

## **CITRA TUBUH BERHUBUNGAN DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN TINGKAT PERTAMA ANGKATAN 2025 UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA**

**Putri Sintya Kharola<sup>1</sup>, Deasti Nurmaguphita<sup>2</sup>, Sutejo<sup>3</sup>**  
[kharolaputri12@gmail.com](mailto:kharolaputri12@gmail.com)<sup>1</sup>, [deastinurma@unisayogya.ac.id](mailto:deastinurma@unisayogya.ac.id)<sup>2</sup>  
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

### **ABSTRAK**

Latar Belakang : Masa dewasa awal merupakan fase transisi yang ditandai perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Pada fase ini, mahasiswa cenderung lebih memperhatikan penampilan sehingga citra tubuh menjadi aspek psikologis penting. Persepsi citra tubuh yang negatif dapat menurunkan kepercayaan diri, sedangkan citra tubuh positif dapat meningkatkannya. Kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh mahasiswa keperawatan dalam menunjang kesiapan mental, kemampuan berinteraksi, dan sikap profesional. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama perlu dilakukan. Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan citra tubuh dengan kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Metode : Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 dengan jumlah sampel sebanyak 108 responden. Pengambilan sampel dilakukan sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner citra tubuh dan kepercayaan diri yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki citra tubuh positif dan tingkat kepercayaan diri pada kategori sedang. Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square diperoleh nilai p-value = 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan tahun pertama di Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Mahasiswa dengan citra tubuh positif cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi.

**Kata Kunci:** Citra Tubuh, Kepercayaan Diri, Mahasiswa Keperawatan.

### **ABSTRACT**

*Background: Early adulthood is a transitional phase marked by physical, psychological, and social changes. During this phase, students tend to pay greater attention to their appearance, making body image an important psychological aspect. Negative body image perceptions can lower self-confidence, while positive body image can boost it. Self-confidence is essential for students to ensure mental readiness, interpersonal skills, and professional attitudes. Therefore, research on the relationship between body image and self-confidence in first-year students is necessary. Objective: This study aims to determine the relationship between body image and self-confidence in first-degree nursing students, class of 2025, at Aisyiyah University, Yogyakarta. Method: This study used a quantitative research design with a cross-sectional approach. The study population was all first-degree nursing students, class of 2025, with a sample size of 108 respondents. Sampling was carried out in accordance with inclusion and exclusion criteria. Data collection used a body image and self-confidence questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis was performed using univariate and bivariate methods using correlation tests with a significance level of 0.05. Results: The results showed that most respondents had a positive body image and a moderate level of self-confidence. The results of the bivariate analysis using the Chi-Square test obtained a p-value of 0.001 ( $p < 0.05$ ), indicating a significant relationship between body image and self-confidence in first-year nursing students at Aisyiyah University Yogyakarta. Recommendation: There is a significant relationship between body image and self-confidence in*

*first-year nursing students at Aisyiyah University Yogyakarta. Students with positive body image tend to have higher levels of self-confidence.*

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

## **PENDAHULUAN**

Masa dewasa awal merupakan istilah kontemporer yang merujuk pada fase transisi dari masa remaja menuju dewasa rintangan (Papatungan, 2023). Menurut World Health Organization (WHO) kelompok usia ini umumnya berkisar antara 18 hingga 25 tahun, peralihan dari remaja ke dewasa ditandai oleh perubahan yang berkelanjutan. Dewasa Awal merupakan perjalanan hidup setelah menginjak dewasa terbentuk perilaku terkait body image dan perilaku kepercayaan diri yang terganggu pada perubahan gaya hidup (Winpenny et al., 2020). Periode perubahan dari remaja akhir ke dewasa awal masa transisi dengan pengalaman dengan perubahan budaya, di mana mahasiswa perlu belajar untuk mengatasi tantangan sosial dan mental saat menghadapi situasi baru. Dewasa awal adalah fase peralihan yang mencakup perubahan fisik, perkembangan pemikiran, dan perubahan dalam peran sosial (Eka Yolanda Siregar, 2022).

Fase pertama untuk mahasiswa baru adalah waktu transisi dari keadaan sebagai pelajar menjadi mahasiswa. Peningkatan rasa kedewasaan, pencarian gaya hidup dan nilai-nilai yang berbeda, menikmati kebebasan dari pengawasan orang tua, serta menghadapi tantangan baru di bidang akademik mahasiswa tersebut dikategorikan sebagai remaja akhir dan dewasa awal yaitu usia 18-25 tahun (Adriani dkk., 2021). Periode perubahan dari remaja akhir ke dewasa awal masa transisi dengan pengalaman dengan perubahan budaya, di mana mahasiswa perlu belajar untuk mengatasi tantangan sosial dan mental saat menghadapi situasi baru.

Populasi di Indonesia sebagian besar terdiri dari kelompok usia produktif, dengan kelompok dewasa awal yang menjadi komponen penting. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), penduduk usia produktif (15-64 tahun) mencapai sekitar 70,72% dari total populasi pada 2020, dan 69,58% pada pertengahan 2024 (Statistik, 2024). Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) saat ini mengenai dewasa, berdasarkan pada tahun 2025 menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Di Yogyakarta didefinisikan sekitar usia 18 – 25 tahun mencapai sekitar 15,27% dari total keseluruhan.

Rasa percaya diri terbentuk dari cara pandang awal terhadap diri sendiri, aspirasi dan harapan untuk masa depan, serta kemampuan untuk menunjukkan sikap positif, ketahanan mental, dan semangat untuk mencapai prestasi. Proses ini dimulai dengan mengembangkan konsep diri yang bertujuan untuk mencapai aktualisasi diri (Madhy, 2022). Individu yang menerima dan mendapatkan dukungan positif cenderung akan membangun konsep diri yang lebih baik. Memiliki rasa percaya diri dan membangkitkan semangat yang tinggi, mahasiswa dan generasi milenial sangat memerlukan dukungan dari orang-orang di sekitarnya (Handayani, 2019).

Kepercayaan diri adalah penilaian diri pada seseorang mengenai kemampuannya dalam melaksanakan perilaku spesifik atau mencapai sasaran tertentu. Kepercayaan diri yang bersifat sangat kontekstual, individu cenderung menghindari atau enggan terlibat dalam suatu perilaku (M. G. Putri & Primanita, 2023). Kepercayaan diri berhubungan dengan sasaran tertentu. Kepercayaan diri adalah pengendalian diri dari dalam, perasaan memiliki kekuatan yang ada dalam menyadari berbagai kemampuan yang dimiliki, dan siap bertanggung jawab atas keputusan yang diambil. Kepercayaan diri adalah sikap atau keyakinan terhadap potensi yang dimiliki seseorang, sehingga orang tersebut tidak selalu merasa khawatir untuk bertindak, bebas melakukan aktivitas yang disukai, bertanggung jawab atas semua tindakan, bersikap hangat dan sopan saat berinteraksi dengan orang

lain,serta mampu mengenali kelebihan dan kelemahan diri sendiri (Hidayati, 2021).

Rasa percaya diri yang kurang muncul karena seseorang merasa tidak mampu sebelum mencoba, yang menghasilkan tidak cukupan mental dalam menghadapi situasi serta minimnya keyakinan terhadap diri sendiri (Dryden, 2021). Rasa percaya diri sangat krusial dan sangat diperlukan bagi setiap orang, khususnya mahasiswa Kepercayaan diri tinggi menggambarkan kondisi psikologis di mana seseorang memiliki keyakinan mendalam terhadap kemampuan, nilai, dan potensi dirinya sendiri, yang memungkinkan individu tersebut untuk bertindak dengan tegas, optimis, dan tenang saat menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Commodari et al., 2022).

Kepercayaan diri sedang merujuk pada keadaan di mana individu memiliki rasa yakin terhadap kemampuan pribadinya, meskipun keyakinan tersebut belum sepenuhnya stabil atau konsisten, orang dengan tingkat kepercayaan diri seperti ini umumnya menunjukkan kepercayaan diri dalam kondisi tertentu, tetapi masih rentan mengalami keraguan, kecemasan, atau penurunan keyakinan saat dihadapkan pada hambatan atau tekanan yang lebih intens (Nisa et al., 2023). Kepercayaan diri rendah mencerminkan defisiensi dalam keyakinan intrinsik individu terhadap kapasitasnya untuk menyelesaikan tugas atau meraih sasaran dengan sukses, kepercayaan diri rendah disebabkan oleh kekurangan tiga komponen fundamental, kemampuan kognitif, pengalaman sosial, dan ketampilan observasi. Hal ini menggambarkan bagaimana keraguan diri tersebut memicu konsekuensi negatif yang substansial dalam dinamika kepercayaan diri (Shao, 2022).

Rendahnya kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor utama yang berkontribusi yaitu penampilan fisik, perubahan tubuh yang terjadi selama menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan, sebagian besar cenderung lebih fokus pada aspek penampilan fisik mereka dibandingkan elemen lain dalam diri, dan banyak di antara mereka yang merasa tidak puas dengan refleksi yang terlihat dicerminkan (Ifdil et al., 2024).

Citra tubuh seseorang tergambar melalui seberapa puas individu itu terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan. Faktor sosial dan budaya juga berperan dalam menentukan seberapa baik penerimaan terhadap citra tubuh. Citra tubuh merupakan representasi mental dari individu mengenai ukuran serta bentuk fisiknya, bagaimana orang lain menilai dirinya, dan bagaimana individu tersebut akan memahami serta menilai apa yang di pikirkan dan di rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya (Dwi, 2025). Citra tubuh merupakan sebuah persepsi mengenai sikap yang dimiliki seseorang terkait dengan fisiknya, seperti evaluasi terhadap tinggi badan, berat, dan berbagai elemen yang lain yang berkaitan dengan penampilan fisik yang dapat memiliki dua perspektif, yakni positif atau negatif (Putrikita, 2024).

Citra tubuh disebut sebagai penilaian dapat berupa perasaan tidak puas atau puas akan kondisi penampilan. Citra tubuh dikatakan sebagai suatu pandangan dari penampilan fisik setiap individu yang dilihat secara keseluruhan ketidaksamaan dari bentuk tubuh yang dipersepsikan dengan bentuk tubuh yang ideal sehingga dapat menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Fikria, 2024). Fisik individu tersebut akan mengamati dan mengevaluasi yang dilihat serta dirasakan oleh individu tersebut, persepsi dan penilaiannya terhadap orang lain. Citra tubuh seseorang bisa jadi positif atau negatif. Individu yang memiliki citra tubuh positif cenderung merasa puas dengan penampilan fisiknya. Ketika seseorang sudah menerima bentuk tubuhnya, akan merasa lebih nyaman di lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, jika seseorang memiliki citra tubuh yang negatif akan menghadapi kesulitan di sekitarnya, seperti rasa tidak percaya diri dan kecemasan yang tinggi (Oky Istiowati 1, et al., 2023).

Penerimaan diri yang positif adalah suatu kebanggaan di mana seseorang memiliki sikap yang baik baik terhadap dirinya sendiri mengakui dan menghargai baik kekuatan

maupun kelemahan yang di miliknya , adapun beberapa yang dijelaskan menurut (Intansar, 2024). a. Individu menghargai bentuk fisiknya dengan menilai tinggi fungsi, kondisi kesehatan, dan berbagai bagian tubuhnya , b. Individu yang menerima, merasa tenang, dan menyayangi tubuhnya dengan memilih untuk memperhatikan kelebihan tubuh dan kekurangannya, c. Individu yang merasa puas dengan dirinya sendiri, memiliki sikap positif, dan sering merasa gembira, c. Individu yang memiliki kepercayaan diri terhadap ciri khas tubuhnya meyakini bahwa daya tarik seseorang berasal dari dalam diri, bukan hanya memiliki ukuran dan bentuk tubuh.

Menurut (Nadhirah et al., 2022). Citra tubuh negatif merupakan upaya dramatis yang terjadi pada individu untuk tidak menerima bentuk tubuhnya. a. Individu tidak menyukai bagian tertentu dari tubuhnya, b. Individu yang tidak merasa bahagia ketika mengetahui berat badannya tidak ideal, c. merasa tidak nyaman dengan seluruh bentuk tubuh yang dimilikinya, d. individu yang sering membandingkan dirinya dengan bentuk tubuh orang lain.

Citra tubuh adalah sebuah penilaian yang dilakukan oleh seseorang mengenai tubuhnya, dan penilaian ini dapat mencakup evaluasi fisik tubuhnya, baik yang bersifat positif maupun negatif. Menurut (Rurky & Rahmasari, 2024). Ada 5 aspek yang terkait dengan body image, antara lain: 1. Appearance Evaluation, 2. Appearance Orientation (Orientasi penampilan), 3. Body Area Satisfaction (Kepuasan terhadap bagian tubuh), 4. Overweight Preoccupation (Kecemasan menjadi gemuk), 5. Self-classified Weight (Pengkategorian ukuran tubuh)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada Mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas Aisyiyah Yogyakarta pada tanggal 3 Oktober 2025 didapatkan melalui koesioner 8 item pertanyaan Body Image, dan 8 item pertanyaan kepercayaan diri pada 10 mahasiswa. 7 dari mahasiswa tersebut menuliskan pada jawaban setuju bahwa citra tubuh negative, dari beberapa pertanyaan tersebut terdapat tidak puas pada bentuk tubuhnya, sehingga mereka tidak percaya diri karena kurang ideal pada berat badan dan tinggi badan, bentuk tubuhnya mempengaruhi cara penilai orang lain terhadap individu , minder kepada fisik orang lain. Mahasiswa yang merasa tidak percaya diri tersebut juga karena tidak berani tampil apa adanya depan orang lain, merasa ragu pada kemampuan diri sendiri, tidak mudah beradaptasi dalam lingkungan baru, merasa bahwa penampilan fisik sangat mempengaruhi rasa percaya diri. Sedangkan 3 mahasiswa menjawab dari item pertanyaan tersebut, merasa puas pada bentuk tubuh, merasa penampilan fisik sudah menarik, tidak membandingkan fisiknya dengan orang lain, berani tampil apa adanya, mudah bergaul dengan orang baru. Mahasiswa tersebut lebih percaya diri pada penampilannya dan bersyukur atas pemberian dari Tuhan.

Penelitian (Gati et al., 2022). Menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri siswa dengan Citra tubuh. Kepercayaan diri siswa dapat meningkat dengan citra tubuh yang baik begitu pula sebaliknya, citra tubuh yang negatif akan menurunkan tingkat kepercayaan diri. Meskipun terdapat korelasi sebesar 35,8% antara citra tubuh dan kepercayaan diri, masih ada 64,2% faktor lain yang mungkin mempengaruhi citra tubuh (Gati et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sidoarjo & Wahyuningtyas, 2023). Citra tubuh dengan kepercayaan diri mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo menunjukkan bahwa pada variabel memberikan sumbangsih sebesar 40% terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa, dan untuk 60% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak di teliti.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu cara mengumpulkan data, yang dianalisis untuk mendapatkan hasil secara ilmiah. termasuk dalam jenis penelitian Observasional (Non-Eksperimen). Penelitian ini yang bertujuan mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini yaitu citra tubuh sebagai variabel terikat dan Kepercayaan diri sebagai variabel bebas. Dalam penelitian ini menggunakan rancangan analisis dengan pendekatan cross-sectional, yang berarti penelitian menekankan waktu selama observasi data baik variabel independen maupun dependen hanya dilakukan satu kali pada satu kali dalam satu waktu pengukuran.

Populasi dalam penelitian yang terdiri dari 4 kelas 244 mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Non-Probability sampling, menggunakan metode simple random. Sample pada penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Penelitian dilaksanakan pada bulan februari 2025. Sample dalam penelitian ini adalah 108 mahasiswa. Kriteria inklusi meliputi Tercatat sebagai mahasiswa aktif Keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Bersedia menjadi responden.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner MBSRQ-AS yang diadopsi dari instrumen (Safitri, 2024) berjumlah 34 item pertanyaan. Citra tubuh dikategorikan menjadi positif, negatif Kuesioner kepercayaan diri yang diadopsi dari instrumen (Nabila, 2024) berjumlah 17 item pertanyaan. Kepercayaan diri dikategorikan menjadi tinggi, sedang, rendah.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariante. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel. Analisis bivariante dilakukan menggunakan uji Chi-Square merupakan suatu pendekatan statistik yang tidak terikat pada asumsi tertentu, dan diterapkan untuk mengamati hubungan atau perbedaan di antara dua atau lebih variabel yang bersifat kategori (Amir, 2025). Tingkat signifikansi ditetapkan pada  $p\text{-value} = 0,05$ . Seluruh analisis data dilakukan menggunakan program SPSS.

Penelitian ini telah memenuhi prinsip etika penelitian dengan menerapkan informed consent, menjaga kerahasiaan identitas responden, serta memastikan bahwa penelitian tidak menimbulkan risiko bagi responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta pada bulan februari 2025. Sample penelitian ini adalah 108 responden yang terdiri dari 3 kelas. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner citra tubuh dan kepercayaan diri.

Table 1 Distribusi Frekuensi Data Demografi Jenis Kelamin Dan Kelas Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Ppertama Angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

No.	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentas (%)
1.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-Laki	27	25,0
	Perempuan	81	75,0
	Total	108	100
2.	<b>Kelas</b>		
	A	41	38,0
	B	31	28,7
	C	36	33,3
	Total	108	100,0

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan table 1 tentang frekuensi karakteristik responden mahasiswa keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan 81 orang (75%), dan seluruh responden berjumlah 108 orang . distribusi kelas relatif merata, dengan jumlah terbanyak yaitu dikelas A sebanyak 41 orang (38,0%).

Table 2 Data Katagori Citra Tubuh Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Ppertama Angkatan 2025 Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

<u>Citra Tubuh</u>	<u>Frekuensi (f)</u>	<u>Presentase (%)</u>
Positif	64	59,3
Negatif	44	40,7
Total	108	100

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan table diatas, berdasarkan hasil penelitian terhadap 108 responden, didapatkan sebagian besar responden memiliki citra tubuh positif sebanyak 64 orang (59,3%), sedangkan responden yang memiliki citra tubuh negatif sebanyak 44 orang (40,7%). Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki presepsi yang baik terhadap kondisi tubuhnya.

Table 3 Data Kategori Tingkat Kepercayaan diri Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Ppertama Angkatan 2025 Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

<u>Kepercayaan diri</u>	<u>Frekuensi (f)</u>	<u>Presentase (%)</u>
Tinggi	0	0,0
Sedang	79	73,1
Rendah	29	26,9
Total	108	100

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan table diatas, didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepercayaan diri sedang sebanyak 79 orang (73,1%), sedangkan responden dengan tingkat kepercayaan diri rendah sebanyak 29 orang (26,9%). Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori sedang.

Table 5 Hasil Uji Chi-Square berhubungan Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Pertama Angkatan 2025 Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

<u>Citra Tubuh</u>	<u>Kepercayaan Diri</u>				<u>Total</u>		<u>P-Valu e</u>
	<u>Sedang</u>		<u>Rendah</u>		<u>f</u>	<u>%</u>	
	<u>f</u>	<u>%</u>	<u>f</u>	<u>%</u>	<u>f</u>	<u>%</u>	
<u>Positif</u>	39	60,9	25	39,1	64	100,0	,001
<u>Negatif</u>	40	90,9	4	9,1	44	100,0	
<u>Total</u>	79	73,1	29	26,9	108	100,0	

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan tabel 5, hasil uji Chi-Square menunjukkan p-value = 0,001 sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta. Sebagian besar responden dengan citra tubuh positif memiliki kepercayaan diri sedang (60,9%) dan rendah (39,1%). Sedangkan pada responden dengan citra tubuh negatif, mayoritas memiliki kepercayaan diri sedang (90,9%) dan sebagian rendah (9,1%). Citra tubuh berhubungan secara bermakna dengan tingkat kepercayaan diri mahasiswa.

## **Pembahasan**

Hasil penelitian yang telah disajikan dalam bentuk table adalah jumlah responden sebanyak 108 responden yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Berikut adalah akan dibahas mengenai variabel-variabel penelitian dan pengaruh antar variabel penelitian.

### **Pembahasan Analisis Univariat Jenis Kelamin dan Kelas Mahasiswa Keperawatan Tingkat Pertama Angkatan 2025 Universitas 'Asiyah Yogyakarta**

Berdasarkan analisis univariat, dari 108 responden tentang frekuensi karakteristik responden mahasiswa keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan 81 orang (75%), dan seluruh responden berjumlah 108 orang. distribusi kelas relatif merata, dengan jumlah terbanyak yaitu dikelas A sebanyak 41 orang (38,0%). mayoritas mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta adalah perempuan. Dominasi perempuan dalam penelitian ini dapat berpengaruh pada hasil variabel citra tubuh dan kepercayaan diri. Perempuan biasanya lebih fokus pada penampilan fisik dibandingkan laki-laki. Penelitian ini diperkuat oleh penelitian Dianningrum (2021) dengan judul Hubungan Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri. Penelitian ini terdapat 114 responden yang seluruhnya jenis kelamin perempuan. Hasil analisis univariat didapatkan sebanyak 67 siswa (58,8%) dikategorikan sedang, sedangkan 40 siswa (35,1%) dikategorikan tinggi, dan 7 siswa (6,1%) dikategorikan rendah. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas perempuan memiliki persepsi terhadap tubuh yang cukup baik, tetapi belum sepenuhnya positif.

### **Citra Tubuh Mahasiswa Keperawatan Tingkat Pertama Angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta**

Berdasarkan hasil analisis univariat terhadap variabel citra tubuh pada 108 responden, ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa termasuk dalam kategori sedang. Terdapat 64 responden (59,3%) dikategorikan positif, dan 44 responden (40,7%) dikategorikan negatif. Penelitian ini mendapatkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki pandangan yang cukup baik tentang kondisi dan penampilan tubuh mereka, meskipun belum terdapat tingkat citra tubuh yang sangat tinggi.

Hasil ini menunjukkan terdapat 40,7% responden berada pada kategori negatif. masih terdapat mahasiswa yang memiliki penilaian kurang positif terhadap tubuhnya, yang dapat menggambarkan adanya ketidakpuasan terhadap penampilan fisik. Karena 59,3% lebih besar dari 40,7% maka dapat dikatakan bahwa mayoritas responden memiliki citra tubuh positif. Citra tubuh diartikan sebagai evaluasi yang bisa berupa perasaan puas atau tidak puas terhadap keadaan penampilan. Citra tubuh merupakan sudut pandang mengenai penampilan fisik setiap orang yang dinilai secara keseluruhan ketika ada perbedaan antara bentuk tubuh yang dirasakan dan bentuk tubuh yang dianggap ideal, yang bisa menyebabkan rasa tidak puas terhadap tubuhnya (Fikria, 2024).

Fisik individu tersebut akan mengamati dan mengevaluasi yang dilihat serta dirasakan oleh individu tersebut, persepsi dan penilaiannya terhadap orang lain. Citra tubuh seseorang bisa jadi positif atau negatif. Individu yang memiliki citra tubuh positif cenderung merasa puas dengan penampilan fisiknya. Ketika seseorang sudah menerima bentuk tubuhnya, akan merasa lebih nyaman di lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, jika seseorang memiliki citra tubuh yang negatif akan menghadapi kesulitan di sekitarnya, seperti rasa tidak percaya diri dan kecemasan yang tinggi (Oky Istiwati1, et al., 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Saputri & Herdajani, (2021) dengan judul Kepercayaan Diri Mahasiswi Fakultas Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 Universitas Persada Indonesia Y.A.I . Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara dua variabel tersebut dengan korelasi yang cukup tinggi ( $r = 0,730$ ) dan ( $p < 0,05$ ). Menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu menerima kondisi fisiknya secara positif memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk menunjukkan kepercayaan diri dalam konteks sosial dan akademik.

### **Kepercayaan Diri Mahasiswa Keperawatan Tingkat Pertama Angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta**

Hasil analisis univariat pada variabel kepercayaan diri pada 108 responden, didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepercayaan diri sedang sebanyak 79 orang (73,1%), responden dengan tingkat kepercayaan diri rendah 29 orang (26,9%), sedangkan pada tingkat tinggi tidak ditemukan responden (0%).

Hasil menunjukkan 79 orang (73,1%) terdapat bahwa mayoritas responden berada pada tingkat kepercayaan diri sedang. Responden sebagian besar memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri yang cukup baik, namun belum sepenuhnya optimal. Tidak ditemukan responden dengan tingkat kepercayaan diri tinggi yang secara umum responden belum mencapai tingkat keyakinan diri yang tinggi.

Kepercayaan diri sedang merupakan situasi di mana seseorang mempunyai keyakinan terhadap kemampuannya sendiri, meskipun keyakinan itu belum sepenuhnya kuat atau konsisten. Individu dengan tingkat kepercayaan diri seperti ini biasanya memperlihatkan rasa percaya diri dalam situasi-situasi tertentu, namun masih dapat mengalami keraguan, kecemasan, atau penurunan keyakinan ketika menghadapi rintangan atau tekanan yang lebih berat (Nisa et al., 2023). Rendahnya rasa percaya diri dipengaruhi oleh faktor utama yang memberikan kontribusi, seperti penampilan fisik. Perubahan tubuh yang terjadi sapat menimbulkan efek psikologis yang negatif, dan banyak orang lebih memperhatikan aspek fisik ketimbang elemen lain dalam diri mereka. Banyak dari mereka merasa tidak puas dengan apa yang mereka lihat (Ifdil et al., 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Indraswati et al., (2020) dengan judul Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Kemampuan Komunikasi Terhadap Public Speaking Mahasiswa PGSD. Menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki pengaruh positif dan signifikan, Dalam penelitian tersebut didapatkan nilai koefisien korelasi ( $r = 0,0540$ ) dengan signifikansi 0,000 ( $< 0,05$ ), terdapat adanya hubungan yang kuat dan signifikan.

### **Pembahasan Analisis Bivariat Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta**

Analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji Chi-Square diperoleh p-value sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta . mayoritas responden dengan citra tubuh positif memiliki kepercayaan diri sedang (60,9%), sedangkan pada citra tubuh negatif sebagian besar juga berada pada kategori kepercayaan diri sedang (90,9%) . hasil menunjukkan bahwa citra tubuh berhubungan dengan tingkat kepercayaan diri mahasiswa.

Citra tubuh merupakan faktor psikologis utama dalam pembangunan kepercayaan diri bagi dewasa awal . seseorang yang memiliki pandangan negatif tentang penampilan fisiknya biasanya mengalami penurunan dalam harga diri, ketidakpuasan terhadap diri, meningkatkan kecemasan sosial. Citra tubuh tidak hanya berkaitan dengan kondisi fisik, tetapi melibatkan aspek kognitif dan emosional, seperti penilaian diri dan penerimaan diri



(Wayan et al., 2025).

Kepercayaan diri adalah aspek penting yang membuat seseorang lebih berani mengungkapkan pendapat dan yakin pada kemampuannya. Individu memiliki tingkat kepercayaan diri berbeda-beda, ada yang merasa sangat percaya diri, namun ada pula yang merasa kurang mampu. Setiap individu mempunyai pengalaman dan kondisi pribadi masing-masing (Letlora, 2023).

Penelitian ini dikuatkan dengan penelitian Handayani, (2025) diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r = 0,687$ ) dengan nilai signifikansi ( $p = 0,000$ ) pada jumlah responden 87 orang. nilai signifikansi  $< 0,05$  maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel, nilai koefisien korelasi  $r = 0,687$  menunjukkan hubungan bersifat positif searah dan memiliki kontribusi yang cukup besar dalam pembentukan kepercayaan diri pada remaja putri.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori citra tubuh yang positif hingga sedang, meskipun masih ada beberapa yang mengalami citra tubuh negatif. Sebagian besar mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 menunjukkan adanya hubungan signifikan antara citra tubuh dan kepercayaan diri. Mahasiswa dengan citra tubuh yang positif cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi, sementara mereka yang memiliki citra tubuh yang positif cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi, sementara mereka yang memiliki citra tubuh negatif biasanya menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih rendah. Semakin positif citra tubuh yang dimiliki oleh mahasiswa, maka akan semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri mahasiswa.

Hipotesis dalam penelitian ini menyatakan adanya hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama angkatan 2025 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, R., Sagir, A., & Fadhila, M. (2021). Kebersyukuran Terhadap Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Terhadap Wanita Dewasa Awal. 2, 133–150.
- Ade Saputra Nasution<sup>1</sup>, Resty Jayanti<sup>1</sup>, F. N. R. (2024). Persepsi Citra Tubuh Remaja Di Kota Bogor.104-118. <https://doi.org/10.21776/majalahkeehatan.2024.011.01.5>
- Anjeli, R., & Sembiring, B. (2024). Hubungan Body Image ( Bentuk Tubuh ) Dengan Kepercayaan Diri Remaja Di SMK Tunas Pelita Binjai,. *Psychodynamic : Jurnal Kajian Psikologi*, 1. <http://journal.utnd.ac.id/index.php/JPUTND>
- Amir, A. (2025). Analisis Penggunaan Uji Chi-Square Pada Penelitian Pendidikan: Studi Literatur. *Penggunaan Uji Chi-Square Pada Penelitian Pendidikan : Studi Literatur*. <https://Journal.Unpas.Ac.Id/Index.Php/Pendas/Article/View/38944/20475>, 10.
- Commodari, E., Platania, S., Lucia, V., & Rosa, L. (2022). Body image and psychological well-being. *Journal of Clinical Psychology*, 10(April), 1–19.
- Dianningrum. (2021). Hubungan Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Penelitian Psikolog*.
- Dwi, Y. (2025). The relationship between body image and self-confidence among university students in Yogyakarta. *Prajaiswara*, 6, 467–473. <https://doi.org/10.55351/prajaiswara.v6i1.168>
- Eka Yolanda Siregar. (2022). Perlunya Pembinaan Terhadap Dewasa Awal Dalam Menghadapi Tugas Perkembangannya. *Jurnal Pendidikan Agama Katekese Dan Pastoral (Lumen)*, 1(1).
- Gati, D., Salamah, M., Muyana, S., Hestingrum, E., & Barida, M. (2022). Pengaruh body image terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal*, 8(1), 99–105.
- Handayani, E. W., Fitria, D., & Setyaningsih, T. (2021). Hubungan Antara Citra Tubuh (Body

- Image) Dengan Kepercayaan Diri (Self-Confidence ) Remaja Putri. 6(September), 13409–13418.
- Hidayati, S. R. N. (2021). Penggunaan Media Sosial Sebagai Noderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Surabaya. *Psikologi, Jurusan Pendidikan, Fakultas Ilmu Psikologi, Jurusan Pendidikan, Fakultas Ilmu*, 1–11.
- Ifdil, I., Bimbingan, J., Pendidikan, F. I., & Padang, U. N. (2024). *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri*. 2(3).
- Intansar, T. A.-H., & F. (2024). Artikel kesehatan. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, November, 46–60.
- Madhy. (2022). Hubungan antara konsep diri dengan kepercayaan diri pada mahasiswa. *Jouska: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 16–24. <https://doi.org/10.31289/jsa.v1i1.1094>
- Maharani, R., & Putrikitita, K. A. (2024). Self-Compassion Dan Body Image Pada Mahasiswi Pengguna Instagram. 2(2), 158–165.
- Nisa, F. I., Eddy, M., & Mulawarman, W. (2023). The effects of self-efficacy and academic engagement on academic resilience. *Journal*, 12(2), 80–86.
- Nabila, D. (2024). Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Interaksi Sosial Terhadap Kemampuan Adaptasi Mahasiswa Baru Angkatan 2023 (Vol.2023, Issue 11200150000064). <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789>
- Nadhirah, N. A., Kusnadi, G. A., Supriatna, M., & Fahriz, I. (2022). Body image negatif mengakibatkan siswa mengalami eating disorder. *Jurnal Kesehatan*, 6(3), 98–103.
- Oky Istiowati1\*, E. S., Yuliawati1, L. R., & Nurdia1, Sal Sabilla Heni Amalia1, Firda Datil Safitri1, D. E. (2023). Prodi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, 2 Departemen Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya. 1(1), 30–38.
- Paputungan, F. (2023). Karakteristik perkembangan masa dewasa awal. *Jurnal*, 3(1).
- Putri, M. G., & Primanita, R. Y. (2023). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Pengambilan Keputusan Karir pada Mahasiswa. 7, 2960–2965.
- Rurky, S. N., & Rahmasari, D. (2024). Hubungan antara body image dengan kepuasan hidup pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 757–771.
- Wayan, N., Tunjungan, T., Luh, N., Pranena, P., & Lina, L. P. (2025). Kajian Literatur Terhadap Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pda Remaja Indonesia. 6, 16476–16483.
- Statistik, B. P. (2024). Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin, 2024. Badan Pusat Statistik.
- Sidoarjo, M., & Wahyuningtyas, R. T. (2023). Body image and student confidence. *Jurnal*, 5, 1–7.
- Shao. (2022). Lack of Self-Efficacy and Resistance to Innovation Impact on Insufficient Learning Capabilities : Mediating the Role of Demotivation and Moderating the Role of Institutional Culture. 13(July), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.923577>
- Saputri, M. A., & Herdajani, F. (2021). Kepercayaan Diri Mahasiswi Fakultas Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 Univeristas Persada Indonesia Y.A.I. 3(3), 38–45.