

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan faktor utama untuk membentuk serta meningkatkan adanya sumber daya manusia. Menurut UU No. 20 tahun 2003 pasal yang ke tiga tujuan pendidikan nasional yaitu untuk mengembangkan kualitas sumber daya manusia sedini mungkin secara terarah, terpadu, dan menyeluruh melalui berbagai upaya. Dalam Undang-undang No 20 (2003) lembaga pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Lembaga pendidikan jalur normal terdiri dari lembaga pendidikan prasekolah, lembaga pendidikan dasar (SD/SMP), lembaga pendidikan non formal adalah jalur pendidikan diluar pendidikan formal yang dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang (dalam Syaadah, 2022). Seiring dengan berkembangnya dunia pendidikan di Indonesia ini, sekarang banyak sekolah-sekolah unggulan yang menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Salah satu dari sekian banyak upaya yang dilakukan pada dunia pendidikan adalah diselenggarakannya pendidikan khusus yaitu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) (dalam Rojaki, 2021).

Sekolah Menengah Kejuruan adalah salah satu jenjang pendidikan menengah dengan kekhususan mempersiapkan lulusannya untuk siap bekerja. Pendidikan kejuruan mempunyai arti yang bervariasi namun dapat dilihat suatu benang merahnya

(dalam Dharmayanti, 2014). Evans (dalam Marna, 2018) mendefinisikan bahwa pendidikan kejuruan adalah bagian dari sistem pendidikan yang mempersiapkan seseorang agar lebih mampu bekerja pada suatu kelompok pekerjaan atau suatu bidang pekerjaan dari pada bidang-bidang pekerjaan lainnya.

Abdurrahman, dkk. (2014) menjelaskan bahwa pendidikan yang ada dalam SMK adalah sebuah sistem pendidikan dalam mempersiapkan siswanya agar mampu memilih karir, mempelajari keterampilan khusus serta mampu berkompetisi. Kehidupan di era globalisasi yang semakin kompleks pastinya menuntut generasi muda untuk memiliki kesiapan menghadapi dunia kerja. Globalisasi itu sendiri menyebabkan adanya perubahan pada dunia kerja yang mengarah pada sistem yang terus berkembang, hal ini menjadikan kompetisi dalam dunia kerja (dalam Helmi, 2022). Di dalam dunia kerja kita harus mau berkompetisi, karena pasar kerja dewasa ini yang semakin kuat, dunia kerja membutuhkan kompetensi dari dalam diri seseorang seperti penguasaan, keterampilan, kesiapan mental dan kesiapan mental (dalam Muspawi 2020). Perlu disadari bahwa persaingan di dunia kerja terjadi dimana-mana, semua pihak berusaha untuk menjadi yang terbaik, untuk menjadi yang terbaik tentulah dibutuhkan sumber daya manusia yang handal, profesional, berkualitas, dan memiliki pengalaman (dalam Sholehah, 2018).

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan lembaga pendidikan yang diharapkan langsung bekerja setelah lulus, untuk saat ini bagi pelajar SMK jurusan perhotelan yang sedang menempuh pendidikan sering kali merasa khawatir karena

kurangnya kepercayaan diri terhadap citra tubuh mereka. Khususnya siswa perempuan, yang sering memperhatikan penampilan fisik dan tidak senang dengan penampilan fisiknya, sehingga keadaan tersebut memicu mereka menjadi kurang memiliki rasapercaya diri (dalam Rohani, 2017).

Remaja merupakan proses menuju usia dewasa serta baru mengetahui mengenai salah dan benar suatu permasalahan yang telah dihadapi, memahami peran dirinya dalam bersosialisasi, mulai mengenai lawan jenis serta mulai menerima dirinya (dalam Pramesti, 2022). Santrock mengatakan masa remaja dimulai dengan perubahan fisik yang cepat, penambahan tinggi dan berat badan yang dramatis, pertumbuhan dalam kontur tubuh, dan perkembangan karakteristik seksual seperti perbesaran payudara, pertumbuhan rambut pubis dan wajah, dan pembesaran suara (Solistiawati dan Sitasari, 2015). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014 menjelaskan, remaja merupakan penduduk yang berada pada rentang usia 10 hingga 18 tahun (WHO,2015).

Pentingnya kepercayaan diri remaja dapat memberikan stimulus yang positif terhadap remaja tersebut. Kepercayaan diri remaja terlihat dari sikap menerima sebagaimana adanya, perubahan-perubahan yang terjadi sehingga berakibat pada sikap dan perilaku remaja, salah satu akibat perubahan ini adalah hilangnya kepercayaan diri. Remaja yang awalnya sangat yakin pada diri sendiri, menjadi kurang percaya diri (Ifdil, Denich, dan Ilyas, 2017). Hurlock menyatakan penerimaan diri merupakan keadaan sikap yang tampak tenang terhadap kenyataan diri, remaja yang

merasa puas terhadap kualitas diri akan cenderung merasa aman, tidak kecewa dan mengerti apa yang dibutuhkannya sehingga dapat bertindak mandiri serta tidak tergantung pada orang lain dalam memutuskan sesuatu. Respon positif dari seseorang terhadap dirinya akan menimbulkan rasa puas sehingga akan mempengaruhi perkembangan mentalnya (dalam Fitri, Zola, dan Ifdil, 2018).

Kepercayaan diri seseorang sering ditunjukkan dengan penampilan fisik yang menonjol, hal ini merupakan bukti bahwa banyak orang akan berusaha membangun kepercayaan diri dengan memperhatikan kondisi fisik. Pertumbuhan badan menjelang dan selama masa remaja ini menyebabkan tanggapan masyarakat yang berbeda pula, mereka diharapkan memenuhi tanggung jawab orang dewasa, tetapi berhubung antara pertumbuhan fisik dan pematangan psikisnya masih ada jarak yang cukup lebar, maka kegagalannya sering dialami remaja dalam memenuhi tuntutan sosial ini sehingga menyebabkan frustrasi dan konflik-kinflik batin pada remaja terutama bila tidak ada pengertian dari orang dewasa (Monks, dalam Wati dkk, 2019).

Fenomena yang terjadi saat ini hanya sebagian kecil remaja yang mampu menyelesaikan tanggung jawab perkembangan karena kesadaran diri akan penampilan. Para remaja juga semakin sadar akan pentingnya penampilan dalam interaksi sosial, terutama remaja perempuan sering merasa tidak nyaman dengan perilah citra tubuh, hal tersebut selaras dengan penelitian Ratnawati (Huwaida, 2022). Dianningrum & Satwika (2021) menyatakan bahwa meskipun orang lain menganggap remaja menarik, remaja yang menganggap kondisi fisiknya kurang ideal

akan merasa tidak bahagia dengan kondisi fisik dan penampilannya. Kondisi ini menghasilkan *body image* yang negatif, sedangkan remaja yang memiliki *body image* yang positif cenderung merasa bahagia, tidak mudah cemas, dan memiliki rasa kepercayaan diri.

Lauster (dalam Ghufroon & Rini, 2017) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri, sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakannya, dapat bebas melakukan hal-hal yang disenangi dan bertanggung jawab terhadap semua tindakan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, dan dapat mengenali kelebihan dan kekurangan diri. Dariyo, dkk (dalam Amri, 2018) mengatakan bahwa orang yang percaya diri biasanya memiliki ciri mempunyai inisiatif, kreatif dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berpikir positif dan menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Rendahnya kepercayaan diri tentu akan menghambat seseorang untuk mencapai harapannya.

Bila seseorang kurang percaya diri, tentu ia kurang berani untuk melakukan sesuatu kegiatan atau usaha. Seseorang yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi cenderung akan lebih berani dalam melakukan berbagai macam hal (dalam Rizky, 2019). Hal ini sejalan dengan pendapat Susanti, dkk (2014) siswi yang kurang percaya diri tentu akan memiliki perasaan kurang berani untuk melakukan kegiatan khususnya dalam berinteraksi di lingkungan sekolahnya. Menurut Yudha dan

Suwarjo, faktor penyebab kurangnya kepercayaan diri adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan gambaran mental tentang diri seseorang yaitu, perasaan tidak yakin terhadap kemampuan dirinya, merasa rendah diri bila harus tampil kedepan dibandingkan teman-temannya, cenderung sulit untuk mengembangkan potensi-potensi dan kemampuan yang dimilikinya sehingga penilaian terhadap citra dirinya (*body image*) negatif dan beranggapan bahwa dirinya tidak mampu (dalam Rizky, 2019)

Caplin (2006) menyatakan bahwa citra tubuh (*body image*) adalah pandangan individu mengenai penampilan badannya di hadapan orang lain. Menurut Cash (dalam Wulan, 2018) *body image* adalah sikap yang dimiliki individu untuk memandang tubuhnya bisa bernilai positif maupun negatif. Melliana (dalam Anggraini, 2019) mengatakan banyak perempuan yang tidak senang dengan penampilan fisiknya, karena perempuan diharapkan memiliki tubuh yang langsing sedangkan laki-laki diharapkan memiliki tubuh yang berotot. Perempuan lebih memilih untuk fokus pada citra tubuh dan sikap mengenai penampilan berdampak pada bagaimana bentuk tubuh perempuan yang terlihat, dan mengarah ke emosi kesenangan atau ketidakpuasan terhadap penampilan fisik, dan juga ketidakpuasan terhadap ekspektasi dari orang-orang disekitar mereka (dalam Soetjningsih, 2022). Remaja saat ini terutama siswa perempuan sadar akan pentingnya penampilan dalam interaksi sosial, perempuan juga sering merasa tidak nyaman dengan perihal citra tubuh, hal ini selaras dengan penelitian Ratnawati (dalam Huwaida, 2022) yang

mengungkap bila remaja perempuan memberikan nilai tinggi terhadap tampilan fisik dan bentuk tubuhnya dalam evaluasi diri.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti kepada guru BK di SMK N 9 Padang, ditemukan adanya pengaduan dari siswa kepada guru BK mengenai permasalahan kurangnya kepercayaan diri pada siswi jurusan perhotelan kelas 11. Hal ini dibuktikan ketika di sekolah merasa malu saat tampil di muka umum, rasa takut dan malu jika ditertawakan oleh teman, takut salah jika memberi ide, malu dengan tampilan fisiknya, sehingga masih banyak siswa merasa tidak puas terhadap kondisi tubuh maupun penampilannya, beberapa siswa menjadi gugup dan takut ketika menghadapi kesulitan disekolah, siswa juga merasa malu ketika disuruh untuk praktek melayani customer sehingga sering ada penolakan ketika tampil didepan kelas, dan juga malu ketika berada di lingkungan sosial, merasa takut dihakimi atau dievaluasi berdasarkan penampilan fisik. Selain itu, rasa kecewa muncul karena siswa merasa tidak mampu atau mempertahankan bentuk tubuh yang di anggap “sempurna”. Seperti kulit bersih, tidak berjerawat, hidung yang mancung, dan alis yang tebal. Padahal seorang siswa diharapkan mempunyai percaya diri untuk mengembangkan kualitas diri, seorang siswa yang kualitas diri dalam komunikasi tidak baik dapat terkucil, kurang bisa mengemukakan pendapat, kurang cukup beradaptasi dengan lingkungan dan tidak bisa mengekspresikan diri. Dalam menghadapi permasalahan ini, siswi perempuan sering merasa ketidakpuasan terkait dengan citra tubuh mereka. Hal ini juga dibenarkan oleh keterangan siswi SMK 9

Padang jurusan perhotelan dimana, didapatkan hasil bahwa sebanyak 4 siswi merasa gugup dan takut ketika menghadapi kesulitan di sekolah, 2 siswi merasa malu, dan 4 siswi mengaku bahwa mereka takut dianggap tidak sempurna dan minder berada di lingkungan sosial, takut bahwa bentuk tubuh tidak sesuai dengan yang diharapkan.

Penelitian tentang *body image* dengan kepercayaan diri pernah dilakukan oleh Andiyati (2016) dengan judul Hubungan Antara *body image* Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Di SMA Negeri 2 Bantul, bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas X SMA N 2 Bantul. Penelitian lain dilakukan oleh Wiranatha & Supriyadi (2015) dengan judul Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan diri pada siswa SMA di Kota Pekanbaru, hasilnya menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada siswa SMA di kota Pekanbaru. Penelitian lain juga dilakukan oleh Tafdhilla dan Chania (2020) sditemukan bahwa adanya hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri di MA Salibul Hasanah yaitu, tingkat *body image* remaja putri berada pada kategori tinggi. Selanjutnya pada penelitian dilakukan oleh Ramadhani (2017) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan *body image* dengan kepercayaan diri putri di MTS Muhammadiyah Lakitan Kabupaten Pesisir Selatan.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Pada Siswi Kelas XII Jurusan Perhotelan SMKN 9 Padang”.



## **B. Rumusan Masalah**

Bersadarkan latar belakang masalah yang dijabarkan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara *Body Image* dengan kepercayaan diri pada siswi kelas XI jurusan perhotelan SMKN 9 Padang?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan pada penelitian ini yang hendak dicapai adalah untuk mengetahui ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada siswi kelas XI jurusan perhotelan SMKN 9 Padang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan perkembangan ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi sosial.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Subjek Penelitian**

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi para pembaca, terutama perempuan, untuk mengembangkan apresiasi terhadap tubuh dan sumbangan informasi unuk siswa perempuan dalam mengetahui hubungan *body image* dengan kepercayaan diri.

#### **b. Bagi Sekolah**

Penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan yang berharga kepada sekolah mengenai dampak *body image* terhadap ketidakpercayaan diri yang dialami oleh siswa perempuan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengingat bagi sekolah untuk melihat siswanya tidak bersikap negatif dan lebih mencintai diri sendiri.

**c. Bagi Peneliti selanjutnya**

Dapat digunakan sebagai informasi tambahan, pengetahuan, dan referensi yang bisa dijadikan perbandingan mengenai hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri.