
The Relationship between Physical Self-Concept and Student Self-Confidence

Suci Mutia Lukman¹, Herman Nirwana²

^{1,2}Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: sucimutia3@gmail.com

Abstract

This research is motivated by the low self-confidence of middle school students. Self-confidence is a positive attitude of individuals to develop positive assessments, both towards themselves and the environment / situation being faced. One of the factors suspected to affect the self-confidence is physical self-concept. This study aims to (1) describe student confidence, (2) describe students' physical self-concepts, and (3) test whether there is a significant positive relationship between physical self-concept and student self-confidence. This research uses quantitative methods with correlational descriptive analysis. The study population is 313 students Junior High School 2 Ampek Angkek registered in July-December of period academic 2019/2020 and a sample of 174 students were selected by stratified random sampling. The instrument used was a questionnaire. Data were analyzed using descriptive formulas and product moment correlation formulas. The research findings reveal that (1) students' self-confidence is generally in the high enough category, (2) students' physical self-concept is generally in the good category, and (3) significant positive relationship between physical self-concept and students' self-confidence with coefficients correlation of 0.431 and a significance level of 0.000.

Keywords: Self-Confidence, Physical-Self Concept

How to Cite: Suci Mutia Lukman, Herman Nirwana. 2020. Hubungan Konsep Diri Fisik dengan Kepercayaan Diri Siswa SMP. *Konselor*, VV (N): pp. XX-XX, DOI: 10.24036/00241kons2020



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author and Universitas Negeri Padang.

Introduction

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja (Ifdil, Emria & Zola, 2018). Percaya diri adalah suatu perasaan dan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki untuk dapat meraih kesuksesan dengan berpijak pada usahanya sendiri dan mengembangkan penilaian yang positif bagi dirinya sendiri maupun lingkungannya sehingga, seseorang dapat tampil dengan penuh keyakinan dan mampu menghadapi segala sesuatu dengan tenang (Ifdil, Emria & Zola, 2018). Individu dalam mengembangkan potensi diri, perlu memahami dirinya, mengetahui apa kelebihan dan kelemahan yang ada pada dirinya, apalagi pada masa remaja yang berada pada tahap kritis bagi perkembangan fisik maupun psikis mereka (Taufik, Indah, & Winda, 2016). Kepercayaan diri membentuk siswa yakin dan optimis terhadap dirinya, bahwa merespon adalah solusi untuk ketidaktahuan, maupun memastikan kebenaran yang telah dimiliki (Herman, Marjohan, & Zamratul, 2018).

Masa remaja merupakan salah satu masa yang dilewati dalam setiap perkembangan individu. Masa perkembangan remaja adalah periode dalam perkembangan individu yang merupakan masa mencapai kematangan mental, emosional, sosial, fisik dan pola peralihan dari

masa kanak-kanak menuju dewasa sehingga menimbulkan karakteristik yang berbeda antara satu remaja dengan remaja lain. Perubahan yang terjadi pada masa remaja seperti pertumbuhan secara cepat baik fisik, psikis (stress, anxiety, depresi) dan sosial menimbulkan banyak persoalan dan tantangan. Salah satu permasalahan yang banyak dirasakan dan dialami oleh remaja pada dasarnya disebabkan oleh kurang percaya diri (Ifdil, Emria, & Zola, 2018).

Masa remaja seringkali dikenal dengan masa mencari jati diri. Masa remaja merupakan salah satu tahap di dalam kehidupan manusia yang sangat kritis, karena masa remaja ini merupakan tahap transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Afrizal, Indra, & Juliana, 2014). Masa remaja diartikan sebagai masa perkembangan anak-anak ke dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Perubahan fisik dan psikis tersebut dapat menimbulkan kebingungan dikalangan remaja, sehingga remaja banyak mengalami persoalan, tantangan dan konflik serta kebingungan dalam proses menemukan jati diri dan tempat dalam masyarakat (Mursyid, Mudjiran, & Annisa, 2016). *Self confidence* atau kepercayaan diri adalah milik pribadi yang sangat penting bagi tumbuh dan kembang siswa sebagai remaja, yang ikut menentukan keberhasilan siswa dalam meraih prestasi dalam belajar dan keberhasilan dalam hidupnya (Azrul, Indra, & Anggi, 2014).

Hurlock (dalam Asmidir, Ifdil, & Amandha, 2017). menjelaskan salah satu akibat perubahan ini adalah hilangnya kepercayaan diri. Anak remaja yang awalnya sangat yakin pada diri sendiri, menjadi kurang percaya diri dan takut pada kegagalan karena daya tahan fisik menurun dan karena kritik yang bertubi-tubi datang dari orangtua dan teman-temannya. Anak remaja yang awalnya sangat yakin pada diri sendiri, menjadi kurang percaya diri dan takut pada kegagalan karena daya tahan fisik menurun dan karena kritik yang bertubi-tubi datang dari orang tua dan teman-temannya (Asmidir, Ifdil, & Amandha, 2017). Sebagai individu remaja, siswa mengalami proses transisi perkembangan menuju kedewasaan (Afdal, Rezki, & Salmi, 2018).

Kepercayaan diri pada remaja tampak pada sikap yang menerima diri sebagaimana adanya. Penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan rasa senang sehubungan dengan kenyataan diri sendiri. Sikap tersebut merupakan perwujudan dari kepuasan terhadap kualitas kemampuan diri yang nyata. Remaja yang puas pada kualitas dirinya akan cenderung merasa aman, tidak kecewa dan tahu apa yang dibutuhkannya, sehingga dapat mandiri dan tidak bergantung pada orang lain dalam memutuskan segala sesuatu secara objektif. Remaja yang percaya diri juga cenderung mempunyai gambaran dan konsep diri yang positif. Reaksi positif seseorang terhadap penampilan dirinya sendiri akan menimbulkan rasa puas yang akan mempengaruhi perkembangan mentalnya (Ifdil, Emria, & Zola, 2018).

Menurut Lauster (dalam Neviyarni, & Monnalisza, 2018), seseorang yang kurang percaya diri akan berfikir negatif terhadap dirinya, tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya, selalu berfikir buruk, selain itu juga biasanya orang yang kurang percaya diri akan bergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan dan takut mengungkapkan pendapatnya di depan umum serta takut mencoba hal-hal yang baru. Harapannya orang yang percaya diri lebih mampu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, orang yang percaya diri biasanya akan lebih mudah berbaur dan beradaptasi dibanding dengan yang tidak percaya diri. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, maka sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai. selain itu juga orang yang memiliki kepercayaan diri dapat mengubah seseorang yang biasanya tidak berani dalam menghadapi sesuatu, dengan adanya kepercayaan diri ini seseorang menjadi lebih yakin dan mampu dalam menghadapi atau mengerjakan sesuatu. Karena orang yang percaya diri memiliki pegangan yang kuat, mampu mengembangkan motivasi, ia juga sanggup belajar dan bekerja keras untuk kemajuan, serta penuh keyakinan terhadap peran yang dijalani (Neviyarni, & Monnalisza, 2018).

Dampak dari seseorang yang tidak memiliki kepercayaan diri, yang pertama mengalami kegagalan, seseorang yang tidak memiliki rasa percaya diri biasanya akan mudah mengalami kegagalan, karena tidak yakin akan kemampuan atau keahlian yang dimiliki dirinya dalam melakukan suatu tindakan maupun mengambil suatu keputusan dalam memecahkan suatu masalah yang sedang dihadapinya. Kedua, seseorang yang tidak memiliki rasa percaya diri akan selalu mengeluh dan merasa tidak nyaman setiap kali diminta untuk melakukan suatu pekerjaan, sikap seperti ini terjadi karena menganggap bahwa dirinya itu tidak mampu, dan merasa terbebani bila mengerjakan tugas atau pekerjaan yang dilakukannya. Ketiga, jika seseorang termasuk orang yang mudah putus asa, berarti ia memang tidak memiliki kekuatan untuk percaya diri dari dalam dirinya. Ke empat, gelisah dan tidak percaya diri memang sudah menyatu untuk mengganggu tujuan hidup seseorang. Dua perasaan inilah yang selalu menghambat setiap kali seseorang ingin melakukan atau menyelesaikan tugas dan pekerjaannya. Orang yang tidak punya rasa percaya diri akan mudah gelisah dan pada akhirnya akan mengalami kegagalan (Neviyarni, & Monnalisza, 2018).

Kepercayaan diri merupakan hal yang tidak asing lagi dalam kehidupan para remaja. Terkadang pun remaja mengalami krisis kepercayaan diri dalam menentukan perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan sekitarnya. Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai suatu yang menunjukkan keyakinan terhadap tinggi atau rendahnya kemampuan yang dimiliki. Seseorang dengan kepercayaan diri tinggi memiliki keyakinan yang sangat kuat terhadap kemampuan dirinya dan memiliki pengetahuan yang akurat tentang kapasitas yang ada dalam dirinya. Sebaliknya, seseorang dengan kepercayaan diri rendah atau kehilangan kepercayaan diri, memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, serta memiliki keyakinan lemah terhadap kemampuan dirinya dan juga memiliki pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang ada dalam dirinya (Neviyarni, & Monnalisza, 2018).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah konsep diri fisik. Konsep diri fisik adalah sebagai kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri fisiknya sendiri, pendapat tentang gambaran fisik diri di mata orang lain dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai. Baik atau buruknya konsep diri seseorang tersebut tergantung pada dirinya, karena konsep diri akan mempengaruhi seseorang untuk mengoptimalkan dirinya untuk lebih baik lagi (Mudjiran, Mori, & Nurhizrah, 2015).

Konsep diri fisik yang dimaksud adalah bayangan seseorang tentang penampilan fisik dirinya sendiri pada saat ini dan bukanlah bayangan ideal dari dirinya sendiri sebagaimana yang diharapkan atau yang disukai oleh individu bersangkutan. Sejumlah penelitian telah menemukan penampilan fisik merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri remaja (Asmidir, Ifdil, & Amandha, 2017). Konsep diri remaja yang berhubungan dengan ketertarikan fisik merupakan faktor terkuat untuk meramalkan rasa percaya diri keseluruhan dari remaja.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa konsep diri fisik mempengaruhi kepercayaan diri siswa. Konsep diri remaja yang berhubungan dengan ketertarikan fisik merupakan faktor terkuat untuk meramalkan rasa percaya diri keseluruhan dari remaja.

Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Populasi penelitian sebanyak 313 siswa di SMP Negeri 2 Ampek Angkek yang terdaftar pada semester Juli-Desember tahun ajaran 2019/2020 dan sampel sebanyak 174 siswa yang dipilih dengan teknik *Stratified Random Sampling*. Instrumen yang digunakan untuk pengukuran variabel konsep diri fisik yaitu kuesioner konsep diri fisik dan kepercayaan diri yaitu kuesioner kepercayaan diri. Data diolah dengan menggunakan teknik *product moment* dibantu dengan program komputer SPSS 20,00 (*Statistical Package For Sosial Sciens*).

Result and Discussion

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, data hasil penelitian disajikan dan dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian yang diajukan sebelumnya, yaitu mendeskripsikan kepercayaan diri siswa, mendeskripsikan konsep diri fisik siswa, dan menguji hubungan positif yang signifikan antara konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa.

1. Kepercayaan diri

Secara keseluruhan kepercayaan diri siswa SMP Negeri 2 Ampek Angkek berada pada kategori cukup tinggi. Temuan penelitian dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

**Tabel 1. Kepercayaan diri
(n=174)**

| KEPERCAYAAN DIRI | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|---------------|------|--------|-------|--------------|-------|--------|------|---------------|---|-----------|-------|--------------|
| SUB VARIABEL | KATEGORI | | | | | | | | | | RATA-RATA | % | KATEGORI |
| | Sangat tinggi | | Tinggi | | Cukup Tinggi | | Rendah | | Sangat Rendah | | | | |
| | F | % | F | % | F | % | F | % | f | % | | | |
| Keyakinan kemampuan diri (11) | 19 | 10,9 | 121 | 69,54 | 34 | 19,54 | 0 | 0 | 0 | 0 | 38,63 | 70,24 | Tinggi |
| Optimis (8) | 46 | 26,4 | 91 | 52,3 | 37 | 21,26 | 0 | 0 | 0 | 0 | 29,22 | 73,05 | Tinggi |
| Objektif (5) | 35 | 20,1 | 105 | 60,34 | 34 | 19,54 | 0 | 0 | 0 | 0 | 17,83 | 71,32 | Tinggi |
| Bertanggung jawab (3) | 71 | 40,8 | 83 | 47,7 | 20 | 11,49 | 0 | 0 | 0 | 0 | 11,92 | 79,47 | Tinggi |
| Rasional dan realistis (9) | 47 | 27 | 114 | 65,52 | 13 | 7,47 | 0 | 0 | 0 | 0 | 33,74 | 74,98 | Tinggi |
| KESELURUHAN | 0 | 0 | 88 | 50,57 | 84 | 48,28 | 2 | 1,15 | 0 | 0 | 104,36 | 57,98 | Cukup Tinggi |

Pada variabel keyakinan kemampuan diri dengan rata-rata 38,63 dan persentase 70,24 berada pada kategori tinggi, pada variabel optimis dengan rata-rata 29,22 dan persentase 73,05 berada pada kategori tinggi, pada variabel objektif dengan rata-rata 17,83 dan persentase 71,32 berada pada kategori tinggi, selanjutnya pada variabel bertanggung jawab dengan rata-rata 11,92 dan persentase 79,47 berada pada kategori tinggi, kemudian pada variabel rasional dan realistis dengan rata-rata 33,74 dan persentase 74,98 berada pada kategori tinggi.

Hasil penelitian yang diperoleh pada kepercayaan diri berada pada kategori cukup tinggi, hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Herman, Marjohan, & Zamratul (2018), kepercayaan diri yang dimiliki siswa berada pada kategori cukup tinggi, selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Neviyarni & Monnalisza (2018), kepercayaan diri yang dimiliki siswa berada pada kategori cukup tinggi, kemudian hasil penelitian yang dilakukan oleh Asmidir, Ifdil, & Amandha (2017), kepercayaan diri yang dimiliki siswa berada pada kategori cukup tinggi.

Artinya masih ada siswa yang belum mampu bersikap positif terhadap dirinya sendiri dan kemampuan yang dimilikinya sehingga siswa cemas dalam melakukan setiap tindakan. Selain itu siswa tidak dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan siswa tidak dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki untuk mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Hal ini disebabkan siswa memiliki sikap pesimis dalam diri sehingga tidak mampu bersikap positif terhadap dirinya

sendiri dan kemampuan yang dimilikinya (Asmidir, Ifdil, & Amandha, 2017). Kesuksesan di dalam bidang apapun akan sulit dicapai oleh seseorang jika tidak memiliki rasa percaya diri yang cukup (Herman, Marjohan, & Zamratul, 2018).

Banyak hal yang dapat dilakukan untuk menumbuhkan rasa percaya diri, diantaranya memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, siswa tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Selayaknya kepercayaan diri yang dimiliki siswa haruslah berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini dimaksud agar siswa mampu mengembangkan aspek-aspek yang ada dalam dirinya dibutuhkan kepercayaan diri yang tinggi pada siswa tersebut. Dengan rasa percaya diri tinggi yang dimilikinya, siswa akan cenderung berani dalam melakukan sesuatu serta dengan mudah berinteraksi di dalam lingkungan sekitarnya (Herman, Marjohan, & Zamratul, 2018).

2. Konsep Diri Fisik

Secara keseluruhan konsep diri fisik siswa SMP Negeri 2 Ampek Angkek berada pada kategori baik. Temuan penelitian dapat dilihat pada Tabel 2 berikut:

**Tabel 2. Konsep diri fisik
(n=174)**

| Konsep Diri Fisik | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-------------|------|------|-------|------------|-------|------------|------|-------------------|---|-----------|-------|----------|
| Sub Variabel | Kategori | | | | | | | | | | Rata-rata | % | Kategori |
| | Sangat Baik | | Baik | | Cukup Baik | | Tidak Baik | | Sangat Tidak Baik | | | | |
| | f | % | F | % | f | % | f | % | f | % | | | |
| Physical Ability (16) | 9 | 5,17 | 160 | 91,95 | 5 | 2,87 | 0 | 0 | 0 | 0 | 57,34 | 71,68 | Baik |
| Physical Appearance (13) | 1 | 0,57 | 131 | 75,29 | 42 | 24,14 | 0 | 0 | 0 | 0 | 43,47 | 66,88 | Baik |
| Keseluruhan (29) | 0 | 0 | 78 | 44,83 | 94 | 54,02 | 2 | 1,15 | 0 | 0 | 100,81 | 69,52 | Baik |

Pada variabel *physical ability* dengan rata-rata 57,34 dan persentase 71,68 berada pada kategori baik, selanjutnya pada variabel *physical appearance* dengan rata-rata 43,47 dan persentase 66,88 berada pada kategori baik.

Hasil penelitian yang diperoleh pada konsep diri fisik berada pada kategori baik, berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Taufik, Reski, & Ifdil (2017), konsep diri fisik yang dimiliki siswa berada pada kategori cukup baik, kemudian penelitian yang dilakukan oleh Mudjiran, Mori, & Gistituati (2015), menunjukkan konsep diri fisik yang dimiliki siswa berada pada kategori cukup dan penelitian yang dilakukan oleh Riza, Yarmis, & Yeni (2019) menunjukkan konsep diri fisik yang dimiliki siswa berada pada kategori cukup baik.

Artinya masih ada siswa yang memiliki keyakinan kurang baik terhadap diri sendiri terkait dengan konsep diri fisik sehingga siswa tidak yakin dengan keadaan diri sendiri. Siswa sulit untuk yakin dengan diri sendiri karena memiliki persepsi negatif tentang diri sendiri terutama tentang konsep diri fisik. Persepsi yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi sikap dan tindakan yang akan diambil (Rahmi, & Triyono, 2018).

3. Hubungan konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa SMP

Selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa, terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa, dengan koefisien sebesar 0,431 dengan nilai signifikan sig.(2-tailed) sebesar 0,000 hasil yang

diperoleh dari pengajuan hipotesis terungkap bahwa H_a diterima terdapat hubungan antara konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa, artinya terdapat hubungan yang signifikan positif antara hubungan konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa.

Hubungan positif yang signifikan ini dapat diartikan, semakin baik konsep diri fisik siswa maka kepercayaan diri siswa akan semakin tinggi pula. Sebaliknya, semakin tidak baik konsep diri siswa maka kepercayaan diri siswa akan semakin rendah pula. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan adanya korelasi antara konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa dapat diterima.

Sejalan dengan itu, sejumlah peneliti telah menemukan konsep diri fisik merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri siswa. Sebagai contoh adalah pada penelitian Harter, konsep diri fisik secara konsisten berkorelasi paling kuat dengan rasa percaya diri secara umum, yang baru kemudian diikuti oleh penerimaan sosial teman sebaya. Konsep diri fisik yang sangat berpengaruh pada kepercayaan diri didasarkan bagaimana individu tersebut melihat bagaimana *physical ability* (kemampuan fisik) dan *physical appearance* (penampilan fisik) yang ia miliki serta bagaimana penilaian individu tersebut terhadap konsep diri fisik yang ia miliki dan bagaimana keadaan fisik yang ia inginkan (Asmidir, Ifdil, & Amandha, 2017).

Konsep diri fisik adalah konsep diri yang dimiliki individu tentang penampilan tubuhnya yang ideal. Setiap individu memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkannya termasuk bentuk tubuh seperti apa yang dimilikinya. Konsep diri fisik siswa banyak dipengaruhi oleh persepsi tentang standar tubuh yang terpopuler dikalangan siswa saat ini, lalu siswa mulai berlomba-lomba menyesuaikan tubuhnya dengan kondisi tersebut tanpa memandang baik buruk terhadap tubuhnya. Inilah yang kemudian menjadikan konsep diri fisik siswa tentang tubuhnya semakin lama semakin tidak baik.

Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan rasa tidak percaya diri. Akibat persepsi tubuhnya yang semakin buruk, siswa semakin tidak percaya diri baik itu pada penampilan di depan umum maupun kemampuan terhadap dirinya sendiri. Tentu saja ini berbanding terbalik dengan teori yang dikemukakan oleh Surya (dalam Asmidir, Ifdil, & Amandha, 2017) yang menyatakan seseorang akan percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan orang tersebut merasa puas melihat bentuk tubuhnya, maka konsep diri fisik yang terbentuk pun menjadi positif.

Conclusion

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa: (1) Kepercayaan diri siswa SMP Negeri 2 Ampek Angkek secara umum berada pada kategori cukup tinggi, (2) Konsep diri fisik siswa SMP Negeri 2 Ampek Angkek secara keseluruhan berada pada kategori baik, (3) Terdapat hubungan yang positif signifikan antara konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa. Artinya, semakin baik konsep diri fisik siswa maka kepercayaan diri siswa juga akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin tidak baik konsep diri fisik siswa maka akan semakin rendah kepercayaan diri siswa.

Saran yang dapat diberikan kepada beberapa pihak dengan dasar hasil penelitian adalah diharapkan agar siswa dapat lebih berfikir positif tentang konsep diri fisik dan lebih meningkatkan kepercayaan dirinya dalam apapun secara positif. Kepada guru BK diharapkan dapat berperan aktif dalam mengarahkan pikiran positif terhadap konsep diri fisik dan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Guru BK dapat bekerjasama dengan personel sekolah agar mampu meningkatkan keyakinan dan pemikiran positif terhadap konsep diri fisik dengan kepercayaan diri siswa.

Diharapkan kepada guru mata pelajaran agar mampu memberikan penguatan kepada siswa sehingga siswa mampu untuk mengembangkan aspek-aspek yang ada didalam dirinya dan memiliki keyakinan dan berfikir positif terhadap konsep diri fisik dan kepercayaan dirinya. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian lanjutan dengan meneliti variabel lain dan subjek penelitian yang berbeda, yang diperkirakan berkontribusi terhadap konsep diri fisik dan kepercayaan diri siswa.

References

- Afdal., Hariko, R., & Salmi. (2017). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku *Bullying* Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 8(2), 88-99.
- Febriani, Rahmi. D., & Triyono. (2018). Persepsi Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Terhadap Pendidikan Lanjutan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*. 3(1), 72.
- Ifdil, Emria, F., Zola, N. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*. 4(1), 1-2.
- Ilyas, A., Ifdil., & Amandha, U.D. (2017). Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 2(3), 107-113.
- Karneli, Y., Novilda, R., & Syukur, Y. (2019). Description of the Condition of Student's Self Concept. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*. 1(1), 79-88.
- Mudjiran., Mori, D., & Gistituati, N. (2015). Kontribusi Dukungan Sosial dan Konsep Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa di SMP Negeri Kecamatan Batang Kapas Pesisir Selatan. *Konselor*. 4(1), 19-20.
- Neviyarni., & Monnalisza. (2018). Kepercayaan Diri Remaja Panti Asuhan Aisyiyah dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*. 3(2), 77-83.
- Nirwana, H., Marjohan., & Zamratul, A. (2018). Kontribusi Penguatan Guru Mata Pelajaran Dan Kepercayaan Diri Siswa Terhadap Keaktifan Siswa Dalam Belajar. *Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*. 1(1), 1-11.
- Ridha, M., Mudjiran., & Annisa, A. (2016). Hubungan Konsep Diri Siswa dengan Tingkah Laku Sosial Siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*. 2(2), 25-26.
- Said, A., Ibrahim, I., & Anggi, A.M. (2014). *Self Confidence* Siswa Dalam Menyelesaikan Tugas Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Dan Konseling. *Konselor*. 3(3), 1412.
- Sano, A., Ibrahim, I., & Juliana. (2014). Konsep Diri Remaja pada Masa Pubertas dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 2(1), 1-2.
- Sukmawati, I., Taufik., & Winda, P. S. (2016). Hubungan Konsep Diri Akademik Dengan Motivasi Berprestasi. *Jurnal Pendidikan Indonesia*. 2(2), 35.
- Taufik, Reski, N., & Ifdil. (2017). Konsep Diri Dan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia*. 3(2), 85-91.