

## **Bab 1 Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Fase remaja disebut dengan usia kritis yaitu fase periode perpindahan dari fase usia kanak-kanak ke fase masa dewasa (Santrock, 2010). Fase ini mengalami banyak transisi atau perubahan dalam diri seorang remaja yaitu sosioemosional, kognitif dan biologis. Aspek biologis pada perubahan yang terjadi yaitu perubahan hormon, kematangan organ reproduksi dan perubahan fisik. Secara fisik, remaja mengalami perubahan yang tak hanya dirasakan oleh individu itu sendiri namun dapat dilihat oleh orang lain seperti tinggi badan, proporsi tubuh, berat badan dan hingga perubahan anggota wajah.

Masa transisi remaja biasanya terjadi pada rentang usia 10-13 tahun dan berakhir pada rentang usia sekitar 18-22 tahun (Santrock, 2010). Menurut Kemendikbud (2020) mahasiswa dapat digolongkan pada tahap perkembangan masa transisi yaitu masa perpindahan dari remaja akhir hingga dewasa awal. Rentang usia tersebut merupakan masa-masa penentu dalam kesuksesan kehidupan seseorang yang tidak dapat disepelekan.

Fase seseorang yang telah lulus SMA kemudian meneruskan pendidikan ke jenjang kuliah disebut dengan mahasiswa baru. Mahasiswa baru setiap tahunnya mengalami peningkatan, menurut Kemendikbudristek dan Kemenag (2023) jumlah mahasiswa di Indonesia berjumlah 9,32 juta orang per 2022. Jumlah tersebut naik sebesar 4,02% dibandingkan tahun sebelumnya yaitu 8,96 juta orang. Tak hanya mengalami transisi perkembangan biologis namun mahasiswa baru dituntut untuk dapat beradaptasi dengan tugas dan perannya sebagai mahasiswa. Menurut Kemendikbud (2023) mahasiswa berperan penting dalam masyarakat. Melalui berbagai aktivitas, mahasiswa berperan penting mengajak masyarakat untuk memiliki kesadaran bersama

akan pentingnya menghargai perbedaan dan membangun kesadaran akan pentingnya moderasi keberagaman.

Mahasiswa baru tentu saja mengalami perubahan lingkungan dari SMA ke lingkungan perkuliahan dimana mereka harus beradaptasi kembali dengan teman-teman baru. Adaptasi dengan orang baru tentu membutuhkan kepercayaan diri untuk memulainya, hal ini dimulai dengan pandangan diri seseorang terlebih dahulu terhadap dirinya sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Novianti & Merida (2021) menyatakan bahwa sebanyak 17,65 % mahasiswi merasa puas akan bentuk tubuhnya, sedangkan yang tidak merasa puas terhadap tubuhnya sendiri sebanyak 82,35%. Hal ini dapat disimpulkan seseorang yang tidak puas akan bentuk tubuhnya sendiri lebih mendominasi daripada yang puas terhadap bentuk tubuhnya.

Anak muda atau remaja menganggap bahwa daya tarik fisik merupakan suatu hal yang penting dalam menjalankan kehidupan dan mereka merasa kurang puas dengan bentuk tubuh mereka sendiri terlebih bagi wanita (Denich & Ifdil, 2015). Penelitian yang dilakukan (Hasmalawati, 2017) menunjukkan bahwa citra tubuh mahasiswi berpengaruh terhadap penerimaan dirinya. Menurut Cash dan Pruzinsky dalam Aritonang & Refaniel (2022) citra tubuh terutama pada remaja putri merupakan satu hal yang penting dikarenakan pada fase usia remaja ini individu mengalami perubahan psikis maupun perubahan fisik. Perubahan ini menghasilkan suatu respon tertentu bagi remaja putri yaitu berupa tingkah laku dimana mereka akan sangat memperhatikan perubahan bentuk tubuhnya. Seiring dengan pendapat Honigam dan Castle (1990), citra tubuh ini merupakan penilaian aspek fisik individu, seperti ukuran tubuh dan aspek-aspek tubuh lain yang berhubungan dengan penampilan.

Citra tubuh menurut Cash dalam Samosir & Sawitri (2015) merupakan penilaian individu terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya. Seseorang mempunyai persepsi dan penilaian atas apa yang dirasakan dan dipikirkan terhadap bentuk dan ukuran tubuh. Citra tubuh dinilai oleh diri individu sendiri. Seseorang dengan citra tubuh positif akan merasa puas dengan bentuk dan ukuran tubuhnya. Mereka akan merasa puas, menerima segala kekurangan dari tubuhnya. Sebaliknya seseorang yang tidak merasa puas akan bentuk tubuhnya maka memiliki citra tubuh negatif. Ketidakmampuan menerima keadaan tubuh ini, akan menghambat perkembangan dan kemampuan interpersonal yang berperan membangun hubungan positif dengan orang lain.

Citra tubuh seseorang telah mengalami perubahan standar yang dipengaruhi kemajuan teknologi mengenai standar tubuh ideal. Hal ini yang menyebabkan wanita di seluruh bagian dunia menjadikan perubahan tersebut sebagai standar tubuh idealnya. Ferron (1997) dan Hernita (2006) dalam Wiranatha & Supriyadi (2015) menyatakan bahwa remaja putri menjadikan standar tubuh ideal berdasarkan pengetahuan media yang kini makin mudah diakses. Remaja putri terus mengidentifikasi standar bentuk tubuh mereka sebagaimana yang digambarkan di media dan membuat penilaian sendiri akan keadaan fisiknya.

Kepercayaan diri menurut Lauster (2003) dalam Abraham (2014) kepercayaan diri merupakan sikap atau suatu keyakinan seseorang atas kemampuan dirinya sendiri, dalam menjalani tindakan tertentu tidak merasa terlalu cemas dalam melakukan sesuatu, merasa bebas dan tidak terbebani oleh hal lain dalam melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan, memiliki dorongan berprestasi dan dapat mengenal kelebihan dan kekurangan dirinya sendiri.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam kepribadian remaja pada usia perkembangan. Individu yang memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya serta

mengembangkan kemampuan positif dari dirinya akan menganggap kepercayaan diri merupakan suatu aspek yang penting dalam menjalankan kehidupan. Kepercayaan diri sangat berperan dalam proses kehidupan seseorang, apabila seseorang memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka akan timbul motivasi untuk menjalankan hidupnya. Seseorang dapat meningkatkan kreativitas dirinya dan berani dalam mengambil keputusan. Kepercayaan diri juga merupakan salah satu faktor utama keberhasilan seseorang untuk menjalani hidup dengan percaya diri dan bahagia (Arsyila & Santoso, 2019).

Citra tubuh dan kepercayaan diri merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan dalam diri seseorang terutama mahasiswa yang berada dalam rentang usia transisi yang mengalami banyak perubahan dan perkembangan dalam diri sehingga dapat memiliki pengaruh terhadap keberhasilan mahasiswa dalam tujuan utama mereka dalam menuntut ilmu baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Hal ini terjadi pula pada mahasiswi baru *mahad al-jami'ah* yang akan menjalankan kehidupannya selama satu tahun di asrama. Budaya di asrama tentu saja berbeda dengan budaya di rumah, yang mana seseorang akan memiliki hubungan interpersonal dengan banyak orang dengan rata-rata memiliki usia yang sama. Pola Pendidikan di asrama merupakan wadah untuk membentuk kepribadian menuju kematangan diri sebagai makhluk sosial.

*Mahad al-jami'ah* merupakan asrama di UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang diperuntukkan bagi mahasiswa dan mahasiswi baru yang berminat untuk tinggal di asrama. Santri *mahad-al-jamiah* berasal dari daerah-daerah yang tersebar diseluruh Indonesia hingga diluar dari Indonesia. *Mahad al-jami'ah* berdiri pada tahun 2010. Visi misi *mahad al-jami'ah* UIN Bandung yaitu menciptakan mahasiswa yang *ulil al-albab*, unggul berbahasa, serta berakhlak mulia. Kegiatan pembelajaran yang dilakukan dalam bidang akademik dan *non*

akademik. Seperti Program kebahasaan, kesenian, dan bidang olahraga. Diantaranya yaitu *muhadhoroh, hadroh, nasyid* dan masih banyak lagi. Selain itu, *mahad al-jami'ah* juga mewajibkan santriwan santriwatinya untuk berpakaian sesuai dengan syariat islam. Terutama santriwati yang biasanya lebih memperhatikan penampilannya dalam berpakaian. Kegiatan sehari-hari yang tentu saja selalu berhubungan dengan banyak orang tentu saja membutuhkan kepercayaan diri yang tinggi. Hal ini mempengaruhi mereka dalam kebebasan berekspresi yang berhubungan terhadap kualitas prestasi, baik dalam bidang akademik maupun *non* akademik.

Hasil studi awal yang dilakukan peneliti terhadap 30 orang santriwati *mahad al-jami'ah* UIN bandung menggunakan metode kuesioner menyatakan bahwa 33,3% dari mereka *insecure* terhadap berat badannya, 36,7% tidak percaya diri dalam berpakaian apabila mereka terlalu gemuk atau terlalu kurus. Hal ini juga berpengaruh terhadap proses pencapaian prestasi dalam dunia perkuliahan pada umumnya belajar menggunakan metode presentasi didepan umum. Hasil studi awal dan penelitian diatas terdapat permasalahan terhadap pandangan mereka terhadap tubuhnya dan kepercayaan diri seseorang yang citra tubuh mempunyai pengaruh terhadap motivasi mereka dalam mencapai motivasi beprestasi.

Seseorang dalam mencapai prestasinya memerlukan motivasi untuk mencapai tujuannya, individu tersebut akan melakukan usaha dan mewujudkannya dengan belajar dan mereka akan menghadapi berbagai rintangan dengan segala usaha mereka untuk mencapai hasil prestasi yang mereka inginkan. Hal ini sesuai dengan pendapat McClelland (1975) dalam (Sujarwo, 2008) menyatakan bahwa motivasi yang akan mendukung individu dalam meraih kesuksesannya, dan bertujuan untuk mencapai hasil dalam kompetisi dengan beberapa standar keunggulan disebut dengan motivasi berprestasi.

Motivasi berprestasi berfungsi cukup besar dalam mencapai hasil belajar seseorang agar optimal, motivasi akan membuat seseorang berusaha semakin besar untuk memenuhi standar prestasi yang akan mereka capai. Motivasi berprestasi menjadi pendorong bagi seseorang untuk mencapai prestasi yang lebih baik dari sebelumnya, tinggi atau rendahnya usaha seseorang dalam mencapai prestasinya tergantung pada motivasi berprestasi yang ada dalam diri individu tersebut. Untuk meningkatkan motivasi dalam mencapai keberhasilan ini tentu saja dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal menurut (Harahap et al., 2021) faktor internal tersebut antara lain, aspek fisiologis dan aspek psikologis antara lain intelegensi, sikap, minat, bakat, dan motivasi. Sedangkan faktor eksternal yaitu berasal dari lingkungan sosial meliputi keluarga, teman sebaya, guru, dan masyarakat.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti melihat kekhasan mahasiswi santri mahad yang belum pernah peneliti temukan dari penelitian lainnya. Peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai Pengaruh Citra Tubuh dan Kepercayaan diri terhadap Motivasi Berprestasi (Studi pada Santriwati di *Mahad al-jami'ah* UIN Sunan Gunung Djati Bandung).

### **Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang dapat ditarik berdasarkan latar belakang yang telah dicantumkan diatas yaitu:

1. Bagaimana pengaruh citra tubuh terhadap motivasi berprestasi pada santriwati di *Mahad al-jami'ah* UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Bagaimana pengaruh kepercayaan diri terhadap motivasi berprestasi berprestasi pada santriwati di *Mahad al-jami'ah* UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

3. Bagaimana pengaruh Citra Tubuh dan Kepercayaan diri terhadap Motivasi Berprestasi pada Santriwati di *Mahad al-jami'ah* UIN Sunan Gunung Djati Bandung?  
“.

### **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan serangkaian rumusan masalah yang telah dicantumkan diatas, maka tujuan yang ingin diperoleh dari penelitian ini yaitu;

1. Untuk mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap Motivasi Berprestasi pada santriwati di *mahad al-jami'ah* UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
2. Untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap motivasi berprestasi pada santriwati di *mahad al-jami'ah* UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
3. Untuk mengetahui pengaruh citra tubuh dan kepercayaan diri terhadap motivasi berprestasi pada santriwati di *mahad al-jami'ah* UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

### **Kegunaan Penelitian**

Secara umum, penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi bidang psikologi sosial, psikologi klinis, dan psikologi perkembangan, dan psikologi Pendidikan.

#### ***Kegunaan Teoretis***

Peneliti berharap dalam penelitian ini mampu berkontribusi di bidang psikologi perkembangan, psikologi sosial, psikologi klinis, dan psikologi pendidikan untuk menambah pengetahuan terhadap citra tubuh, Kepercayaan diri, dan motivasi berprestasi.

## ***Kegunaan Praktis***

Secara umum penelitian ini diharapkan mampu memberikan kegunaan praktis:

### 1. Santriwati

Menambah wawasan pengetahuan mengenai pengaruh citra tubuh dan kepercayaan diri serta motivasi berprestasi terhadap santriwati yang ada di *mahad al-jami'ah* UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

### 2. Peneliti

Memberikan pengetahuan yang tepat mengenai pengaruh citra tubuh dan kepercayaan diri terhadap motivasi berprestasi.

### 3. Masyarakat

Memberikan pemahaman yang lebih praktis berkenaan bahwa citra tubuh menjadi bagian yang *urgent* dalam meningkatkan kepercayaan diri bagi putrinya yang bisa memberikan motivasi berprestasi yang lebih tinggi.