, mempelajari hubungan baru dengan lawan jenis, memilih pekerjaan dan mempersiapkan diri untuk bekerja, mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, dan mempersiapkan diri membentuk keluarga baru dalam pernikahan. Namun pada kenyataannya, sebagian remaja masih mengalami sejumlah masalah. Permasalahan yang banyak dialami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi sebagai remaja akhir yaitu penilaian negatif terhadap tubuh ataupun penampilan fisiknya, sehingga menimbulkan rasa ketidakpuasan terhadap tubuh. Penilaian yang dibuat mengenai tubuhnya tidak sesuai dengan keadaan tubuh aktualnya.

Remaja perempuan pada umumnya beranggapan bahwa penampilan fisik menjadi perhatian yang paling utama, terutama pada bentuk tubuh. Mahasiswa menganggap bahwa tubuh yang langsing dan tinggi semampai, kulit putih, memiliki wajah yang bersih dari jerawat, merupakan salah satu kriteria dari tubuh ideal. Banyak perempuan yang mengharapkan untuk memiliki bentuk tubuh ideal artinya berat badan sesuai dengan tinggi badan ataupun tubuh yang langsing, kulit putih dan muka yang bersih dari jerawat.

Berdasarkan hasil pengambilan data awal kepada 20 orang mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung didapatkan informasi bahwa 80% dari 20 responden menyatakan bahwa tubuh ideal adalah memiliki tubuh yang proporsional artinya berat badan sesuai dengan tinggi badan atau seimbang, selain itu menurut responden cantik secara fisik yaitu memiliki tubuh yang langsing, muka yang bersih dari jerawat, hidung yang mancung, kulit yang putih atau sawo matang. Dari hasil pengambilan data awal ini, didapatkan bahwa 60% dari 20 mahasiswa merasa tidak puas terhadap penampilan tubuhnya dan 40% dari 20 mahasiswa merasa puas terhadap penampilan tubuhnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 3 mahasiswa Fakultas Psikologi, didapatkan informasi bahwa ketiga mahasiswa tersebut merasa memiliki tubuh yang kurang ideal dan merasa tidak puas terhadap beberapa bagian tubuhnya, seperti wajah, pipi, lengan, perut, bokong, paha, dan warna kulit, penilaian mengenai tubuhnya tidak sesuai dengan tubuh keadaan tubuh ideal yang dimilikinya, serta orang lain pun tidak pernah mengatakan bahwa

ketiga mahasiswi tersebut memiliki badan yang kurang ideal. Selain karena masalah berat badan, ketiga mahasiswi tersebut juga merasa tidak puas terhadap penampilan wajah, merasa tidak nyaman ketika memiliki jerawat pada bagian wajah dan warna kulit.

Hasil pengambilan data awal ini dapat mengindikasikan masih terdapatnya perhatian yang lebih terhadap penampilan fisik pada mahasiswi Fakultas Psikologi. Penilaian terhadap tubuh disebut dengan citra tubuh (*body image*). (Cash 2002) mengatakan bahwa citra tubuh (*body image*) merupakan bagaimana individu berpikir, merasa, dan berperilaku terhadap penampilan tubuhnya. (Melliana 2006) menjelaskan bahwa penilaian terhadap tubuh dapat dipengaruhi oleh keluarga, lingkungan, reaksi atau komentar dari orang lain, perbandingan dengan orang lain, identifikasi terhadap orang lain, sosialisasi, dan nilai-nilai sosial yang berlaku. Selain itu, media masa juga sangat mempengaruhi citra tubuh (*body image*) seseorang. Banyak media iklan yang mengatakan bahwa tubuh yang menarik adalah tubuh yang langsing, kulit tubuh yang putih, muka yang bersih tanpa jerawat. Hal-hal seperti ini, dapat mempengaruhi pemikiran perempuan mengenai penampilan fisik dan bentuk tubuh, sehingga dapat memunculkan rasa ketidakpuasan pada remaja putri.

Mahasiswi menginginkan untuk memiliki tubuh ideal dapat disebabkan karena terdapat anggapan bahwa orang yang menarik secara fisik akan lebih mampu dan memiliki kehidupan yang lebih bahagia dibandingkan dengan orang yang kurang menarik secara fisik. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan Landy & Sigall (dalam Al-Issa, 1980) bahwa perempuan yang menarik secara fisik dianggap lebih mampu daripada perempuan yang tidak menarik.

Ketika seorang remaja memiliki citra tubuh (*body image*) negatif, maka dapat membuat remaja tersebut merasa malu dan khawatir terhadap tubuhnya, memiliki perasaan yang bertentangan dengan kondisi tubuh sebenarnya, minder, tidak bahagia, tidak berarti, merasa kurang menarik, dan tidak percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa remaja tersebut memiliki harga diri (*self esteem*) yang rendah. Jika seorang perempuan merasa tidak nyaman dan tidak bahagia dengan bentuk tubuhnya, ia juga merasa tidak bahagia terhadap dirinya. Begitu juga sebaliknya, ketika seorang remaja merasa puas terhadap tubuhnya, ia akan merasa dirinya nyaman, bangga dan menerima tubuhnya, berarti, bahagia, berharga, merasa mampu, serta percaya diri. Seseorang yang memiliki citra tubuh (*body image*) positif, ia akan menilai dirinya sebagai kepribadian yang cerdas, asertif dan menyenangkan (Papalia, 2008). Hal-hal seperti ini menunjukkan bahwa remaja tersebut memiliki harga diri yang tinggi, seperti yang

dikemukakan oleh Branden (1994) bahwa harga diri (*self esteem*) merupakan disposisi individu untuk mengalami dirinya sebagai orang yang kompeten dalam menghadapi tantangan-tantangan dasar kehidupan dan merasa layak untuk bahagia. Harga diri (*self esteem*) merupakan kepercayaan terhadap kemampuan untuk berpikir, kemampuan untuk mengatasi tantangan-tantangan dasar kehidupan, serta kepercayaan individu untuk berhak meraih kesuksesan dan kebahagiaan, perasaan berharga, bermartabat, memiliki kemampuan untuk mewujudkan kebutuhan dan keinginan, serta mampu menikmati hasil usaha yang telah dilakukan.

Harga diri yang tinggi sangat penting bagi mahasiswa Fakultas Psikologi. Tingkat harga diri yang dimiliki remaja dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupannya, antara lain penyesuaian sosial dan prestasi akademiknya (Sriati, 2003). Selain itu, setelah mendapatkan gelar sarjana Psikologi, mereka akan berhubungan dengan orang seperti berhadapan secara langsung dengan *klien* dan dituntut untuk dapat membantu *klien* menyelesaikan masalah-masalahnya. Ketika seorang mahasiswi memiliki harga diri yang tinggi, ia akan merasa mampu ketika menjalankan tugasnya, mampu memberikan pendapat-pendapat dan arahan dalam membantu *kliennya*, tidak diwarnai oleh perasaan takut dan ragu-ragu ketika akan memberikan arahan kepada *klien*, dan hal-hal ini berperan penting dalam membantu *klien*.

Purwanto (2007) mengatakan bahwa dalam melaksanakan kegiatannya, ilmuwan Psikologi dan Psikolog mengutamakan kompetensi, objektivitas, kejujuran, menjunjung tinggi integritas dan norma-norma keahlian, serta menyadari konsekuensi tindakannya. Ilmuwan Psikologi dan Psikolog harus menyadari bahwa dalam melaksanakan keahliannya hendak mempertimbangkan dan mengindahkan etika serta nilai-nilai moral yang berlaku dalam masyarakat.

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana kepuasan citra tubuh (*body image*) pada mahasiswi Fakultas Psikologi karena beberapa mahasiswi memiliki penilaian yang negatif terhadap tubuhnya dan merasa tidak puas terhadap tubuhnya dan bagaimana hubungannya dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswi Fakultas Psikologi.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional uji hubungan. Metode kuantitatif adalah metode yang digunakan untuk penyajian hasil penelitian dalam bentuk angka-angka dan statistik (Sugiyono, 2013:13). Sedangkan penelitian korelasional merupakan

penelitian untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Arikunto, 2010:313). Maka dalam hal ini dimaksudkan untuk mengetahui dua variabel yaitu hubungan tingkat kepuasan citra tubuh dengan harga diri. Dimana teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, sebagian besar mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung memiliki tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) yang tinggi yaitu sebesar 53 %. Hal ini dapat terjadi karena UIN Sunan Gunung Djati Bandung merupakan Universitas yang berbasis pada ajaran-ajaran Islam, dimana agama Islam selalu mengajarkan untuk bersyukur kepada Allah S.W.T atas semua yang telah diberikan oleh-Nya, sehingga mahasiswi memiliki rasa bersyukur yang tinggi terhadap semua penampilan tubuh yang dimilikinya. Selain itu, mahasiswi Fakultas Psikologi lebih memahami mengenai tugas-tugas perkembangan, sehingga mereka akan dapat menerima keadaan tubuh yang dimilikinya.

Di lingkungan Fakultas Psikologi tidak begitu banyak orang-orang yang mengsosialisasikan mengenai penampilan tubuh yang ideal, dan tidak mengharuskan mahasiswi untuk memiliki penampilan yang menarik ataupun penampilan tubuh yang ideal, sehingga mereka tetap menerima keadaan tubuh yang dimilikinya dan merasa nyaman dengan penampilan tubuh aktualnya, dimana citra tubuh (*body image*) dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, ataupun nilai-nilai sosial yang paling berlaku. Hal ini didukung oleh Cash (2002) yang mengatakan bahwa sosialisasi mengenai penampilan tubuh dapat membuat individu melakukan berbagai cara agar dapat menyesuaikan tubuhnya dengan sosialisasi yang terdapat dalam budaya atau lingkungannya. Lebih lanjut Melliana (2006) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh (*body image*) diantaranya adalah lingkungan baik keluarga ataupun teman sebaya, sosialisasi dan nilai-nilai sosial yang paling berlaku.

Hasil suatu penelitian menyatakan bahwa citra tubuh merupakan produk dari pengalaman yang nyata ataupun yang berupa fantasi yang sebagian berasal dari perkembangan fisik, dari atribut yang telah dipakai di kalangan teman sebaya, dan kesadaran akan harapan budaya setempat. Gambaran tentang tubuh memainkan peran penting dalam cara seseorang mengevaluasi dirinya sendiri, di mana citra tubuh ini muncul untuk mempengaruhi cara seseorang merasakan tubuhnya sendiri. Seseorang yang memiliki citra tubuh positif, ia akan

melihat tubuhnya sesuai dengan kondisi yang sebenarnya, merasa bangga dan menerima bentuk tubuhnya, merasa yakin dan nyaman dengan kondisi tubuhnya. Sedangkan seseorang yang memiliki citra tubuh negatif ia akan memiliki perasaan yang bertentangan dengan kondisi tubuh yang sebenarnya, merasa bahwa hanya orang lain yang memiliki tubuh yang menarik, merasa malu dan khawatir terhadap tubuhnya. Citra tubuh merupakan fondasi dasar dari keseluruhan kepribadian manusia.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa harga diri (*self esteem*) mahasiswi berada dalam kategori rendah. Mahasiswi memiliki harga diri (*self esteem*) rendah karena mereka kurang mendapatkan dukungan ataupun penerimaan baik dari orang tua, teman-teman. Mahasiswi yang mendapatkan dukungan penuh baik dalam hal akademik ataupun *non* akademik dari orang-orang terdekatnya dapat memberikan kekuatan positif pada mereka dan dapat membantu mahasiswi untuk mengembangkan harga dirinya. Menurut (Mruk 2006) faktor yang mempengaruhi harga diri (*self esteem*) yaitu dukungan yang diberikan orang tua, penerimaan dari orang tua dan pola asuh.

Selain itu, faktor lain yang cenderung membuat harga diri mahasiswi menjadi rendah yaitu faktor kesuksesan. Ketika mahasiswi merasa bahwa orang lain lebih mampu untuk meraih kesuksesan misalnya dalam hal IPK, ia akan menjadi minder karena tidak dapat meraih IPK yang bagus seperti teman-temannya. (Coopersmith 1967) menjelaskan bahwa kesuksesan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi harga diri (*self esteem*). Kesuksesan yang diperoleh oleh individu tidak mempengaruhi harga diri (*self esteem*) secara langsung, melainkan disaring terlebih dahulu melalui tujuan dan nilai yang dipegang oleh individu.

Menurut Cash (2002) citra tubuh (*body image*) merupakan aspek penting untuk pengembangan konseptualisasi diri, pengembangan individu serta pengembangan kualitas hidup. Melliana (2006) menjelaskan bahwa jika seorang perempuan merasa tidak nyaman dan tidak bahagia dengan bentuk tubuhnya, ia juga akan merasa tidak bahagia terhadap dirinya. Evaluasi terhadap keadaan tubuh dapat mempengaruhi evaluasi terhadap diri.

Namun, berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung tidak signifikan, artinya tidak terdapat hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*). Hal ini menunjukkan bahwa pendapat yang dikemukakan oleh Melliana (2006) bertolak belakang dengan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswi Fakultas Psikologi

UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Salah satu faktor yang menyebabkan tidak terdapatnya hubungan antara kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*) di lingkungan Fakultas Psikologi tidak begitu banyak orang-orang yang mengsosialisasikan mengenai penampilan tubuh yang ideal, dan tidak mengharuskan mahasiswi untuk memiliki penampilan yang menarik ataupun penampilan tubuh yang ideal, dimana citra tubuh (*body image*) dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, ataupun nilai-nilai sosial yang paling berlaku.

Meskipun mahasiswi memiliki kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) yang tinggi namun harga diri (*self esteem*) yang dimilikinya berada dalam kategori rendah. Hal ini dapat disebabkan karena kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) hanya mencerminkan kepuasan pada aspek-aspek fisik saja. Sehingga mahasiswi hanya merasa puas dan memiliki nilai positif pada keadaan tubuhnya saja. Melliana (2006) menyatakan bahwa citra tubuh (*body image*) merupakan pengalaman seseorang mengenai tubuhnya, yang mencakup pikiran, persepsi, emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya. Citra tubuh (*body image*) lebih difokuskan pada sikap dan perasaan seseorang mengenai keadaan tubuhnya.

Evaluasi terhadap tubuh dapat mempengaruhi evaluasi individu terhadap diri. Citra tubuh yang positif dapat membuat individu merasa nyaman, bahagia, berarti, bangga, dan merasa lebih mampu. Hal ini didukung oleh Melliana (2006) yang menyatakan bahwa seseorang yang memiliki citra tubuh positif, ia akan melihat tubuhnya sesuai dengan kondisi yang sebenarnya, merasa bangga dan menerima bentuk tubuhnya, merasa yakin dan nyaman dengan kondisi tubuhnya. Maka ketika kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) semakin tinggi, kemungkinan dapat membuat evaluasi individu terhadap *self* menuju ke arah yang semakin positif, jika kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) semakin kecil maka dapat membuat evaluasi individu terhadap *self* menuju ke arah yang semakin negatif. Akan tetapi, berdasarkan penelitian walaupun kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) tinggi namun harga dirinya (*self esteem*) rendah.

Mahasiswi hanya sebatas memahami dan menerima keadaan tubuhnya, tetapi mereka tidak memahami dan mempercayai keadaan dirinya, dimana semakin negatif penilaian individu mengenai dirinya semakin rendah harga diri yang dimilikinya. Menurut Wells & Marweel (n.d.) harga diri merupakan pemahaman mengenai komponen atau fungsi kepribadian. Lebih lanjut Mruk (2006) menyatakan bahwa harga diri merupakan hal yang penting, karena dengan

harga diri dapat membantu seseorang untuk memahami dan mempelajari hal-hal mengenai dirinya.

Mahasiswi hanya memberikan penilaian positif pada keadaan tubuhnya sehingga mereka cenderung merasa puas terhadap tubuhnya. Tetapi tanpa disadari mereka tidak dapat mengerti bagaimana keadaan dirinya dan cenderung menilai dirinya secara negatif, misalnya merasa sulit untuk menyesuaikan diri, merasa sulit untuk menghadapi kesulitan, merasa tidak percaya diri, sulit untuk mengemukakan pendapat, sehingga meskipun kepuasan terhadap tubuhnya tinggi tetapi harga dirinya tetap rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan aspek harga diri (*self esteem*) yaitu *self efficacy* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan *self efficacy* pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Hal ini dapat terjadi karena kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) tidak sepenuhnya dapat mengarahkan individu pada kepercayaan terhadap kemampuan dalam berpikir, memahami, belajar, menghadapi tantangan-tantangan dasar kehidupan, mampu menentukan pilihan dan mengambil keputusan. Branden (1994) menjelaskan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan yang paling mendasar pada individu terhadap kemampuan untuk mempelajari apa yang kita butuhkan dalam pencapaian prestasi atau tujuan yang diharapkan. Ketika seseorang merasa puas terhadap tubuhnya tidak berarti ia memiliki kemampuan untuk dapat mencapai apa yang diinginkannya.

Berdasarkan hasil perhitungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan aspek harga diri (*self esteem*) yaitu *self respect* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan *self respect* pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Hal ini dapat terjadi karena kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) yang dimilikinya tidak mempengaruhi kepercayaan seseorang bahwa dirinya berhak meraih kesuksesan dan kebahagiaan, mampu menghargai dirinya, memiliki kemampuan untuk mewujudkan kebutuhan dan keinginan, serta menikmati hasil usaha yang dilakukan. Menurut Branden (1994) *self respect* merupakan kepercayaan diri bahwa individu berhak meraih kesuksesan dan kebahagiaan, mampu menghargai dirinya, memiliki kemampuan untuk mewujudkan kebutuhan dan keinginan, serta menikmati hasil usaha yang dilakukan.

Berdasarkan hasil perhitungan antara harga diri (*self esteem*) dengan aspek-aspek kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) yaitu *body image evaluation* menunjukkan bahwa

tidak terdapat hubungan antara harga diri (*self esteem*) dengan *body image evaluation* pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Karena mahasiswi hanya merasa puas dan menerima keadaan tubuhnya tetapi mereka tidak memahami keadaan dirinya sehingga cenderung memiliki harga diri (*self esteem*) yang rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan antara harga diri (*self esteem*) dengan aspek-aspek kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) yaitu *body image investment* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara harga diri (*self esteem*) dengan *body image investment* pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Hal ini disebabkan karena *body image investment* mengacu pada bagaimana seseorang menempatkan penampilan tubuh sebagai sesuatu yang penting, serta mengacu pada perilaku individu untuk mendapatkan tubuh yang ideal, seperti olahraga dan *diet*. Sehingga harga diri (*self esteem*) yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi *body image investment* yang dimilikinya.

Dari hasil perhitungan koefisien determinasi (kd) maka diperoleh nilai sebesar 4,9 %, artinya kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) pada mahasiswi Fakultas Psikologi tidak memberikan kontribusi dengan harga diri (*self esteem*). Hal ini dapat terjadi karena kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) bukanlah salah satu faktor yang berperan terhadap harga diri (*self esteem*), melainkan terdapat faktor-faktor lain yang lebih berperan terhadap kontribusi. Adapun salah satu faktornya yaitu seperti prestasi belajar karena prestasi belajar yang memuaskan, nilai yang bagus, keaktifan di dalam kampus dapat membuat seseorang menjadi lebih dikenal oleh dosen-dosen ataupun teman-teman yang berada di dalam lingkungan kampus karena dapat menunjukkan kemampuan dan kualitas yang dimilikinya, sehingga cenderung dapat membuat seseorang memiliki harga diri yang tinggi. Hal ini didukung oleh Sahputra yang mengatakan bahwa kualitas mahasiswa dapat dilihat dari prestasi akademik yang diraihinya. Prestasi akademik merupakan perubahan dalam hal kecakapan tingkah laku ataupun kemampuan yang dapat bertambah selama beberapa waktu yang tidak disebabkan proses pertumbuhan, tetapi adanya situasi belajar, sehingga dipandang sebagai bukti usaha yang diperoleh mahasiswa (Sahputra, 2009).

Branden (1994) menjelaskan bahwa terdapat korelasi positif antara harga diri dengan kemampuan individu untuk berprestasi dan bahagia. Selain itu, harga diri berkorelasi dengan kreativitas, kemandirian, fleksibilitas, dan kemampuan untuk mengatur perubahan. Tingkat harga diri yang dimiliki remaja dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupannya, antara lain penyesuaian sosial dan prestasi akademiknya. Coopersmith & Denis L. (1967) menjelaskan

bahwa harga diri mempengaruhi prestasi belajar melalui percaya diri, harapan, motivasi yang tinggi.

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan untuk menguji hubungan aspek-aspek tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*), yaitu *body image evaluation* dan *body image investment* dengan harga diri (*self esteem*) menunjukkan hubungan positif namun secara statistik hubungannya tidak signifikan. Maka tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung tidak berhubungan dengan harga diri (*self esteem*).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data mengenai hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Dan diharapkan bagi remaja perempuan mampu meningkatkan rasa bersyukur terhadap keadaan tubuh yang dimilikinya serta remaja perempuan agar dapat percaya diri dengan keadaan tubuh yang dimilikinya

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Issa, Ihsan. (1980). *The Psychopatology Of Women*. London: Precentice-Hall.
- Branden, Nathaniel (1994). *Six Pillars of Self Eteem*. New York: Bantam.
- Cash, Thomas. F. & Pruzinsky, Thomas. (2002). *Body Image a Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. London: The Guilford Press.
- Coopersmith, Stanley. (1967). *The Antecedent of Self Esteem*. San Fransisco: Freeman Press.
- Hurlock, Elizabeth. B. (1980). *Psikologi Perkembangan* (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Melliana, Annastasia, S. (2006). *Menjelajah Tubuh dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: Lkis.
- Monks, J. F. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Mruk, Christopher, J. (2006). *Self Esteem, Reserach, Theory, and Practice Toward a Positive Psychology of Self Esteem* (3th ed.). New York: Springer Publishing Company.

- Papalia, Diane, E., Olds, Sally, W., & Feldman, Ruth, D. (2009). *Human Development* (10 th edition). Jakarta: Salemba Humanika.
- Papalia, Diane, E., Olds, Sally, W., & Feldman, Ruth, D. (2008). *Human Development* (9 th edition). Jakarta: Salemba Humanika.
- Purwanto, Yadi. (2007). *Etika Profesi Psikologi Profetik Perspektif Psikologi Islami*. Bandung: Refika Aditama.
- Rumini, S. & Sundari, S. (2004). *Perkembangan Anak & Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sahputra, N. (2009). *Hubungan Konsep Diri dengan Prestasi Akademik Mahasiswi SI Keperawatan Semester III Kelas Ekstensi PSIK FK USU Medan*. Skripsi Online. Medan: Universitas Sumatera Utara. Diunduh pada tanggal 10 April 2012 dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream>.
- Sriati, A. (2003). *Hubungan antara Harga Diri dengan Prestasi Belajar Remaja Awal yang Tinggal di Panti Asuhan Darul Inayah*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.