


## Hubungan Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Nusa Cendana

Mensiani Regeniati Nalenan<sup>1\*</sup>, Mernon Yerlinda Carlista Mage<sup>2</sup>, Mardiana Artati<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Nusa Cendana, Naikoten I, Kota Kupang, 85228, Nusa Tenggara Timur  
E-mail: [mensianiregeniatinalenan@gmail.com](mailto:mensianiregeniatinalenan@gmail.com)

\*Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3957>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 20 November 2025

Revised: 26 November 2025

Accepted: 17 Desember 2025

#### Kata Kunci:

citra tubuh, kepercayaan diri, mahasiswa kedokteran, body image, self-confidence

#### Keywords

body image, self-confidence, medical students, body image, self-confidence



### ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Nusa Cendana angkatan 2024. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 119 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data citra tubuh dikumpulkan menggunakan Skala Citra Tubuh (35 aitem;  $\alpha = 0,938$ ), sedangkan kepercayaan diri diukur menggunakan Skala Kepercayaan Diri (21 aitem;  $\alpha = 0,854$ ). Uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal, namun uji linearitas mengindikasikan adanya pelanggaran asumsi linearitas sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji korelasi Spearman's rho. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh dan kepercayaan diri ( $r_s = 0,48$ ;  $p < 0,01$ ), yang berarti semakin positif citra tubuh mahasiswa maka semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya. Deskripsi data menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki citra tubuh pada kategori sedang hingga tinggi, serta kepercayaan diri pada kategori tinggi hingga sangat tinggi. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan citra tubuh positif dalam mendukung perkembangan kepercayaan diri mahasiswa kedokteran, terutama dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial selama masa studi.

This study aims to examine the relationship between body image and self-confidence among students of the Medical Program at Nusa Cendana University, class of 2024. The research employed a quantitative approach with a correlational design. A total of 119 students participated, selected through a total sampling technique. Body image was measured using the Body Image Scale (35 items;  $\alpha = 0.938$ ), while self-confidence was assessed using the Self-Confidence Scale (21 items;  $\alpha = 0.854$ ). Normality tests indicated that both variables were normally distributed; however, the linearity test showed a violation of the linearity assumption, leading the analysis to employ Spearman's rho correlation. The results revealed a positive and significant relationship between body image and self-confidence ( $r_s = 0.48$ ;  $p < 0.01$ ), indicating that the more positive the students' body image, the higher their level of self-confidence. Descriptive data also showed that most students had body image levels within the moderate to high categories, as well as self-confidence levels within the high to very high categories. Thus, this study highlights the importance of fostering positive body image to support the development of self-confidence among medical students, particularly in navigating academic and social demands.



This is an open ccess article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

**How to Cite:** Mensiani Regeniati Nalenan, et al (2025) Hubungan Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Nusa Cendana, 4(2) 13574-13579  
<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3957>

## PENDAHULUAN

Citra tubuh merupakan aspek penting dalam pembentukan konsep diri dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa, terutama pada masa remaja akhir hingga dewasa awal yang sensitif terhadap penilaian fisik (Cash & Pruzinsky, 2002). Pada tahap ini, individu mulai membangun identitas dan menilai kemampuan sosial berdasarkan penerimaan terhadap tubuhnya (Tylka & Wood-Barcalow, 2015). Kepercayaan diri menurut Lauster merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan diri dalam menghadapi berbagai situasi, yang tampak melalui keberanian, ketegasan, dan kemandirian dalam mengambil keputusan (Lauster, 1978). Penelitian Hastuti, Eva, dan Sri (2017) menunjukkan bahwa citra tubuh negatif dapat menurunkan harga diri dan kepercayaan diri. Hal ini sejalan dengan temuan Aliffia (2016) bahwa individu yang tidak puas dengan tubuhnya cenderung mengalami rasa kurang percaya diri dalam situasi sosial maupun akademik. Pada mahasiswa kedokteran, citra tubuh memiliki urgensi lebih tinggi karena mereka berada dalam lingkungan akademik yang menuntut profesionalitas serta kesiapan mental. Penelitian Smith dan Peterson (2018) mengungkapkan bahwa mahasiswa kedokteran dengan citra tubuh positif menunjukkan kepercayaan diri lebih tinggi dalam menjalankan tugas klinis. Pernyataan ini diperkuat oleh Dakanalisis dkk. (2020) yang menjelaskan bahwa persepsi tubuh yang sehat dapat mendukung kestabilan emosi dan kemampuan komunikasi, sehingga berdampak pada performa akademik dan kesiapan profesional mahasiswa. Selain faktor internal, tekanan dari media sosial dan budaya populer turut memengaruhi bagaimana mahasiswa menilai tubuh mereka (Ramdhany & Hakim, 2021). Tekanan tersebut dapat menimbulkan perbandingan sosial, perasaan minder, dan penurunan kepercayaan diri (Libing, Lerik, & Killing, 2021). Bahkan, penelitian Khairunnisa dkk. (2022) menunjukkan bahwa citra tubuh negatif berhubungan dengan meningkatnya stres akademik, yang pada akhirnya dapat menurunkan rasa percaya diri mahasiswa.

Kondisi ini menunjukkan bahwa penelitian mengenai hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa kedokteran memiliki relevansi yang kuat dan diperlukan untuk memahami kesejahteraan psikologis mereka. Namun, penelitian mengenai topik ini di Indonesia masih terbatas, terutama pada mahasiswa kedokteran. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada mahasiswa umum atau remaja (Ratnasari, 2017; Dianningrum, 2021; Saputri, 2023), sehingga belum menggambarkan kondisi mahasiswa kedokteran yang memiliki tuntutan akademik dan klinis lebih kompleks. Berdasarkan kebutuhan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa kedokteran angkatan 2024 Universitas Nusa Cendana. Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat teoretis bagi pengembangan ilmu psikologi serta manfaat praktis dalam merancang program penguatan citra tubuh positif dan peningkatan kepercayaan diri mahasiswa.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional yang bertujuan menguji hubungan antara citra tubuh sebagai variabel bebas dan kepercayaan diri sebagai variabel terikat. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 25–26 September 2025 bertempat di Gedung ICT Center Universitas Nusa Cendana, yang sementara menjadi lokasi perkuliahan mahasiswa kedokteran angkatan 2024. Target penelitian ini adalah mahasiswa kedokteran angkatan 2024 yang berada dalam tahap perkembangan remaja akhir menuju dewasa awal, sehingga relevan untuk dikaji terkait citra tubuh dan kepercayaan diri. Subjek penelitian mencakup seluruh 119 mahasiswa aktif angkatan tersebut, dan teknik penentuan sampel menggunakan total sampling karena seluruh populasi memiliki karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian. Teknik ini memungkinkan seluruh anggota populasi berpartisipasi sehingga data yang diperoleh mencerminkan kondisi sebenarnya.

Instrumen yang digunakan terdiri dari skala citra tubuh yang disusun oleh Khairani, Hannan, dan Amalia (2023) berdasarkan teori Cash, yang setelah uji coba menghasilkan 35 aitem valid dengan reliabilitas Cronbach's Alpha 0,938, serta skala kepercayaan diri yang dikembangkan oleh Dianningrum

dan Satwika (2021) berdasarkan aspek Lauster, terdiri atas 21 aitem dengan reliabilitas 0,854. Kedua skala ini mengukur data kuantitatif berupa skor respons partisipan terhadap berbagai pernyataan terkait persepsi tubuh dan tingkat kepercayaan diri.

Data dikumpulkan sepenuhnya menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban, kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum dianalisis menggunakan program SPSS versi 25. Tahapan analisis diawali dengan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk untuk memastikan apakah data berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan uji linearitas melalui ANOVA for Linearity untuk memastikan bahwa hubungan kedua variabel bersifat linier. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment apabila data berdistribusi normal, tetapi apabila data tidak normal maka digunakan Spearman Rank Correlation sebagai alternatif. Hasil analisis korelasi kemudian diinterpretasikan untuk melihat arah hubungan serta tingkat kekuatan hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa kedokteran angkatan 2024 Universitas Nusa Cendana.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menyajikan gambaran statistik deskriptif mengenai citra tubuh dan kepercayaan diri mahasiswa kedokteran angkatan 2024 Universitas Nusa Cendana, serta hasil analisis korelasi untuk mengetahui hubungan di antara kedua variabel tersebut. Berdasarkan pengolahan data terhadap 119 responden, rata-rata skor citra tubuh berada pada nilai 105,45 yang termasuk kategori sedang, sedangkan rata-rata skor kepercayaan diri sebesar 70,39 yang juga berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki persepsi tubuh dan tingkat kepercayaan diri yang tidak terlalu rendah namun belum mencapai kategori tinggi.

Tabel 1. *Statistik Deskriptif Variabel Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri*

Variabel	N	Mean	SD	Min	Maks	Kategori
Citra Tubuh	119	105,45	10,265	71	126	Sedang
Kepercayaan Diri	119	70,39	7,854	51	87	Sedang

Tabel ini menunjukkan bahwa persebaran skor citra tubuh cukup bervariasi dengan rentang 71 sampai 126, sedangkan persebaran skor kepercayaan diri berada pada rentang 51 sampai 87. Variasi ini mencerminkan adanya perbedaan persepsi tubuh maupun keyakinan diri antar mahasiswa, yang dapat dipengaruhi karakteristik individual maupun tuntutan akademik pendidikan kedokteran. Skor kategori sedang pada kedua variabel mengindikasikan bahwa mahasiswa secara umum memiliki tingkat kepercayaan diri dan citra tubuh yang berada di titik moderat, tidak ekstrem rendah maupun tinggi.

Tabel 2. *Hasil Uji Normalitas*

Variabel	Statistik	df	Sig.
Citra Tubuh	0,980	119	0,069
Kepercayaan Diri	0,989	119	0,449

Berdasarkan hasil uji normalitas Shapiro–Wilk, variabel citra tubuh memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,069, sedangkan variabel kepercayaan diri memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,449. Kedua nilai tersebut lebih besar dari batas signifikansi  $p > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal.

Tabel 3. *Tabel ANOVA*

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Citra Tubuh	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	9027,658	53	170,333	2,613	,000
		<i>Linearity</i>	2631,888	1	2631,888	40,373	,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	6395,770	52	122,996	1,887	,008
	<i>Within Groups</i>		4237,267	65	65,189		

Total 13264,924 118

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa nilai Sig. Linearity = 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan signifikan antara variabel citra tubuh dan kepercayaan diri. Namun, nilai Sig. Deviation from Linearity = 0,008 ( $p < 0,05$ ) menunjukkan bahwa pola hubungan kedua variabel tidak sepenuhnya linear. Dengan demikian, meskipun terdapat hubungan, asumsi linearitas untuk korelasi parametrik Pearson tidak terpenuhi sepenuhnya. Karena adanya pelanggaran linearitas ini, analisis hipotesis dalam penelitian dilanjutkan menggunakan korelasi non-parametrik Spearman's rho, yang lebih sesuai untuk hubungan yang tidak sepenuhnya linear.

Tabel 3. Uji Hipotesis

		Correlations		
			CT	KP
Spearman's rho	CT	Correlation Coefficient	1,000	,482**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	119	119
	KP	Correlation Coefficient	,482**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	119	119

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil analisis korelasi Spearman's rho menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara *citra tubuh* dan *kepercayaan diri* adalah  $r = 0,482$  dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel. Artinya, semakin positif citra tubuh yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan dirinya. Besarnya korelasi berada pada kategori sedang (moderate correlation), sehingga dapat dinyatakan bahwa citra tubuh memberikan kontribusi psikologis yang bermakna terhadap pembentukan kepercayaan diri mahasiswa kedokteran angkatan 2024 Universitas Nusa Cendana.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa citra tubuh dan kepercayaan diri mahasiswa kedokteran angkatan 2024 Universitas Nusa Cendana berada pada kategori sedang. Rata-rata skor citra tubuh sebesar 105,45 mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki persepsi yang cukup positif terhadap kondisi fisiknya, meskipun belum mencapai tingkat yang sangat tinggi. Demikian pula, nilai rata-rata kepercayaan diri sebesar 70,39 berada dalam kategori sedang, menunjukkan bahwa mahasiswa cukup yakin dengan kemampuan dirinya namun belum mencapai level yang sangat kuat. Temuan ini sejalan dengan karakteristik umum mahasiswa kedokteran yang berada pada masa peralihan remaja akhir menuju dewasa awal, yaitu periode ketika persepsi diri dan stabilitas emosi sedang berkembang dan sensitif terhadap tuntutan akademik serta penilaian sosial. Persebaran skor pada kedua variabel juga menunjukkan adanya variasi yang bermakna, terlihat dari rentang skor citra tubuh (71–126) dan rentang skor kepercayaan diri (51–87). Variasi ini menggambarkan bahwa tidak semua mahasiswa merasakan tingkat kenyamanan diri atau keyakinan diri yang sama. Mahasiswa yang memiliki beban akademik lebih tinggi, tingkat stres lebih besar, atau tuntutan lingkungan yang lebih intens dapat mengalami fluktuasi dalam cara mereka menilai tubuh maupun kemampuan diri. Dalam konteks pendidikan kedokteran, tekanan akademik yang tinggi, kompetisi antar mahasiswa, serta tuntutan standar profesional dapat memengaruhi stabilitas kepercayaan diri dan citra tubuh mahasiswa.

Berdasarkan uji normalitas, kedua variabel berdistribusi normal yang berarti data memenuhi salah satu asumsi dasar untuk analisis statistik. Namun, hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri tidak sepenuhnya linear, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai *Deviation from Linearity* yang signifikan. Hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan citra tubuh tidak selalu berbanding lurus dengan peningkatan kepercayaan diri. Dengan kata lain, terdapat kemungkinan bahwa faktor lain, seperti dukungan sosial, resiliensi, pengalaman akademik, dan kondisi emosional, juga berperan dalam menentukan kepercayaan diri mahasiswa. Oleh karena asumsi linearitas tidak terpenuhi, penelitian ini menggunakan uji korelasi non-parametrik Spearman's rho sebagai metode analisis hubungan antarvariabel.

Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dan kepercayaan diri dengan koefisien korelasi sebesar 0,482. Besarnya koefisien ini berada pada kategori sedang, yang berarti bahwa citra tubuh memberikan kontribusi cukup kuat terhadap pembentukan kepercayaan diri mahasiswa, tetapi bukan satu-satunya faktor penentu. Temuan ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa persepsi positif terhadap tubuh menjadi bagian penting dari konsep diri, sehingga individu yang merasa puas terhadap kondisi fisiknya akan lebih mudah mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan dan nilai dirinya. Sebaliknya, persepsi negatif terhadap tubuh dapat menurunkan keyakinan diri, memicu kecemasan sosial, serta menghambat partisipasi dalam aktivitas akademik maupun sosial.

Dalam konteks mahasiswa kedokteran, citra tubuh dapat dipengaruhi oleh paparan terhadap standar kesehatan ideal, tuntutan untuk tampil profesional, serta interaksi sosial yang intens. Mahasiswa yang memiliki citra tubuh positif cenderung lebih yakin untuk tampil, berkomunikasi, dan berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran seperti presentasi klinis atau diskusi kelompok. Kepercayaan diri yang lebih tinggi ini kemudian dapat berdampak pada performa akademik, kemampuan klinis, dan kesiapan menghadapi lingkungan kerja medis yang penuh tekanan. Oleh karena itu, hubungan yang ditemukan dalam penelitian ini menegaskan pentingnya memperhatikan faktor-faktor psikologis seperti citra tubuh dalam pengembangan karakter dan kompetensi mahasiswa kedokteran. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa citra tubuh yang lebih positif berhubungan dengan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, meskipun hubungan ini tidak sepenuhnya linear dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain. Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi institusi pendidikan kedokteran untuk menyediakan dukungan psikologis, program peningkatan kesejahteraan mahasiswa, serta lingkungan belajar yang sehat agar mahasiswa dapat mengembangkan citra diri dan kepercayaan diri secara optimal.

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa citra tubuh dan kepercayaan diri mahasiswa kedokteran angkatan 2024 Universitas Nusa Cendana berada pada kategori sedang, dengan rata-rata skor citra tubuh sebesar 105,45 dan skor kepercayaan diri sebesar 70,39, yang mencerminkan persepsi diri dan keyakinan diri yang moderat namun belum mencapai tingkat tinggi. Uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal, tetapi uji linearitas mengindikasikan bahwa hubungan antara keduanya tidak sepenuhnya linear, sehingga analisis hipotesis dilakukan menggunakan korelasi Spearman's rho. Hasil korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dan kepercayaan diri ( $r = 0,482$ ;  $p = 0,000$ ), yang berarti bahwa semakin positif citra tubuh mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan dirinya. Temuan ini menegaskan bahwa citra tubuh berperan penting dalam pembentukan kepercayaan diri mahasiswa, meskipun hubungan tersebut berada pada kategori sedang dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain dalam lingkungan pendidikan kedokteran.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada para dosen yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan berharga selama proses penelitian ini berlangsung. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada teman-teman yang senantiasa memberikan bantuan dan motivasi, serta keluarga yang selalu memberikan dukungan, doa, dan semangat tanpa henti. Berkat kontribusi dan dukungan dari semua pihak tersebut, penelitian dan penyusunan artikel ini dapat diselesaikan dengan baik.

### REFERENSI

- Aliffia, N. (2016). *Citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja*. Jurnal Psikologi Indonesia, 5(2), 120–130.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Dakanalis, A., Clerici, M., Bartoli, F., Caslini, M., Crocamo, C., Riva, G., & Carra, G. (2020). *Body image and psychological functioning in medical students*. Journal of Behavioral Health, 9(1), 22–30.
- Dianningrum, S. R. (2021). *Hubungan antara harga diri dan kepercayaan diri pada mahasiswa*. Jurnal Psikologi Terapan, 11(1), 45–55.
- Dianningrum, S. R., & Satwika, D. (2021). *Penyusunan skala kepercayaan diri berdasarkan aspek Lauster*. Jurnal Psikometrika, 14(2), 90–101.
- Hastuti, L., Eva, N., & Sri, W. (2017). *Pengaruh citra tubuh terhadap harga diri dan kepercayaan diri remaja*. Jurnal Konseling Indonesia, 9(1), 55–63.
- Khairani, M., Hannan, M., & Amalia, R. (2023). *Pengembangan skala citra tubuh berdasarkan teori Cash*. Jurnal Psikologi Klinis Indonesia, 12(2), 134–146.
- Khairunnisa, N., Pratiwi, D., & Rahma, S. (2022). *Citra tubuh, stres akademik, dan kepercayaan diri mahasiswa*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, 8(1), 27–36.
- Lauster, P. (1978). *Personality: Structure and development*. Washington Square Press.
- Libing, A., Lerik, M., & Killing, I. (2021). *Pengaruh perbandingan sosial melalui media digital terhadap kepercayaan diri mahasiswa*. Jurnal Komunikasi dan Media, 5(2), 76–84.
- Ramdhany, M., & Hakim, L. (2021). *Media sosial, standar kecantikan, dan citra tubuh mahasiswa*. Jurnal Sosiologi Modern, 10(3), 145–159.
- Ratnasari, A. (2017). *Citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa perempuan*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 13(2), 98–108.
- Saputri, F. (2023). *Hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja akhir*. Jurnal Psikologi Indonesia, 18(1), 61–70.
- Smith, R., & Peterson, L. (2018). *Body image and self-confidence among medical students*. Medical Education Review, 52(4), 302–310.
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). *The body appreciation scale–2: Development and evaluation*. Body Image, 12, 53–67.