

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian dijalankan di Sekolah Tinggi Ilmu Al-Qur'an (STIQ) Amuntai yang lokasinya di jalan Rakha Pakapuran rt. 03 kecamatan Amuntai Utara kabupaten Hulu Sungai Utara Kalimantan Selatan. Perguruan tinggi ini didirikan pada tahun 2000 dengan latar belakang ide dari Drs. H. Suchailin Muchtar, Bupati Hulu Sungai Utara. Ide tersebut muncul saat acara MTQ (Musabaqah Tilawatil Qur'an) ke XXI tingkat provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2000. Didirikannya STIQ Amuntai, diharapkan perguruan tinggi ini dapat menjadi wadah untuk mengembangkan dan mensosialisasikan ilmu-ilmu Al-Qur'an.

Pimpinan Yayasan Pondok Pesantren Rakha Amuntai, Gubernur Kalimantan Selatan, dan Ketua DPRD Hulu Sungai Utara hadir untuk membuka STIQ Amuntai secara resmi pada tanggal 2 Oktober 2000. Prof. Dr. Said Agil As-Segaf Al-Munawar, MA, seorang Guru Besar di Perguruan Tinggi Ilmu Al-Qur'an (PTIQ) Jakarta, memberikan kuliah pertama. Empat puluh delapan mahasiswa baru dan semua staf Pemerintah Daerah Hulu Sungai Utara menghadiri kuliah pertama. Pada awalnya, STIQ Amuntai cuma punya satu program studi, yaitu Pendidikan Bahasa Arab

(PBA). Kini, ditambah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI).

Visi, misi, dan tujuan STIQ Amuntai adalah sebagai berikut:

a. Visi

Menjadi sekolah tinggi Ilmu Al-Qur'an yang terdepan dalam melakukan pengembangan Ilmu Al-Qur'an dan pemahaman Al-Qur'an sebagai dasar utama ajaran Islam.

b. Misi

- 1) Menyelenggarakan pendidikan melalui program studi dalam bidang Ilmu Al-Qur'an.
- 2) Menghasilkan sarjana dalam bidang Ilmu Al-Qur'an yang profesional, berwawasan global, dan Islami.
- 3) Menyiapkan tenaga dosen dan tenaga pendukung yang profesional sesuai kualifikasi untuk terlaksananya penyelenggaraan pendidikan tinggi yang menghasilkan lulusan sarjana Ilmu Al-Qur'an.
- 4) Mengembangkan kurikulum dengan pendekatan sistem dan memenuhi ilmu pengetahuan, sikap, serta keterampilan sesuai dengan perkembangan kebutuhan pasar tenaga kerja. Menyiapkan sarana dan prasarana proses belajar mengajar dengan strategi dan sistem pembelajaran yang modern dan Islami.

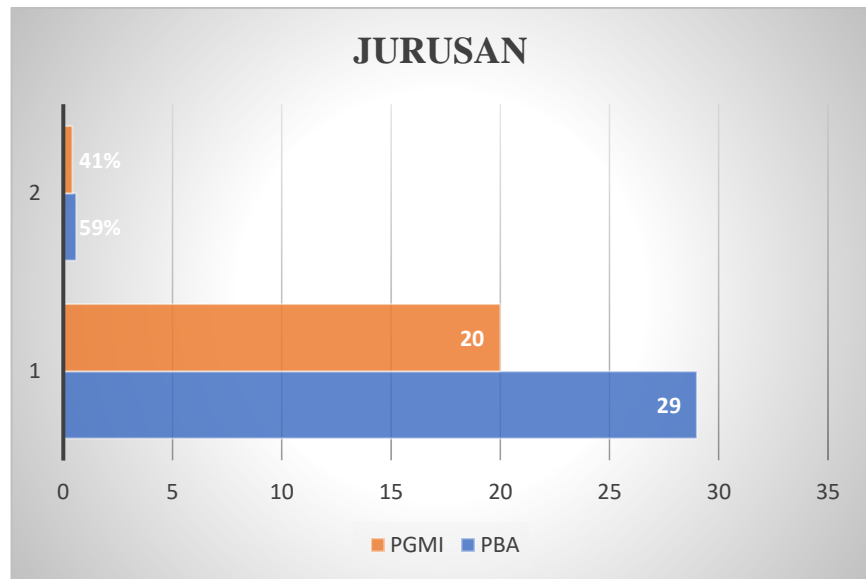
c. Tujuan

- 1) Menyiapkan/ mencetak peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik dan profesional yang dapat menerapkan, mengembangkan, dan mengamalkan ilmu pengetahuan dengan konsentrasi pada Al-Qur'an dan ilmu-ilmu yang terkandung di dalamnya.
- 2) Mengembangkan kekhususan (spesialisasi) di bidang Al-Qur'an yang meliputi tilawah (seni baca Al-Qur'an), tahfidz (hafalan), Qira'at tujuh Rasam, Khattil Qur'an/ kaligrafi (menulis indah Al-Qur'an), dan lain-lain.

2. Data Demografis Responden Penelitian

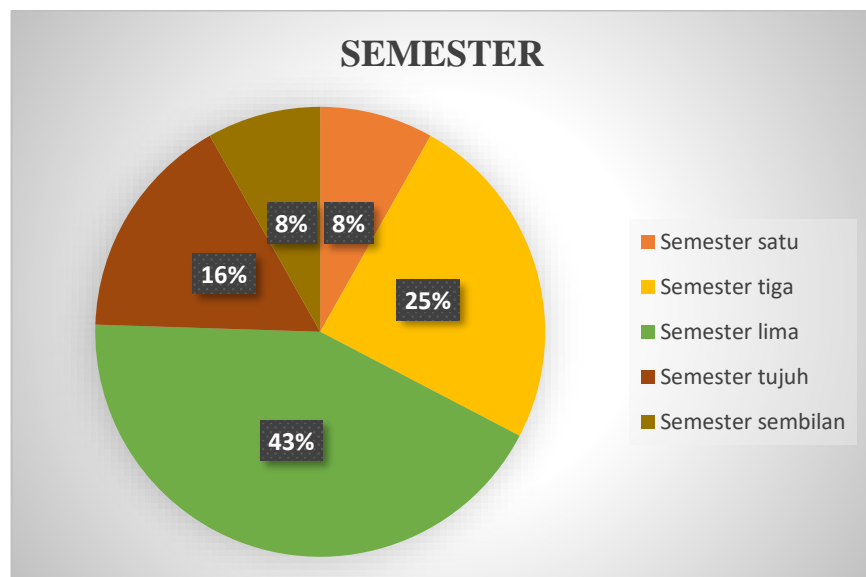
Empat puluh sembilan mahasiswi STIQ Amuntai adalah responden penelitian. Kriteria responden adalah aktif sebagai mahasiswa STIQ Amuntai, berjenis kelamin perempuan, dan menggunakan cadar.

Berdasarkan jurusan kuliah, responden dari jurusan PBA lebih banyak daripada responden dari jurusan PGMI. Responden dari jurusan PBA berjumlah 29 orang. Sedangkan responden dari jurusan PGMI berjumlah 20 orang.



Gambar 4. 1 Diagram responden berdasarkan jurusan kuliah

Saat pengambilan data, bertepatan dengan semester ganjil. Responden yang berada disemester lima lebih banyak dengan jumlah 21 orang. Semester dengan responden paling sedikit disemester satu dan sembilan dengan jumlah sama-sama 4 orang. Kemudian responden disemester tiga berjumlah 12 orang dan responden disemester tujuh 8 orang.



Gambar 4. 2 Diagram responden berdasarkan semester

3. Data Hasil Penelitian

Sebelum mengambil data di lapangan, terlebih dahulu peneliti menguji coba skala penelitian untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya. Penelitian dilakukan pada responden yang memenuhi kriteria yang sama dengan subjek penelitian. Adapun kriterianya adalah mahasiswa, perempuan, dan menggunakan cadar. Tempat uji coba dilakukan di Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin dengan 32 orang responden. Instrumen penelitian yang diuji coba hanya skala kebersyukuran dan skala kepercayaan diri. Untuk skala *body image* peneliti adaptasi dari Benny Windoko Setiawan dalam skripsinya yang berjudul Pengaruh antara *body image* dengan kepercayaan diri pada Remaja Awal. Sebelum melakukan uji coba, instrumen penelitian telah dinilai oleh dua orang *professional judgment*, yaitu oleh bapak Musfichin, S. Sos. I, MA dan ibu Yulia Hairina, M. Psi Psikolog. Keduanya merupakan dosen di jurusan Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin.

a. Uji validitas

Uji validitas ialah uji buat mengetahui seberapa akurat skala penelitian untuk menggali data dalam penelitian.¹ Skala dianggap valid dilihat dari nilai *pearson correlation* atau nilai *r* hitung setiap item. Bandingkan

¹ Paramita, Rizal, dan Sulistyan, *Metode Penelitian Kuantitatif: Buku Ajar Perkuliahan Metodologi Penelitian Bagi Mahasiswa Akuntansi & Manajemen*, 120.

dengan nilai r tabel. Jika nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel, maka item tersebut valid. Jika nilai r hitung kurang dari nilai r tabel, maka item tersebut tidak valid.²

Peneliti memakai aplikasi SPSS (*Statistical Packages for Social Sciences*) for Windows 26 version untuk melakukan uji validitas. Nilai *pearson correlation* nantinya akan dibandingkan dengan r tabel dengan $df = (N-2)$ dan probabilitas sebesar 0,05. Maka $df = (32-2) = 30$. Nilai N mengacu pada jumlah responden pada uji coba. Jadi, nilai r tabel dengan $df = 30$ dan probabilitas 0,05 ialah 0,296.

1) Skala kebersyukuran

Jumlah item pada skala kebersyukuran berjumlah 27 item. Setelah dilakukan uji validitas, didapatkan 2 item dinyatakan gugur dan 25 item dinyatakan valid. Item-item yang gugur berada di nomor 8 dan nomor 16. Nilai *pearson correlation* item nomor 8 dan nomor 16 lebih kecil dari nilai r tabel. Oleh karenanya dinyatakan gugur.

Tabel 4. 1 HASIL UJI VALIDITAS SKALA KEBERSYUKURAN

Item	r hitung	r tabel	Keterangan
1.	0,647	0,296	Valid
2.	0,445	0,296	Valid
3.	0,625	0,296	Valid
4.	0,484	0,296	Valid
5.	0,507	0,296	Valid
6.	0,432	0,296	Valid

² Budi Darma, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*, 1 ed. (GUEPEDIA, 2021), 7-8.

7.	0,551	0,296	Valid
8.	0,091	0,296	Tidak valid
9.	0,484	0,296	Valid
10.	0,569	0,296	Valid
11.	0,547	0,296	Valid
12.	0,640	0,296	Valid
13.	0,375	0,296	Valid
14.	0,442	0,296	Valid
15.	0,537	0,296	Valid
16.	0,240	0,296	Tidak valid
17.	0,564	0,296	Valid
18.	0,449	0,296	Valid
19.	0,350	0,296	Valid
20.	0,551	0,296	Valid
21.	0,738	0,296	Valid
22.	0,642	0,296	Valid
23.	0,586	0,296	Valid
24.	0,517	0,296	Valid
25.	0,306	0,296	Valid
26.	0,361	0,296	Valid
27.	0,468	0,296	Valid

Tabel 4. 2 *BLUE PRINT* SKALA KEBERSYUKURAN DAN SEBARAN ITEM YANG TELAH VALID

No.	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favo	Unfavo	
1.	Kebersyukuran dengan hati.	Menyadari sepenuhnya bahwa nikmat yang diperoleh semata-mata karena anugerah dan kemurahan hati dari Allah SWT.	1, 2, 5, 20, 27.	*8, 3.	7
		Menerima anugerah dengan penuh kerelaan.	4, 23.	10, 7, 6, 12, 15.	7
2.	Kebersyukuran dengan lisan.	Mengucapkan syukur.	9, 18, 24.	26.	4
		Memuji Allah SWT.	14, 17, 21.	11.	4
3.	Kebersyukuran dengan anggota-anggota tubuh.	Menjaga dan memanfaatkan nikmat dari Allah SWT.	19, 22, 25.	13.	4

		Merenungkan tujuan dianugerahkannya nikmat.	*16.	-	1
Total			17	10	27

Keterangan: *item yang gugur.

Jumlah item yang akan digunakan dalam penelitian adalah berjumlah 25 item dengan jumlah item *favorable* 16 dan jumlah item *unfavorable* 9.

2) Skala kepercayaan diri

Jumlah item dari skala kepercayaan diri berjumlah 18 item. Setelah uji validitas, tiga item dinyatakan gugur dan lima belas item dinyatakan valid. Item-item yang gugur berada di nomor 5, 9, dan 14. Nilai *pearson correlation* item nomor 5, 9, dan 14 lebih kecil dari nilai *r* tabel. Oleh karenanya dinyatakan gugur.

Tabel 4. 3 HASIL UJI VALIDITAS SKALA KEPERCAYAAN DIRI

Item	r hitung	r tabel	Keterangan
1.	0,778	0,296	Valid
2.	0,581	0,296	Valid
3.	0,682	0,296	Valid
4.	0,509	0,296	Valid
5.	0,219	0,296	Tidak valid
6.	0,533	0,296	Valid
7.	0,515	0,296	Valid
8.	0,457	0,296	Valid
9.	0,070	0,296	Tidak valid
10.	0,636	0,296	Valid
11.	0,389	0,296	Valid
12.	0,727	0,296	Valid
13.	0,476	0,296	Valid
14.	0,048	0,296	Tidak valid
15.	0,449	0,296	Valid
16.	0,745	0,296	Valid
17.	0,701	0,296	Valid

18.	0,417	0,296	Valid
-----	-------	-------	-------

Tabel 4. 4 *BLUE PRINT* SKALA KEPERCAYAAN DIRI DAN SEBARAN ITEM YANG TELAH VALID

No.	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favo	Unfavo	
1.	Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu.	Bersikap tenang sebagai upaya menyelesaikan sesuatu.	18.	1.	2
2.	Memiliki potensi dan kemampuan yang memadai.	Memiliki kemampuan yang memadai.	-	6.	1
		Memiliki usaha untuk mencapai sesuatu.	*9.	12, 3.	3
3.	Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup untuk menunjang penampilan.	Memiliki fisik yang menarik.	16.	*14, 10, 2, *5.	5
4.	Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.	Memiliki kemampuan komunikasi yang baik.	11, 17.	-	2
5.	Memiliki kecerdasan yang cukup.	Mampu mengatasi permasalahan dengan baik.	4, 8	13.	3
6.	Memiliki tingkat pendidikan yang cukup.	Memiliki tingkat pendidikan yang tinggi.	7, 15.	-	2
Total			9	9	18

Keterangan: *item yang gugur.

Jadi, ada 15 item yang akan dipakai untuk skala penelitian dalam penelitian ini, dengan 8 item *favorable* dan 7 item *unfavorable*.

3) Skala *body image*

Untuk skala *body image*, peneliti adaptasi dari skala *body image* dari Benny Windoko Setiawan

dalam skripsinya yang berjudul Pengaruh antara *body image* dengan kepercayaan diri pada Remaja Awal. Awalnya, item dalam skala ini berjumlah 40 item. Setelah dilakukan uji validitas oleh Benny Windoko Setiawan, didapatkan 16 item yang valid. Pengujian dilakukan dengan memakai aplikasi SPSS versi 20. Hasil uji validitas memperlihatkan nilai koefisien validitas berkisar antara 0,250 sampai 0,572.³

Tabel 4. 5 BLUE PRINT SKALA BODY IMAGE DAN SEBARAN ITEM YANG TELAH VALID

No.	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favo	Unfavo	
1.	Evaluasi penampilan.	Evaluasi terhadap penampilan dari diri sendiri.	-	5.	1
		Evaluasi terhadap penampilan orang lain.	-	16.	1
2.	Orientasi penampilan.	Berusaha untuk memperbaiki penampilan.	10.	-	1
		Perhatian individu untuk berusaha menjaga penampilan.	1.	-	1
3.	Kepuasan terhadap bagian tubuh.	Puas terhadap penampilan muka dan area kepala.	3, 8.	11	3
		Puas terhadap penampilan anggota tubuh.	15.	6, 2.	3
4.	Kecemasan memiliki tubuh yang gemuk.	Cemas terhadap kegemukan.	14.	-	1
		Membatasi pola makan.	-	-	-

³ Setiawan, "Hubungan antara Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Awal."

5.	Pengkategorian ukuran tubuh.	Penilaian terhadap berat badan.	12.	9.	2
		Penilaian terhadap tinggi badan.	4.	7.	2
Total			8	8	16

Peneliti akan menggunakan item yang telah valid dari Benny Windoko Setiawan untuk mengambil data dalam penelitian ini. Total item yang telah valid berjumlah 16 item, dengan 8 item yang dianggap *favorable* dan 8 item yang dianggap *unfavorable*.

b. Uji reliabilitas

Uji reliabilitas adalah uji buat mengetahui seberapa besar skala penelitian bisa memberikan hasil yang tidak jauh berbeda,⁴ dalam artian hasil penelitian tetap sama.⁵ Sehingga instrumen penelitian tersebut lebih berkualitas.⁶ Reliabilitas skala mengacu pada nilai *cronbach alpha* pada kotak perhitungan hasil *output* SPSS.⁷ Kemudian, nilai *cronbach alpha* dibandingkan dengan tingkat signifikan yang berupa 0,5, 0,6, atau 0,7.⁸

⁴ Paramita, Rizal, dan Sulistyan, *Metode Penelitian Kuantitatif: Buku Ajar Perkuliahan Metodologi Penelitian Bagi Mahasiswa Akuntansi & Manajemen*, 120.

⁵ Syofian Siregar, *Metode Pemilihan Kuantitatif: Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS* (Prenada Media, 2017), 56.

⁶ Slamet Riyanto dan Aglis Andhita Hatmawan, *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan Dan Eksperimen* (Yogyakarta: Deepublish, 2020), 75.

⁷ Paramita, Rizal, dan Sulistyan, *Metode Penelitian Kuantitatif: Buku Ajar Perkuliahan Metodologi Penelitian Bagi Mahasiswa Akuntansi & Manajemen*, 120.

⁸ Darma, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*, 8.

Setelah skala kebersyukuran dan skala kepercayaan diri diuji reliabilitasnya, didapatkan nilai *cronbach alpha* untuk skala kebersyukuran sebesar 0,862. Sedangkan nilai *cronbach alpha* untuk skala kepercayaan diri sebesar 0,828. Untuk skala *body image*, karena peneliti mengadaptasi skala *body image* dari Benny Windoko Setiawan dalam skripsinya yang berjudul Pengaruh antara *body image* dengan kepercayaan diri pada Remaja Awal, maka uji reliabilitas sudah dilakukan oleh Benny Windoko Setiawan. Didapatkan nilai *cronbach alpha* untuk skala *body image* sebesar 0,835.

Tabel 4. 6 HASIL UJI RELIABILITAS SKALA KEBERSYUKURAN, KEPERCAYAAN DIRI, DAN *BODY IMAGE*

Skala	Jumlah item	Jumlah responden	<i>Cronbach alpha</i>
Skala kebersyukuran	25	32	0,862
Skala kepercayaan diri	15	32	0,828
Skala <i>body image</i>	16	32	0,835

Mengacu pada teori yang digunakan, skala dianggap reliabel jika nilai *cronbach alpha*-nya melebihi dari 0,7 dan tidak reliabel jika nilainya kurang dari 0,7. Dari nilai *cronbach alpha* skala kebersyukuran, skala kepercayaan diri, dan skala *body image* maka dinyatakan ketiga skala tersebut reliabel untuk dijadikan alat pengumpul data.

c. Uji normalitas

Untuk menentukan apakah data penelitian memiliki distribusi normal, uji normalitas dipakai. Nilai signifikansi

lebih besar dari 0,05 menunjukkan distribusi normal, sedangkan nilai signifikansi kurang dari 0,05 menunjukkan distribusi yang tidak normal.⁹ Data dianggap mewakili populasi jika terdistribusi secara normal.¹⁰

Tabel 4. 7 HASIL UJI NORMALITAS

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Kebersyukuran	,104	49	,200*	,972	49	,298
Kepercayaan diri	,109	49	,199	,968	49	,204
Body image	,109	49	,199	,968	49	,204

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Karena sampel penelitian ini kurang dari 50, peneliti akan memakai nilai dari kolom Shapiro-Wilk untuk menilai hasil uji normalitas.¹¹ Berdasarkan pengacuan dalam uji normalitas, pada kolom Shapiro-Wilk, terdapat nilai Sig. masing-masing variabel penelitian. Variabel kebersyukuran menunjukkan nilai sebesar 0,298. Variabel kepercayaan diri dan variabel *body image* sama-sama menunjukkan nilai sebesar 0,204. Berdasarkan nilai Sig. masing-masing variabel tersebut, semuanya lebih besar dari 0,05. Artinya data penelitian ini berdistribusi normal.

⁹ Giovany;, *Ragam Model Penelitian Dan Pengolahannya Dengan SPSS* (ANDI OFFSET, 2017), //library.fis.uny.ac.id%2Fopac%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D7780.

¹⁰ V. Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian : Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*, 1 ed. (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2014), <https://balaiyanpus.jogjaprovo.go.id/opac/detail-opac?id=303228>.

¹¹ Sahir, *Metodologi Penelitian*, 69.

d. Uji linearitas

Tujuan uji linearitas adalah untuk menentukan ada hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat atau tidak.¹² Dalam uji linearitas, data dikatakan linear jika nilai Sig. lebih besar dari nilai probabilitas = 0,05 (Sig. > 0,05) dan sebaliknya jika nilai Sig. lebih rendah dari nilai probabilitas, maka data tidak dapat dikatakan linear.¹³ Nilai Sig. dapat dilihat pada tabel ANOVA.¹⁴

Tabel 4. 8 HASIL UJI LINIERITAS

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Unstandardized Residual * Unstandardized Predicted Value	Between Groups	(Combined)	499,887	42	11,902	,515	,904
		Linearity	,000	1	,000	,000	1,000
		Deviation from Linearity	499,887	41	12,192	,528	,895
	Within Groups		138,667	6	23,111		
	Total		638,554	48			

Pada tabel ANOVA di atas, memperlihatkan nilai Sig. bagian Linearity sebesar 1,000. Berdasarkan pengacuan dalam uji linearitas, maka nilai Sig. lebih besar dari nilai probabilitas ($1,000 > 0,05$). Maka variabel kebersyukuran dan kepercayaan diri memiliki hubungan yang linier dengan variabel *body image*.

e. Uji multikolinearitas

¹² Nugraha, *Pengembangan Uji Statistik*, 30.

¹³ Sahir, *Metodologi Penelitian*, 67.

¹⁴ Uswatun Khasanah, *Analisis Regresi*, 1 ed. (UAD PRESS, 2021), 25.

Multikolinearitas adalah suatu masalah pada beberapa variabel bebas yang di mana antar variabel-variabel bebas tersebut terdapat korelasi.¹⁵ Tidak perlu ada korelasi di antara variabel bebas dalam penelitian yang berkualitas.¹⁶ Oleh karenanya, dilakukanlah uji multikolinearitas buat melihat apakah dua variabel bebas pada penelitian ini mengandung multikolinearitas atau tidak.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji multikolinearitas menggunakan nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) yang terdapat di tabel Coefficients. Nilai VIF kurang dari 10 menunjukkan bahwa variabel-variabel bebas tidak mengalami multikolinearitas. Sebaliknya, nilai VIF lebih dari 10 menunjukkan ada multikolinearitas pada variabel-variabel bebas.¹⁷

Tabel 4. 9 HASIL UJI MULTIKOLINEARITAS

Model	Coefficients ^a							
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta				Tolerance	VIF
1 (Constant)	6,306	5,418			1,164	,250		
Kebersyukuran	,300	,106	,457		2,836	,007	,353	2,830
KepercayaanDiri	,357	,169	,341		2,117	,040	,353	2,830

a. Dependent Variable: BodyImage

¹⁵ Suparna Wijaya dan Fitriyan Dwi Rahayu, *Penghindaran Pajak: Agresivitas Transfer Pricing, Negara Lindungi Pajak, dan Kepemilikan Institusional* (Guepedia, 2021).

¹⁶ Paramita, Rizal, dan Sulistyan, *Metode Penelitian Kuantitatif: Buku Ajar Perkuliahan Metodologi Penelitian Bagi Mahasiswa Akuntansi & Manajemen*, 85.

¹⁷ Widana dan Muliani, *Uji Persyaratan Analisis*, 56.

Nilai VIF untuk variabel kebersyukuran dan kepercayaan diri pada tabel *coefficients* menunjukkan nilai sama-sama 2,830. Berdasarkan dasar pengambilan keputusan untuk uji multikolinearitas yang telah dipaparkan sebelumnya, maka kedua variabel bebas ini dinyatakan bebas dari multikolinearitas. Lantaran nilai VIF lebih rendah dari 10 ($2,830 < 10$).

f. Uji regresi linear berganda

Dilakukan analisis data ini untuk melihat seberapa besar atau kecil pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Ada dua variabel bebas dalam penelitian ini: kesyukuran dan kepercayaan diri.¹⁸ Variabel terikat dari penelitian ini ada satu, yaitu *body image*.

Tabel 4. 10 HASIL UJI REGRESI LINEAR BERGANDA

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,760 ^a	,577	,559	3,726

a. Predictors: (Constant), kepercayaan diri, kebersyukuran

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	871,446	2	435,723	31,389	,000 ^b
	Residual	638,554	46	13,882		
	Total	1510,000	48			

a. Dependent Variable: body image

b. Predictors: (Constant), kepercayaan diri, kebersyukuran

¹⁸ Livia Yuliawati dkk., *Pertolongan Pertama pada Waktu Kuantitatif (P3K) Panduan Praktis Menggunakan Software JASP* (Penerbit Universitas Ciputra, 2019), 91.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	T	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients Beta		
1	(Constant)	6,306	5,418		1,164	,250
	Kebersyukuran	,300	,106	,457	2,836	,007
	Kepercayaan diri	,357	,169	,341	2,117	,040

a. Dependent Variable: body image

Untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat akan menggunakan Rumus Persamaan Regresi Berganda:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 \dots b_nX_n$$

Keterangan:

Y = variabel terikat

X1, X2 = variabel bebas

a = konstanta

b1, b2 = koefisien regresi¹⁹

Dimasukkan ke dalam Rumus Persamaan Regresi Berganda dengan melihat tabel Coefficients:

$$Y = 6,306 + 0,300X_1 + 0,357X_2 \dots b_nX_n$$

Berdasarkan rumus persamaan tersebut didapatkan bahwa nilai konstanta a sebesar 6,306, artinya jika variabel kebersyukuran dan kepercayaan diri tidak dimasukkan ke dalam penelitian, maka *body image* mahasiswa bercadar STIQ Amuntai masih meningkat 6,306%.

¹⁹ Sahir, *Metodologi Penelitian*, 52.

Nilai koefisien b_1 sebesar 0,300, artinya jika variabel kebersyukuran ditingkatkan lagi, maka *body image* mahasiswi bercadar STIQ Amuntai akan meningkat sebesar 0,300% dengan asumsi variabel bebas yang lain konstan.

Nilai koefisien b_2 sebesar 0,357, artinya jika variabel kepercayaan diri ditingkatkan lagi, maka *body image* mahasiswi bercadar STIQ Amuntai akan meningkat sebesar 0,357% dengan asumsi variabel independent yang lain konstan.

Kemudian dilakukan uji f dan uji t. Uji f adalah uji hipotesis dengan cara simultan (keseluruhan). Sedangkan uji t adalah uji hipotesis dengan cara parsial (satu persatu). Tujuan uji f buat melihat bagaimana pengaruh variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Dalam uji ini, nilai f_{hitung} dan f_{tabel} dibandingkan dengan taraf signifikansi 0,05 dan derajat kebebasan $df_1=(k-1)$ dan $df_2=(n-k)$, n ialah jumlah subjek dan k ialah jumlah variabel. Menurut kriteria pengambilan keputusan, f_{hitung} lebih kecil dari f_{tabel} , pengaruh variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat tidak terjadi. Tetapi, jika f_{hitung} lebih besar dari f_{tabel} , pengaruh variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat terjadi.

Dengan membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} , uji t bertujuan untuk mengukur pengaruh masing-masing

variabel bebas terhadap variabel terikat. Kriteria pengambilan keputusan adalah bahwa jika $t_{hitung} \leq t_{tabel}$, maka tidak ada pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat. Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka ada pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat.²⁰

Untuk melakukan uji f, melihat pada tabel ANOVA. Terdapat nilai F sebesar 31,38 dan nilai f_{tabel} sebesar 3,20. Kesimpulannya, nilai f_{hitung} lebih besar dari f_{tabel} ($31,38 > 3,20$), menunjukkan bahwa ada pengaruh variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

Untuk melakukan uji t, melihat pada tabel *coefficients*. Ada nilai sebesar 2,836 untuk variabel kebersyukuran di kolom t dan nilai t_{tabel} sebesar 1,679. Didapatkan kesimpulan bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($2,836 > 1,679$), maka terdapat pengaruh antara kebersyukuran terhadap *body image* pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai.

Sementara itu, pada kolom t variabel kepercayaan diri terdapat nilai sebesar 2,117. Sedangkan nilai t_{tabel} sebesar 1,679. Didapatkan kesimpulan bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($2,117 > 1,679$), maka terdapat pengaruh antara kepercayaan diri terhadap *body image* pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai.

²⁰ Sahir, 53-54.

Berikutnya akan dilakukan analisis determinasi yang buat mengetahui berapa persentase sumbangan pengaruh variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat. Nilai Adjusted R Square dalam tabel Model Summary menunjukkan nilai sebesar 0,559. Kemudian nilai 0,559 akan di ubah ke persen sehingga menjadi 55,9%.

Maka dapat dikatakan bahwa variabel bebas (kebersyukuran dan kepercayaan diri) memiliki persentase sumbangan pengaruh sebesar 55,9% terhadap variabel terikat (*body image*). Dengan kata lain, variabel bebas yang dipakai pada penelitian ini mampu menjelaskan variasi sebesar 55,9% dari variabel terikat. Sisanya, 44,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas pada penelitian ini.

g. Analisis data deskriptif hasil penelitian

Jumlah responden, standar deviasi, nilai maksimum, nilai rata-rata (mean), dan nilai minimum, setiap variabel penelitian dimasukkan dalam analisis data deskriptif bertujuan buat mendapatkan gambaran tentang data yang dikumpulkan.

Rumus yang dipakai buat menentukan kategorisasi variabel-variabel pada penelitian ini memakai rumus dari Saifuddin Azwar berikut ini:

$$X < (\text{mean} - 1\text{SD}) = \text{Rendah}$$

$(\text{mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{mean} + 1\text{SD}) = \text{Sedang}$

$(\text{mean} + 1\text{SD}) \leq X = \text{Tinggi}$

Keterangan:

X: Skor subjek

SD: Standar deviasi²¹

Berdasarkan rumus tersebut, akan dilakukan uji deskriptif data penelitian. Skala kebersyukuran memiliki 25 item dengan skor penilaian 1, 2, 3, dan 4. Diperoleh nilai minimum sebesar 25 (1×25), nilai maksimum sebesar 100 (4×25), nilai mean sebesar 62,5 ($25 + 100 / 2$), nilai range sebesar 75 ($100 - 25$), dan nilai standar deviasi sebesar 12,5 ($75 / 6$).

Lalu, skala kepercayaan diri memiliki 15 item dengan skor penilaian 1, 2, 3, dan 4. Didapatkan nilai minimum sebesar 15 (1×15), nilai maksimum sebesar 60 (4×15), nilai mean sebesar 37,5 ($15 + 60 / 2$), nilai range sebesar 45 ($60 - 15$), dan nilai standar deviasi sebesar 7,5 ($45 / 6$).

Sedangkan untuk skala *body image* memiliki 16 item dengan skor penilaian 1, 2, 3, dan 4. Didapatkan nilai minimum sebesar 16 (1×16), nilai maksimum sebesar 64 (4×16), nilai mean sebesar 40 ($16 + 64 / 2$), nilai range sebesar 48 ($64 - 16$), dan nilai standar deviasi sebesar 8 ($48 / 6$).

²¹ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, 2 ed. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017).

Sehingga didapatkan hasil uji deskriptif data penelitian yang bisa dilihat pada tabel 4.11.

Tabel 4. 11 HASIL UJI DESKRIPTIF DATA PENELITIAN

	N	Min	Max	Mean	Range	Std. Deviation
Kebersyukuran	49	25	100	62,5	75	12,5
Kepercayaan diri	49	15	60	37,5	45	7,5
Body image	49	16	64	40	48	8
Valid N (Listwise)	49					

1) Analisis deskriptif kategorisasi variabel

kebersyukuran

Berdasarkan tabel hasil uji deskriptif data penelitian, untuk variabel kebersyukuran diperoleh nilai mean sebesar 62,5 sedangkan nilai standar deviasi sebesar 12,5. Kemudian, nilai-nilai itu dimasukkan ke dalam rumus kategorisasi dari Saifuddin Azwar di atas untuk mengetahui tingkatan atau intensitas dari variabel kebersyukuran.

Tabel 4. 12 KATEGORISASI VARIABEL KEBERSYUKURAN

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < (50)$	0	0%
Sedang	$(50) \leq X < (75)$	6	6%
Tinggi	$(75) \leq X$	43	43%

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel kebersyukuran, diketahui bahwa dari 49 responden penelitian yang merupakan mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai, tidak ada orang yang memiliki tingkat kebersyukuran rendah, ada 6 orang dengan

presentase 6% yang memiliki tingkat kebersyukuran yang sedang, dan ada 43 orang dengan persentase 43% yang memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi.

2) Analisis deskriptif kategorisasi variabel kepercayaan diri

Berdasarkan tabel hasil uji deskriptif data penelitian, untuk variabel kepercayaan diri, diperoleh nilai mean sebesar 37,5 sedangkan nilai standar deviasi sebesar 7,5. Kemudian, nilai-nilai itu dimasukkan ke dalam rumus kategorisasi dari Saifuddin Azwar di atas untuk mengetahui tingkatan atau intensitas dari variabel kepercayaan diri.

Tabel 4. 13 KATEGORISASI VARIABEL KEPERCAYAAN DIRI

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < (30)$	0	0%
Sedang	$(30) \leq X < (45)$	28	28%
Tinggi	$(45) \leq X$	21	21%

Dari 49 mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai, tidak ada yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah, 28 dengan persentase 28% dari mereka yang mempunyai tingkat kepercayaan diri sedang, dan ada 21 dengan persentase 21% dari mereka yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi.

3) Analisis deskriptif kategorisasi variabel *body image*

Berdasarkan tabel hasil uji deskriptif data penelitian, untuk variabel *body image*, diperoleh nilai mean sebesar 40 sedangkan nilai standar deviasi sebesar 8. Kemudian, nilai-nilai itu dimasukkan ke dalam rumus kategorisasi dari Saifuddin Azwar di atas untuk mengetahui tingkatan atau intensitas dari variabel *body image*.

Tabel 4. 14 KATEGORISASI VARIABEL *BODY IMAGE*

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < (32)$	0	0%
Sedang	$(32) \leq X < (48)$	27	27%
Tinggi	$(48) \leq X$	22	22%

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel *body image*, diketahui bahwa dari 49 responden penelitian yang merupakan mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai, tidak ada orang yang mempunyai tingkat *body image* rendah, ada 27 orang dengan persentase 27% yang mempunyai tingkat *body image* yang sedang, dan ada 22 orang dengan persentase 22% yang mempunyai tingkat *body image* yang tinggi.

h. Sumbangan efektif

Cara mencari sumbangan efektif setiap aspek variabel adalah dengan skor total aspek dibagi skor total variabel.²²

1) Sumbangan efektif aspek variabel kebersyukuran

Variabel kebersyukuran memiliki tiga aspek, yaitu kebersyukuran dengan hati, kebersyukuran dengan lisan, dan kebersyukuran dengan anggota tubuh.

$$\text{Kebersyukuran dengan hati: } \frac{2177}{4135} \times 100\% = 52\%$$

$$\text{Kebersyukuran dengan lisan: } \frac{1382}{4135} \times 100\% = 33\%$$

$$\text{Kebersyukuran dengan anggota tubuh: } \frac{636}{4135} \times 100\% = 15\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, didapatkan hasil sumbangan efektif aspek kebersyukuran dengan hati sebesar 52%, aspek kebersyukuran dengan lisan sebesar 33%, dan aspek kebersyukuran dengan anggota tubuh sebesar 15%. Jadi, kebersyukuran dengan hati adalah aspek yang memiliki kontribusi paling besar terhadap kebersyukuran mahasiswa bercadar di STIQ Amuntai.

2) Sumbangan efektif aspek variabel kepercayaan diri

Variabel kepercayaan diri memiliki enam aspek, yaitu selalu bersikap tenang dalam mengerjakan

²² Jannatul Ahdah, "Kontribusi Husnuzzhan terhadap Authentic Happiness pada Tenaga Kesehatan di Rumah Sakit Pambalah Batung Amuntai di Masa Pandemi Covid-19" (Ushuluddin dan Humaniora, 12 Oktober 2022), <https://idr.uin-antasari.ac.id/21018/>, 95-97.

segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup untuk menunjang penampilan, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi, memiliki kecerdasan yang cukup, dan memiliki tingkat pendidikan yang cukup.

Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala

$$\text{sesuatu: } \frac{294}{2220} \times 100\% = 13,24\%$$

Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai:

$$\frac{452}{2220} \times 100\% = 20,36\%$$

Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup untuk

$$\text{menunjang penampilan: } \frac{417}{2220} \times 100\% = 18,80\%$$

Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di

$$\text{berbagai situasi: } \frac{315}{2220} \times 100\% = 14,18\%$$

$$\text{Memiliki kecerdasan yang cukup: } \frac{415}{2220} \times 100\% =$$

18,70%

$$\text{Memiliki tingkat pendidikan yang cukup: } \frac{327}{2220} \times$$

100% = 14,72%

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, didapatkan hasil sumbangan efektif aspek selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu sebesar 13,24%, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai sebesar 20,36%, memiliki kondisi mental dan fisik

yang cukup untuk menunjang penampilan sebesar 18,80%, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi sebesar 14,18%, memiliki kecerdasan yang cukup sebesar 18,70%, dan memiliki tingkat pendidikan yang cukup sebesar 14,72%. Jadi, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai adalah aspek yang memiliki kontribusi paling besar terhadap kepercayaan diri mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai.

3) Sumbangan efektif aspek *body image*

Variabel *body image* memiliki lima aspek, yaitu *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh).

Appearance evaluation (evaluasi penampilan):

$$\frac{288}{2359} \times 100\% = 12,20\%$$

Appearance orientation (orientasi penampilan):

$$\frac{294}{2359} \times 100\% = 12,47\%$$

Body area satisfaction (kepuasan terhadap bagian tubuh): $\frac{1028}{2359} \times 100\% = 43,58\%$

Overweight preoccupation (kecemasan menjadi gemuk): $\frac{141}{2359} \times 100\% = 5,98\%$

Self-classified weight (pengkategorian ukuran tubuh): $\frac{608}{2359} \times 100\% = 25,77\%$

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, didapatkan hasil sumbangan efektif aspek *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) sebesar 12,20%, *appearance orientation* (orientasi penampilan) sebesar 12,47%, *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) sebesar 43,58%, *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) sebesar 5,98%, dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) sebesar 25,77%. Jadi, *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) adalah aspek yang memiliki kontribusi paling besar terhadap *body image* mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai.

B. Pembahasan atau Analisis

Baik media massa maupun media sosial, sering memperlihatkan figur-figur dengan tubuh yang bagus dan sempurna.²³ Kulit putih, hidung mancung, tubuh langsing, bertubuh tinggi, dan rambut lurus²⁴ adalah

²³ Maulida, "Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa, 27."

²⁴ Utami, "Pengaruh Syukur terhadap Body Image Positif pada Siswi Program Keahlian Akomodasi Perhotelan di SMK Negeri 6 Semarang, 5."

kriteria fisik yang ditampilkan di media. Akibatnya, masyarakat menganggap bahwa kriteria fisik tersebut adalah standar tubuh ideal.²⁵ Bagi perempuan dewasa awal, penampilan fisik sangat penting dan harus lebih diperhatikan. Karena penampilan fisik berpengaruh dalam mencari pekerjaan, menjalin hubungan romantis, dan bersosialisasi.²⁶

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, gaya berpakaian menggunakan cadar akan melindungi pemakainya dari *body image* negatif dan juga dari standar tubuh ideal. Sehingga perempuan yang menggunakan cadar memiliki keinginan yang rendah untuk mengikuti standar tubuh ideal. Karena pakaian perempuan bercadar adalah pakaian yang sangat tertutup, sehingga mengurangi daya tarik fisik.²⁷

Menurut Cash dan Pruzinsky, *body image* adalah sikap yang dimiliki individu terhadap tubuhnya, berupa penilaian positif maupun negatif.²⁸ Penilaian terhadap fisik berhubungan dengan bagaimana individu memandang fisiknya sebagai anugerah dari Tuhan atau sebuah kekurangan. Individu yang mempunyai *body image* negatif cenderung tidak bersyukur. Sebaliknya, individu yang mempunyai *body image* positif akan bersyukur.

Tingkat kebersyukuran pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai didominasi pada kategori tinggi, sebanyak 43 orang dengan persentase 43%. Tidak ada mahasiswi yang memiliki tingkat kebersyukuran yang rendah dan

²⁵ Maulida, "Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa, 27."

²⁶ Rosari, "Hubungan antara Body Image dan Kecenderungan Impulsive Buying pada Wanita Bekerja, 5."

²⁷ Chabdu, "Muslimah Women and Body Image: Body Conceptualisation Beneath the Veil, 3."

²⁸ Cash dan Pruzinsky, *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, 2004.

sebanyak 6 orang dengan persentase 6% memiliki tingkat kebersyukuran yang sedang. Aspek kebersyukuran yang paling mempengaruhi kebersyukuran mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai adalah aspek kebersyukuran dengan hati dengan sumbangan efektif sebesar 52%. Artinya, mahasiswi bercadar mengungkapkan rasa syukur mereka kepada Allah SWT., dengan melakukan kebaikan tanpa diketahui orang lain. Sebenarnya, agama Islam mewajibkan setiap pemeluknya untuk mensyukuri segala nikmat yang diberikan Allah SWT kepada mereka.²⁹

Individu dengan tingkat kebersyukuran yang tinggi, akan mempunyai tingkat emosi positif yang tinggi pula. Sedangkan individu dengan tingkat kebersyukuran yang rendah, mempunyai tingkat emosi yang rendah juga. Seperti adanya kecemasan, iri, stress, dan depresi.³⁰ Individu dengan kebersyukuran yang tinggi dapat mengurangi kecenderungan memiliki *body image* yang negatif.³¹ Selain itu, tingkat kebersyukuran yang tinggi dapat membuat individu berpikir positif dalam menghadapi berbagai permasalahan dalam hidupnya, termasuk permasalahan yang berkaitan dengan fisik. Pikiran positif dapat mengarahkan individu pada *body image* yang positif.³² Individu yang bersyukur akan menimbulkan perilaku yang positif.³³

²⁹ Nurfajri, "Hubungan antara Kebersyukuran dan Body Image pada Remaja Putri."

³⁰ Leguminosa, Nashori, dan Rachmawati, "Pelatihan Kebersyukuran untuk Menurunkan Stres Kerja Guru di Sekolah Inklusi, 189."

³¹ Djabbar, "Pengaruh Kebersyukuran terhadap Citra Tubuh Dimoderatori Kepribadian Extraversion, 10."

³² Setyani dan Annatagia, "Hubungan antara Kebersyukuran dengan Body Image pada Model, 3."

³³ Salsabila, "Hubungan Kebersyukuran dengan Citra Tubuh pada Remaja Akhir."

Fisik adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Fisik menarik akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang.³⁴ Karena, menurut Hakim, mempunyai bentuk tubuh yang bagus dan proporsional akan membuat orang tersebut terlihat baik dalam pandangan orang lain.³⁵ Tingkat kepercayaan diri pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai didominasi pada kategori sedang, sebanyak 28 orang dengan persentase 28%. Tidak ada mahasiswi yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dan 21 dengan persentase 21% dari mereka mempunyai tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Artinya sebagian besar mahasiswi bercadar cukup percaya diri. Aspek kepercayaan diri yang paling mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai adalah aspek mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai dengan sumbangan efektif sebesar 20,36%.

Widjaja menyebutkan faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu penampilan fisik yang masuk ke dalam faktor internal dan pendidikan yang masuk ke dalam faktor eksternal.³⁶ Sejalan dengan pendapat Middlebrook, pendidikan juga dapat menimbulkan kepercayaan diri. Karena semakin tinggi jenjang pendidikan seseorang, pandangan orang lain terhadap dirinya juga semakin tinggi.³⁷ Agama Islam mengajarkan kepada umatnya untuk menjadi orang yang percaya diri. Apabila mengalami

³⁴ Mahmudha, "Hubungan Harga Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Komunitas Cosplayer Medan (COSMED), 16."

³⁵ Tanjung dan Amelia, "Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswi, 3."

³⁶ Widjaja, *Berani Tampil Beda dan Percaya Diri*.

³⁷ Middlebrook, *Social psychology and modern life*.

masalah, Islam mengajarkan untuk jangan patah semangat dan yakin bahwa ada kebaikan dibalik sebuah permasalahan.

Media massa menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* seseorang menurut Annastasia Melliana S. Karena media massa seperti internet, majalah, dan televisi sering memperlihatkan figur-figur bertubuh ideal untuk menjual sebuah produk.³⁸ Akibatnya, orang-orang terpengaruh dengan penggambaran bentuk tubuh ideal sehingga melahirkan kriteria-kriteria tubuh ideal di lingkungan masyarakat. Masyarakat mulai mengikuti tubuh ideal. Apabila tubuhnya tidak sesuai dengan kriteria, maka akan sulit untuk diterima di lingkungan masyarakat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *body image* pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai yang menjadi responden pada penelitian ini didominasi pada kategori sedang, sebanyak 27 orang dengan persentase 27%. Tidak ada mahasiswi yang mempunyai tingkat *body image* yang rendah dan sebanyak 22 orang dengan persentase 22% memiliki tingkat *body image* yang tinggi. Aspek *body image* yang paling mempengaruhi *body image* mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai adalah aspek *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) dengan sumbangan efektif sebesar 43,58%. Artinya, mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai puas terhadap penampilan fisiknya secara keseluruhan maupun terhadap bagian tubuh tertentu.

Sejalan dengan hasil penelitian dalam jurnal yang berjudul *Muslimah Women and Body Image: Body Conceptualisation Beneath the*

³⁸ S, *Menjelajah tubuh*.

Veil oleh Naeemah Chabdu bahwa cadar menjadi pelindung dari standar ideal kecantikan, dibuktikan dalam penelitian jurnal tersebut dengan rendahnya tekanan untuk menyesuaikan standar ideal kecantikan.³⁹ Kemudian diperkuat lagi dengan hasil penelitian jurnal *Thin Media Images Decrease Women's Body Satisfaction: Comparisons Between Veiled Muslimah Women, Christian Women and Atheist Women Regarding Trait and State Body Image* oleh Leonie Wilhelm dkk bahwa perempuan muslimah bercadar memiliki *body image* yang lebih positif dibandingkan perempuan Kristen dan perempuan Atheis. Perempuan muslimah bercadar menunjukkan tekanan untuk menyesuaikan standar ideal kecantikan dan membandingkan-bandingkan penampilan fisik lebih rendah dari perempuan Kristen dan perempuan Atheis.⁴⁰

Menurut Imam Al-Ghazali, fisik adalah salah satu nikmat yang wajib disyukuri. Umat Islam diwajibkan untuk bersyukur kepada Allah SWT., seperti apapun bentuk fisiknya.⁴¹ Baik itu berkulit putih atau hitam, berpostur tubuh pendek atau gemuk, karena sesungguhnya, bentuk manusia adalah bentuk sebaik-baiknya dari makhluk yang lain sebagaimana yang telah ditegaskan Allah SWT., dalam surah at-Tin ayat 4.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ۝

“Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya,”

³⁹ Chabdu, “Muslimah Women and Body Image: Body Conceptualisation Beneath the Veil, 3.”

⁴⁰ Wilhelm dkk., “Thin Media Images Decrease Women's Body Satisfaction: Comparisons Between Veiled Muslimah Women, Christian Women and Atheist Women Regarding Trait and State Body Image.”

⁴¹ Dunaev, Markey, dan Brochu, “An Attitude of Gratitude: The Effects of Body-Focused Gratitude on Weight Bias Internalization and Body Image, 10.”

Menurut Wood, Froh, dan Geraghty, kebersyukuran dapat memperbaiki pikiran negatif mengenai bentuk tubuh.⁴² Individu yang bersyukur dapat mengapresiasi hal-hal positif dan negatif dalam hidupnya.⁴³ Ketika individu menghadapi masalah yang berkaitan dengan fisik, dia akan menyikapi masalah tersebut dengan positif. Dia menganggap masalah tersebut adalah nikmat yang diberikan Tuhan yang wajib disyukuri.⁴⁴

Kebersyukuran dapat membuat individu berpikir positif. Pikiran positif ini dapat mengarahkan individu pada *body image* yang positif.⁴⁵ Barber berpendapat bahwa kebersyukuran dapat memunculkan emosi-emosi positif dan mampu mengurangi ketidakpuasan terhadap tubuh.⁴⁶ Kebersyukuran akan menurunkan keinginan untuk membandingkan-bandingkan fisik dengan fisik orang lain bagi perempuan. Selain itu, kebersyukuran dapat mengurangi kecenderungan memiliki *body image* yang negatif.⁴⁷

Menerima dengan lapang dada keadaan fisik merupakan salah satu faktor kebersyukuran. Orang-orang yang bersyukur menyadari bahwasanya fisik yang ada pada dirinya merupakan nikmat dari Allah SWT. Nikmat itu sendiri wajib disyukuri. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh

⁴² Wood, Froh, dan Geraghty, "Gratitude and Well-Being."

⁴³ Wahyudi, Lubis, dan Putri, "Hubungan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Kota Balikpapan, 821."

⁴⁴ Pratiwi, "Kebersyukuran dan Pergaulan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi, 4."

⁴⁵ Setyani dan Annatagia, "Hubungan antara Kebersyukuran dengan Body Image pada Model, 3."

⁴⁶ Pratiwi, "Kebersyukuran dan Pergaulan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi, 4."

⁴⁷ Djabbar, "Pengaruh Kebersyukuran terhadap Citra Tubuh Dimoderatori Kepribadian Extraversion, 10."

antara kebersyukuran terhadap *body image* pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai yang didapat dari uji t. Hasil uji t menunjukkan nilai variabel kebersyukuran sebesar 2,836 lebih besar dari nilai t_{tabel} yang sebesar 1,679 ($2,836 > 1,679$). Jika variabel kebersyukuran ditingkatkan lagi, maka *body image* mahasiswi bercadar STIQ Amuntai akan meningkat sebesar 0,300% dengan asumsi variabel bebas yang lain konstan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadia Citra Mawardani dalam skripsi yang berjudul Pengaruh Kebersyukuran terhadap *Body Image* pada Perempuan Dewasa Awal yang Menggunakan Filter Instagram di Kota Makassar bahwa dari hasil uji hipotesis terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap *body image* dengan arah pengaruh yang positif. Variabel kebersyukuran memberikan kontribusi terhadap *body image* sebesar 19,4% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dibahas pada penelitian tersebut.⁴⁸

Menurut Hurlock, salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang adalah penampilan fisik. Penampilan fisik yang menarik akan menjadi daya tarik dalam lingkungan sosial yang akan memunculkan kepercayaan diri.⁴⁹ Sejalan dengan pendapat Hakim, memiliki bentuk tubuh yang bagus dan proporsional dan wajah yang menawan alias *good looking* dapat membuat individu menjadi percaya diri.⁵⁰ Hasil penelitian, terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap *body image* pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai yang ditunjukkan dari

⁴⁸ Citra Nadia Mawardani, "Pengaruh Kebersyukuran terhadap Body Image pada Perempuan Dewasa Awal yang Menggunakan Filter Instagram di Kota Makassar" (Makassar, Universitas Bosowa Makassar, 2022), 82.

⁴⁹ Mahmudha, "Hubungan Harga Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Komunitas Cosplayer Medan (COSMED), 16."

⁵⁰ Tanjung dan Amelia, "Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswi, 3."

hasil uji t. Nilai variabel kepercayaan diri sebesar 2,117 lebih besar dari nilai t_{tabel} 1,679 ($2,117 > 1,679$). Jika variabel kepercayaan diri ditingkatkan lagi, maka *body image* mahasiswi bercadar STIQ Amuntai akan meningkat sebesar 0,357% dengan asumsi variabel bebas yang lain konstan.

Body image adalah penilaian individu terhadap fisiknya.⁵¹ Penilaian ini berkaitan dengan kebersyukuran. Karena fisik ialah salah satu nikmat yang dianugerahkan Allah SWT., individu wajib bersyukur atas nikmat-nikmat yang telah diberi.⁵² Jika individu bersyukur atas fisiknya, maka dari kebersyukuran itu akan memunculkan banyak emosi positif, salah satunya kepercayaan diri.⁵³ Fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri. Apabila fisik yang dimiliki menarik, maka akan meningkatkan kepercayaan diri. Sebaliknya, fisik yang kurang menarik akan menurunkan kepercayaan diri.⁵⁴

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh kebersyukuran dan kepercayaan diri secara bersama-sama terhadap *body image* pada mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai yang didapat dari uji regresi linear berganda. Nilai F sebesar 31,38 lebih besar dari nilai f_{tabel} sebesar 3,20 ($31,38 > 3,20$). Kemudian, setelah dilakukan analisis determinasi, didapatkan persentase sumbangan pengaruh variabel kebersyukuran dan kepercayaan diri secara bersama-sama terhadap variabel

⁵¹ Huang, Peng, dan Ahn, "When Media Become the Mirror: A Meta-Analysis On Media and Body Image," 2.

⁵² Dunaev, Markey, dan Brochu, "An Attitude of Gratitude: The Effects of Body-Focused Gratitude on Weight Bias Internalization and Body Image," 10.

⁵³ Widiastuti dan Jainuddin, "Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebersyukuran Siswa MA Bilingual Boarding School," 25-29.

⁵⁴ Fatmawati, "Hubungan antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMA", 11.

body image yakni sebesar 55,9%. Artinya, variabel bebas dalam penelitian ini mampu menjelaskan 55,9% variasi variabel terikat. Sisanya sebesar 44,1% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Mahasiswi bercadar STIQ Amuntai telah melaksanakan satu perintah dalam agama Islam, yakni menutup aurat. Perintah ini tercantum dalam Al-Qur'an surah Al-Ahzab ayat 59.⁵⁵

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لَأَزُوجِكُمْ وَبَنَاتِكُمْ وَنِسَاءَ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ

جَلَابِيبِهِنَّ ذَلِكَ أَدْنَىٰ أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ ۗ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا ﴿٥٩﴾

Wahai Nabi! Katakanlah kepada istri-istrimu, anak-anak perempuanmu, dan istri-istri orang mukmin, "Hendaklah mereka menutupkan jilbabnya ke seluruh tubuh mereka." Yang demikian itu agar mereka lebih mudah untuk dikenali, sehingga mereka tidak diganggu. Dan Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang.

Agama Islam mewajibkan umatnya mensyukuri nikmat yang diberikan Allah SWT. Sedangkan nikmat ada banyak macamnya, termasuk fisik. Imam Al-Ghazali menyatakan fisik adalah salah satu nikmat yang wajib disyukuri.⁵⁶ Sedangkan fisik erat kaitannya dengan *body image*, sesuai pernyataan Thomas F. Cash bahwa *body image* adalah penilaian individu terhadap fisiknya.⁵⁷ Fisik masuk ke dalam faktor internal yang mempengaruhi kepercayaan diri menurut Widjaja.⁵⁸ Menurut Hurlock, individu yang memiliki penampilan fisik yang menarik akan meningkatkan

⁵⁵ Partic, *Jilbab Bukan Jilboob*, 5.

⁵⁶ Dunaev, Markey, dan Brochu, "An Attitude of Gratitude: The Effects of Body-Focused Gratitude on Weight Bias Internalization and Body Image," 10.

⁵⁷ Huang, Peng, dan Ahn, "When Media Become the Mirror: A Meta-Analysis On Media and Body Image," 2.

⁵⁸ Widjaja, *Berani Tampil Beda dan Percaya Diri*.

kepercayaan dirinya. Karena penampilan fisik yang menarik menjadi daya tarik individu tersebut di lingkungan sosial.⁵⁹ Bentuk tubuh yang bagus dan proporsional serta memiliki wajah yang *good looking* akan terlihat baik dalam pandangan orang lain, sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri.⁶⁰

Kebersyukuran akan memunculkan emosi-emosi positif, salah satunya kepercayaan diri.⁶¹ Individu yang bersyukur atas fisiknya akan percaya diri dengan tubuh yang dia miliki tanpa ada niat mengubahnya, seperti apapun fisiknya.

C. Temuan Penelitian

Dalam penelitian ini, ada beberapa temuan di luar dari rumusan masalah penelitian, yaitu

1. Nilai sumbangan efektif aspek-aspek variabel kebersyukuran terdiri dari aspek kebersyukuran dengan hati sebesar 52%, kebersyukuran dengan lisan sebesar 33%, dan kebersyukuran dengan anggota tubuh sebesar 15%. Kebersyukuran dengan hati adalah aspek yang memiliki kontribusi besar terhadap kebersyukuran mahasiswa bercadar di STIQ Amuntai.
2. Nilai sumbangan efektif aspek-aspek variabel kepercayaan diri terdiri dari aspek selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala

⁵⁹ Mahmudha, "Hubungan Harga Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Komunitas Cosplayer Medan (COSMED)", 16.

⁶⁰ Tanjung dan Amelia, "Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswi," 3.

⁶¹ Widiastuti dan Jainuddin, "Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebersyukuran Siswa MA Bilingual Boarding School," 25-29.

sesuatu sebesar 13,24%, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai sebesar 20,36%, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup untuk menunjang penampilan sebesar 18,80%, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi sebesar 14,18%, memiliki kecerdasan yang cukup sebesar 18,70%, dan memiliki tingkat pendidikan yang cukup sebesar 14,72%. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai adalah aspek yang memiliki kontribusi besar terhadap kepercayaan diri mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai.

3. Nilai sumbangan efektif aspek-aspek variabel *body image* terdiri dari aspek *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) sebesar 12,20%, *appearance orientation* (orientasi penampilan) sebesar 12,47%, *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) sebesar 43,58%, *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) sebesar 5,98%, dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) sebesar 25,77%. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) adalah aspek yang memiliki kontribusi besar terhadap *body image* mahasiswi bercadar di STIQ Amuntai.
4. Hasil dari uji regresi linear berganda, ditemukan bahwa jika variabel kebersyukuran dan kepercayaan diri tidak dimasukkan ke dalam penelitian ini, maka *body image* mahasiswi bercadar STIQ Amuntai masih meningkat sebesar 6,306%. Ditunjukkan dari nilai konstanta a sebesar 6,306.

D. Keterbatasan Penelitian

Saat pembuatan skripsi ini, peneliti sadar ada banyak keterbatasan pada penelitian ini, yaitu:

1. Saat melakukan analisis determinasi pada uji regresi linear berganda, ditemukan persentase sumbangan pengaruh variabel bebas yang tidak diteliti dalam penelitian ini terhadap variabel terikat penelitian ini (*body image*) sebesar 44,1%. Karena keterbatasan penelitian, peneliti tidak dapat meneliti variabel bebas tersebut.
2. Pembagian kuesioner banyak dilakukan secara *online* melalui WhatsApp daripada secara langsung karena keterbatasan waktu dan tempat. Sehingga peneliti tidak bisa mengawasi semua responden ketika sedang mengisi kuesioner.