

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | iii |
| UCAPAN TERIMA KASIH..... | iv |
| DAFTAR ISI..... | vi |
| DAFTAR TABEL..... | x |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah Penelitian | 7 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 7 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 7 |
| 1.5 Struktur Organisasi Skripsi | 8 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | 10 |
| 2.1 Konsep Dasar Citra Tubuh (<i>Body Image</i>)..... | 10 |
| 2.1.1 Pengertian Citra Tubuh..... | 12 |
| 2.1.2 Karakteristik Citra Tubuh..... | 13 |
| 2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh | 14 |
| 2.1.4 Komponen Citra Tubuh | 17 |
| 2.1.5 Citra Tubuh Pada Remaja..... | 18 |
| 2.2 Konsep Dasar Kepercayaan Diri (<i>Self Confidence</i>)..... | 23 |
| 2.2.1 Pengertian Kepercayaan Diri..... | 23 |
| 2.2.2 Komponen Kepercayaan Diri | 24 |
| 2.2.3 Indikator Perilaku Mencerminkan Kepercayaan Diri..... | 25 |
| 2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri | 27 |
| 2.3 Pengukuran Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri | 28 |
| 2.3.1 Citra Tubuh..... | 28 |
| 2.3.2 Kepercayaan Diri | 31 |
| 2.4 Pengaruh Citra Tubuh (<i>Body Image</i>) Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja dan Kaitannya dengan Bimbingan dan Konseling..... | 31 |
| 2.5 Penelitian Terdahulu | 36 |

| | |
|--|----|
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 38 |
| 3.1 Desain Penelitian | 38 |
| 3.2 Partisipan..... | 39 |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian | 39 |
| 3.4 Definisi Operasional Variabel..... | 41 |
| 3.4.1 Citra Tubuh..... | 41 |
| 3.4.2 Kepercayaan Diri | 42 |
| 3.5 Instrumen Penelitian | 43 |
| 3.5.1 Jenis Instrumen | 43 |
| 3.5.2 Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen..... | 45 |
| 3.5.3 Penimbangan Instrumen | 47 |
| 3.5.4 Uji Keterbacaan | 47 |
| 3.5.5 Uji Validitas dan Reliabilitas..... | 47 |
| 3.6 Prosedur Penelitian | 50 |
| 3.7 Analisis Data | 51 |
| 3.7.1 Verifikasi Data..... | 51 |
| 3.7.2 Penyekoran Data..... | 52 |
| 3.7.3 Pengolahan Data | 53 |
| 3.7.4 Kategorisasi Data..... | 54 |
| 3.8 Analisis Korelasi | 55 |
| 3.9 Uji Koefisien Determinasi | 56 |
| 3.10 Uji <i>Regresi Linier</i> untuk Mencari Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri | 57 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 58 |
| 4.1 Hasil Penelitian | 58 |
| 4.1.1 Gambaran Umum Citra Tubuh Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 | 58 |
| 4.1.2 Gambaran Umum Citra Tubuh Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 Berdasarkan Dimensi-dimensinya..... | 58 |
| 4.1.3 Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 | 60 |

| | | |
|--------|---|----|
| 4.1.4 | Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 Berdasarkan Dimensi-dimensinya..... | 60 |
| 4.1.5 | Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 | 62 |
| 4.2 | Pembahasan Penelitian..... | 65 |
| 4.2.1 | Deskripsi Kecenderungan Umum Citra Tubuh Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 | 65 |
| 4.2.2 | Deskripsi Kecenderungan Umum Citra Tubuh Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 Berdasarkan Dimensi-dimensinya..... | 66 |
| 4.2.3 | Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 | 68 |
| 4.2.4 | Gambaran Umum Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 Berdasarkan Dimensi-dimensinya..... | 69 |
| 4.2.5 | Deskripsi Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2017/2018 | 71 |
| 4.3 | Program Pribadi-Sosial untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang TA 2018/2019 | 72 |
| 4.3.1 | Rasional | 72 |
| 4.3.2 | Dasar Hukum..... | 75 |
| 4.3.3 | Visi dan Misi | 75 |
| 4.3.4 | Deskripsi Kebutuhan | 76 |
| 4.3.5 | Tujuan..... | 78 |
| 4.3.6 | Komponen Program..... | 79 |
| 4.3.7 | Bidang Layanan..... | 81 |
| 4.3.8 | Rencana Operasional (<i>Action Plan</i>) | 83 |
| 4.3.9 | Pengembangan Tema..... | 87 |
| 4.3.10 | Rencana Evaluasi, Pelaporan dan Tindak Lanjut..... | 90 |
| 4.3.11 | Sarana dan Prasarana | 90 |
| 4.3.12 | Anggaran Biaya | 91 |

| | |
|--|----|
| 4.4 Keterbatasan Penelitian..... | 91 |
| BAB V PENUTUP..... | 93 |
| 5.1 Kesimpulan | 93 |
| 5.2 Rekomendasi Penelitian..... | 94 |
| 5.2.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling | 94 |
| 5.2.2 Bagi Guru Mata Pelajaran dan Wali Kelas..... | 94 |
| 5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya..... | 95 |
| DAFTAR PUSTAKA | 96 |
| LAMPIRAN | |
| RIWAYAT HIDUP PENULIS | |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 3.1 Jumlah Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang | 41 |
| Tabel 3.2 Jumlah Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Bojongsoang yang Menjadi Responden | 42 |
| Tabel 3.3 Pola Penyekoran Instrumen Citra Tubuh (MBSRQ-AS)..... | 45 |
| Tabel 3.4 Pola Penyekoran Instrumen Kepercayaan Diri (PEI) | 46 |
| Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh (MBSRQ-AS) | 46 |
| Tabel 3.6 Kisi-Kisi Instrumen Kepercayaan Diri (PEI)..... | 47 |
| Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Instrumen Citra Tubuh..... | 50 |
| Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Instrumen Kepercayaan Diri | 50 |
| Tabel 3.9 Kriteria Reliabilitas Instrumen (Nilai <i>Alpha Cronbach</i>) | 51 |
| Tabel 3.10 Kriteria Nilai <i>Person Reliability</i> dan <i>Item Reliability</i> | 51 |
| Tabel 3.11 Alternatif Jawaban Instrumen MBSRQ-AS..... | 55 |
| Tabel 3.12 Pola Penyekoran Instrumen Citra Tubuh | 55 |
| Tabel 3.13 Kriteria Pengelompokan Data Citra Tubuh | 57 |
| Tabel 3.14 Kriteria Pengelompokan Data Tingkat Kepercayaan Diri | 57 |
| Tabel 3.15 Konversi Skor Mentah Menjadi Skor Matang dengan Batas Aktual.. | 58 |
| Tabel 3.16 Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi..... | 59 |
| Tabel 4.1 Kecenderungan Citra Tubuh berdasarkan Dimensi | 63 |
| Tabel 4.2 Kecenderungan Kepercayaan Diri berdasarkan Dimensi | 65 |
| Tabel 4.3 Hasil Perhitungan Uji Korelasi | 66 |
| Tabel 4.4 Hasil Perhitungan Uji Koefisien Determinasi..... | 67 |
| Tabel 4.5 Uji Regresi Linier ANOVA | 68 |
| Tabel 4.6 Uji Regresi Linier Koefisien | 68 |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 :

Surat Administrasi Penelitian

Lampiran 2 :

Surat Izin Peminjaman Instrumen

Lampiran 3 :

- a. Instrumen MBSRQ-AS
- b. Instrumen PEI
- c. Input Data Instrumen
- d. Validitas Instrumen
- e. Reliabilitas Instrumen
- f. Map Item
- g. Hasil Uji Korelasi dan Koefisien Determinasi
- h. Hasil Uji Regresi Linier ANOVA dan Uji Regresi Linier Koefisien

Lampiran 4 :

Jurnal Bimbingan