

Pengaruh *Self Image* dan Penerimaan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Remaja yang Mengunggah Foto *Selfie* di Media Sosial *Instagram*

Selviana, Sari Yulinar

Universitas Persada Indonesia YAI

Jl. Diponegoro No 74 Jakarta Pusat 10430,

E-mail: selviana.psikologi@gmail.com, YulinarNainggolan@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh antara *self image* dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*. Metode pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling*. Responden penelitian ini adalah *followers* yang mengikuti akun *Instagram* peneliti berjumlah 108 remaja. Instrumen penelitian ini menggunakan tiga model skala Likert, yaitu : skala Kepercayaan Diri, skala *Self Image*, dan skala Penerimaan Sosial. Teknik analisis data yang digunakan adalah *regresi linear*. Hasil dari uji hipotesis *self image* terhadap kepercayaan diri diperoleh nilai koefisien t hitung sebesar 10.850 dan p sebesar 0.000; ($p < 0.05$) maka H_{01} ditolak dan H_{a1} diterima. Sedangkan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri diperoleh nilai koefisien t hitung sebesar 7.479 dan p sebesar 0.000; ($p < 0.05$) maka H_{02} ditolak dan H_{a2} diterima. Diperoleh nilai F hitung sebesar 86.857 dan p sebesar 0.000; ($p < 0.05$). H_{03} ditolak dan H_{a3} yang berbunyi ada pengaruh *self image* dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram* diterima.

Kata Kunci : *Self Image*, Penerimaan Sosial, Kepercayaan Diri

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of self-image and social acceptance on self-confidence in adolescents who upload selfie photos on Instagram social media. The sampling method used was convenience sampling. Respondents of this study are followers who follow the researcher's Instagram account with a sample of 108 teenagers. This research instrument uses three Likert scale models, namely: self-confidence scale, self image scale, and social acceptance scale. The data analysis technique used is linear regression. The results of the self-image hypothesis test on self-confidence obtained the value of the t-count coefficient of 10.850 and p of 0.000; ($p < 0.05$) then H_{01} is rejected and H_{a1} is accepted. Meanwhile, social acceptance of self-confidence is obtained by the t-count coefficient of 7.479 and p of 0.000; ($p < 0.05$) then H_{02} is rejected and H_{a2} is accepted. The calculated F value is 86,857 and p is 0.000; ($p < 0.05$). H_{03} is rejected and H_{a3} which reads that there is an influence of self image and social acceptance on the self-confidence of teenagers who upload selfie photos on Instagram social media is accepted.

Keywords : *Self-Image, Social Acceptance, Self-Confidence*

1. PENDAHULUAN

Media sosial adalah sebuah wadah yang mampu menciptakan berbagai bentuk komunikasi dan pemberian berbagai macam informasi bagi semua kalangan masyarakat (Sahaja, 2017). Situs media sosial bermacam-macam jenis dan bentuknya, seperti *Facebook*, *Twitter*, *Tumblr*, *Pinterest*, *Instagram*, dan *Youtube*. Salah satu media sosial yang sedang diminati remaja zaman sekarang adalah *Instagram*. Kehadiran media sosial *Instagram* di kalangan remaja menjadi sebuah fenomena yang menarik.

Instagram sendiri pertama kali dirilis pada tanggal 6 Oktober tahun 2010 di Amerika (Stephanie, 2020). *Instagram* mulai masuk ke Indonesia pada awal tahun 2011, merupakan media sosial yang digunakan oleh individu agar bersosialisasi, dengan cara berbagi foto, berita dan video yang memungkinkan menerapkan filter *digital*, dan membagikannya ke sesama pengguna *Instagram* (Stephanie, 2020).

Munculnya *Instagram* berimbas pada banyaknya peminat foto *selfie* yang meledak. *Selfie* merupakan singkatan dari *Self Photography* adalah foto hasil memotret diri sendiri baik itu dari bagian wajah hingga seluruh tubuh yang biasanya dilakukan dengan *handphone*, setelah itu ditunjukkan kepada orang lain melalui media sosial (Brilian, 2015). Terlebih karena kemajuan teknologi dan menjadikan mudahnya seseorang dalam mengambil foto *selfie*, dengan hanya menggunakan *handphone* sekarang sudah menghasilkan foto *selfie*, dengan kualitas yang baik.

Pada kehidupan sekarang ini tidak sulit untuk menemukan seseorang melakukan foto *selfie*, ada yang di cafe, di mall, di jalan, bahkan di dalam toilet dan bisa dimana saja orang melakukan foto diri sendiri dan mengunggahnya ke *Instagram*. Inilah yang menggambarkan bahwa *selfie* dan mengunggahnya ke *Instagram* suatu tren yang sedang diminati oleh masyarakat khususnya remaja. Hal ini di karena kan foto *selfie* yang diunggah ke *Instagram* dapat memenuhi ke arah mengekspresikan diri, menyalurkan hobi, dan menunjukkan kepercayaan diri.

Seperti yang dikatakan oleh (Shania, 2021), "*Instagram* menjadi rumahnya *selfie*". Saat ini, *Instagram* menjadi layanan favorit buat berbagi foto *selfie*. Aplikasi ini jadi sangat populer karena mengizinkan penggunaannya untuk mengedit, memberi filter, dan mengunggah foto secara praktis. Fenomena *selfie* berkaitan dengan kepercayaan diri remaja atas dirinya sendiri (Simatupang, 2015).

Santrock (2012) berpendapat bahwa masa remaja sering disebut *adolescence* yang berarti periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang dimulai pada sekitar usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia sekitar 18 hingga 22 tahun. Karena masa transisi atau peralihan menyebabkan remaja sering

mengalami masalah, oleh karena itu disebut dengan *problem age* (Hurlock, 2014).

Selfie pada remaja dilakukan dalam berbagai macam kesempatan dan berbagai macam tujuan. Secara tak langsung *selfie* sendiri memperlihatkan dampak seberapa besar krisis kepercayaan diri remaja, persaingan kehidupan mewah, dan tidak mau menatap realita dan kenyataan. Dalam hal ini remaja selalu mengikuti tren yang sedang berlangsung di dunia maya dan di kalangan remaja.

Menurut Ghufron dan Risnawita (2020) kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang, tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang remaja dalam kehidupan bermasyarakat. Dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang remaja mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya dan mampu untuk berinteraksi dengan lingkungan yang ada di sekitarnya. Kepercayaan diri diperlukan oleh remaja secara individual maupun kelompok.

Senada menurut Surya (dalam Wahyuni & Fahrudin, 2020) menyatakan bahwa percaya diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertingkah laku.

Lanjut menurut Rini (dalam Ghufron & Risnawita, 2020) orang yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Seseorang yang ingin bahagia membutuhkan kepercayaan diri yang tinggi supaya tidak diremehkan orang lain dengan menunjukkan keterampilan berupa karya-karya yang disebarakan melalui media sosial salah satunya *Instagram*.

Remaja yang mengunggah foto *selfie* ke *Instagram* mengharapkan respon baik dengan diberikan "*love*" dan komentar dari pengguna *Instagram* lainnya (Tiggemann et al., 2018). Berdasarkan penelitian yang diinisiasi oleh Dove, salah satu perusahaan yang bergerak di bidang "*Consumer Goods*" melalui "*Self-Esteem Project*", penelitian yang meneliti sejumlah wanita dari pengguna media sosial di Amerika dan hasil penelitiannya melaporkan bahwa 60% dari perempuan yang diteliti merasa kehilangan kepercayaan diri dan kecewa pada diri sendiri jika mereka tidak mendapat jumlah "*love*" seperti yang diharapkan, artinya banyak wanita pengguna media sosial khususnya *Instagram* dalam penelitian tersebut memiliki rasa senang dan kebahagiaan dalam hidup ditentukan oleh foto *selfie* yang mereka tampilkan.

Menurut Ridgway dan Clayton (2016) para remaja akan lebih percaya diri ketika foto *selfie*-nya disukai banyak pengguna *Instagram* lainnya dan sebaliknya remaja akan merasa kurang percaya diri saat “love” dalam foto *selfie* para remaja sedikit. Kepercayaan diri yang dimiliki remaja berbeda-beda tingkatannya. Hal tersebut karena kepercayaan diri remaja dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Menurut Anthony (2009) faktor internal yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah konsep diri, harga diri, penampilan fisik, dan pengalaman hidup. Dalam penelitian ini penulis memilih faktor konsep diri komponen kognitif yang disebut *self image* atau citra diri sebagai faktor internal.

Menurut Bailey (2003) *self image* sebagai persepsi subjektif dari diri sendiri, termasuk gambaran tubuh, kesan dari kepribadian seseorang, dan lain sebagainya. *Self image* seseorang adalah gambaran mental, penampilan fisik, penggabungan ekspresi, keinginan, dan perasaan seseorang.

Menurut Marhamah dan Okatiranti (2014) *self image* sering disebut sebagai cermin diri, cara individu melihat diri sendiri dan berpikir mengenai diri individu sekarang atau saat ini.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Amma et al., 2017) dan (Wahyuni & Fahrudin, 2020) menunjukkan bahwa *self image* mempengaruhi kepercayaan diri, karena semakin positif *self image* akan menimbulkan kepercayaan diri yang positif pula sehingga individu dapat melakukan segalanya secara mandiri dalam bertindak dan berinteraksi dengan teman atau masyarakat.

Remaja yang memiliki *self image* yang positif seperti merasa penampilannya tidak ada yang kekurangan secara fisik, merasa cantik atau tampan, berat badan ideal, memandang etika moral dirinya dengan berpegang teguh pada kejujuran, tanggung jawab atas kegagalan yang dialaminya, religiusitas, serta kesesuaian perilakunya dengan norma-norma masyarakat. Remaja yang memiliki *self image* positif menimbulkan kepercayaan diri positif juga dengan mampu secara mandiri bertindak melakukan pekerjaan tanpa bantuan seseorang, timbulnya rasa percaya diri untuk melakukan sesuatu yang positif seperti menolong orang dan bisa menghargai teman, keluarga atau orang lain. Kepercayaan diri yang positif akan menyebabkan remaja menjadi optimis dalam hidup, setiap persoalan yang datang akan dihadapi dengan tenang dan mempunyai keyakinan untuk berhasil (Novia, 2019).

Menurut Hurlock (2018) *self image* negatif akan mengembangkan perasaan ketidakmampuan dan kurang percaya diri, sehingga menumbuhkan penyesuaian pribadi dan sosial yang buruk. Penampilan diri yang berbeda membuat individu merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik. Setiap cacat fisik merupakan hal yang memalukan yang mengakibatkan perasaan kurang percaya diri. Sebaliknya daya tarik fisik menimbulkan penilaian

yang menyenangkan tentang ciri kepribadian dan menambah dukungan sosial.

Selanjutnya, faktor eksternal yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain adalah faktor pendidikan, pekerjaan, dan lingkungan. Dalam penelitian ini penulis memilih faktor lingkungan sebagai faktor eksternal. Lingkungan di sini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat, yang dimaksud lingkungan masyarakat di sini adalah penerimaan sosial, semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin menumbuhkan rasa percaya diri.

Penerimaan sosial berarti keberadaan individu yang ditanggapi secara positif oleh orang lain dalam suatu hubungan yang dekat dan hangat dalam suatu kelompok sosial (Hurlock, 2018). Karena remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman-teman sebagai kelompok, maka dapat di mengerti bahwa pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku lebih besar dari pada pengaruh keluarga.

Penerimaan sosial mempunyai arti yang penting bagi remaja, dengan penerimaan dari kelompok teman sebaya, lawan jenis, ataupun sesama jenis, remaja memperoleh rasa dibutuhkan dan rasa berharga. Tanpa penerimaan teman sekelompok, maka akan menimbulkan gangguan-gangguan perkembangan psikis dan sosial remaja yang bersangkutan. Hal ini selaras dengan pendapat dari Sinthia (2011) bahwa betapa pentingnya penerimaan sosial dalam kehidupan remaja. Untuk mencapai kebahagiaan, seseorang memerlukan afeksi, keberhasilan dan penerimaan sosial. Penerimaan sosial di artikan sebagai perhatian positif dari orang lain.

Menurut Karina dan Suryanto (2012) penerimaan sosial adalah kesediaan individu menerima kehadiran orang lain dan melibatkan mereka dalam suatu interaksi sosial guna mengembangkan relasi sosial yang positif. Dalam hal ini kesediaan seorang remaja untuk menerima keberadaan orang lain dan terlibat dalam interaksi sosial yang bertujuan untuk menjalin hubungan sosial yang positif dapat dikatakan bahwa remaja tersebut memiliki penerimaan sosial yang baik.

Hasil penelitian (Sinthia, 2011) terdapat hubungan positif yang signifikan antara penerimaan sosial dengan kepercayaan diri. Penerimaan sosial bagi seorang remaja adalah adanya rasa berharga dan dibutuhkan oleh kelompoknya. Hal ini akan menimbulkan rasa percaya diri yang besar, terlihat dalam sikap yang tenang dan seimbang dalam situasi sosial.

Menurut hasil wawancara peneliti kepada beberapa remaja pengguna *Instagram*. Terdapat

beberapa remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah, remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah ditunjukkan dengan : remaja sering menghapus foto yang di unggah ke *Instagram* miliknya karena jumlah “like” tidak sesuai dengan jumlah pengikutnya, merasa dirinya ada yang kekurangan. Namun, beberapa remaja yang lainnya memiliki kepercayaan diri yang tinggi sehingga saat mengunggah foto ke *Instagram* mereka tidak memperdulikan jumlah “like” yang di dapat.

Kepercayaan Diri dengan *Self Image* dan Penerimaan Sosial saling mempengaruhi satu sama lain. Remaja yang memiliki *self image* positif dan remaja yang mendapatkan penerimaan sosial, maka akan memiliki kepercayaan diri yang baik. Semakin tinggi *self image* dan penerimaan sosial, maka semakin tinggi pula kepercayaan diri remaja. Sebaliknya, semakin rendah *self image* dan penerimaan sosial, maka semakin rendah pula kepercayaan diri remaja.

Berdasarkan Latar Belakang Masalah di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul : “Pengaruh *Self Image* dan Penerimaan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Remaja yang mengunggah foto *selfie* di *Instagram*”.

2. METODOLOGI

Responden penelitian ini adalah *followers* (pengikut) remaja dari media sosial *Instagram* peneliti dengan jumlah 150 *followers* yang berusia sekitar 12-22 tahun. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Convenience Sampling*. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert* dengan alternatif jawaban yang terdiri dari Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Metode untuk menguji hipotesis dan menganalisis data menggunakan *Regresi Linear*.

3. LANDASAN TEORI

Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Ramadhani dan Putrianti (2017) kepercayaan diri adalah suatu sikap dan keyakinan pada diri sendiri akan kemampuan yang dimilikinya dan muncul karena adanya sikap positif terhadap kemampuannya, sehingga tidak perlu ragu-ragu dalam mengambil keputusan dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Dalam hal ini seseorang remaja harus memiliki sikap dan keyakinan pada diri sendiri terhadap kemampuannya untuk mencapai segala sesuatu yang diinginkan.

Selaras dengan hal ini, Anthony (2009) berpendapat, bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, mandiri, mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang

diinginkan. Dapat dikatakan bahwa remaja yang percaya diri mampu menerima kenyataan, dan mampu mencapai tujuan.

Sedangkan menurut Lauster (dalam Ghufron & Risnawita, 2020) mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupaya keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Lauster juga menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dalam penelitian ini definisi kepercayaan diri merupakan sikap positif individu akan kemampuan dirinya yang ditunjukkan dalam perilakunya sehari-hari sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain.

Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Anthony (2009) ada dua faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yaitu:

- 1) Faktor Internal
- a. Konsep Diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan berkembangnya konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya di dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri. Menurut Ghufron dan Risnawita (2020) konsep diri adalah apa yang dipikirkan dan dirasakan tentang dirinya sendiri. Ada dua konsep diri, yaitu konsep diri komponen kognitif dan konsep diri komponen afektif. Komponen kognitif disebut *self image* atau citra diri dan komponen afektif disebut *self esteem*. Komponen kognitif adalah pengetahuan individu tentang dirinya mencakup pengetahuan “siapa saya” yang akan memberikan gambaran tentang diri saya. Gambaran ini disebut citra diri. Sementara itu, komponen afektif merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang akan membentuk bagaimana penerimaan terhadap diri dan harga diri individu.

- b. Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

- c. Penampilan Fisik

Penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan kepercayaan diri individu. Individu yang memiliki tampilan fisik yang menarik lebih sering diperlakukan dengan baik dibandingkan dengan individu yang mempunyai penampilan kurang menarik.

- d. Pengalaman Hidup

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang. Menurut Anthony (2009) mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

2) Faktor Eksternal

a. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang memiliki pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

b. Lingkungan

Lingkungan di sini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat, yang dimaksud lingkungan masyarakat di sini adalah penerimaan sosial, semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin menumbuhkan rasa percaya diri.

c. Pekerjaan

Rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan. Seseorang dapat mengembangkan kreativitas dan kemandirian serta kepercayaan diri dengan bekerja. Kepuasan dan rasa bangga juga didapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor – faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri yaitu, konsep diri, harga diri, penampilan fisik, pengalaman hidup, pendidikan, lingkungan, dan pekerjaan. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, faktor-faktor yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *self image* dan penerimaan sosial. Kedua faktor ini dipilih oleh penulis karena dianggap lebih relevan dalam fenomena penelitian kepercayaan diri seorang remaja yang mengunggah foto *selfie* ke media sosial *Instagram*.

Aspek – Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Rini (dalam Ghufroon & Risnawita, 2020) orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya.

Individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut,

dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat. Menurut Lauster (dalam Ghufroon & Risnawita, 2020) orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah sebagai berikut :

a. Keyakinan Kemampuan Diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh – sungguh akan apa yang dilakukannya.

b. Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

c. Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

d. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

e. Rasional dan Realistis

Rasional dan Realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Pengertian *Self Image*

Menurut *American Psychiatric Association* (VandenBos, 2007) *self image* atau citra diri merupakan pandangan atau konsep diri seseorang, berupa aspek penting dari kepribadian seseorang yang dapat menentukan keberhasilan hubungan dan *general well-being* seseorang. Dapat dikatakan *self image* atau citra diri adalah bagian dari konsep diri yang berkaitan dengan sifat fisik. Citra diri adalah deskripsi seseorang tentang fisik mereka sendiri.

Sedangkan Gunawan (dalam Purnamasari & Agustin, 2018) mengemukakan bahwa *self image* adalah cara individu melihat dirinya sendiri dan menentukan prestasi dimasa sekarang. Seiring dengan pernyataan tersebut Hoft (2001) mengatakan bahwa *self image* adalah cara seseorang memandang diri sendiri, bukan hanya ketika menatap ke dalam cermin dan memandang penampilan luar, melainkan apa yang mereka percayai tentang diri sendiri. Dalam hal ini setiap orang akan memiliki *self image* tentang diri sendiri, baik citra diri sejati maupun citra diri yang diinginkan. Kemampuan yang dimiliki, keadaan lingkungan, serta sikap dan pendapat pribadinya akan mempengaruhi seseorang dalam bentuk citranya.

Menurut Holden (2007) bahwa *self image* terbentuk dari penilaian yang dibuat oleh diri sendiri maupun oleh orang lain dan citra diri terbentuk dari informasi, pengalaman, umpan balik, dan kesimpulan yang dibuat sendiri. Individu memberikan gambaran tentang bagaimana menilai

dirinya sendiri dan bagaimana orang lain memberikan penilaian tentang dirinya.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self image* merupakan gambaran tentang diri serta pandangan dan keyakinan individu secara keseluruhan mengenai dirinya sendiri yang terbentuk berdasarkan penilaian diri sendiri, maupun orang lain.

Karakteristik *Self Image*

Menurut (Lusi, 2010) mengatakan bahwa setiap orang memiliki *self image* yang berbeda. Ada yang memiliki *self image* negatif ada yang memiliki *self image* positif dan ada pula yang berada pada tingkatan campuran antara negatif dan positif. Hal ini berkaitan dengan keadaan tertentu yang dialami. *Self image* negatif adalah gambaran dari individu yang salah mengenal diri dan salah mendefinisikan dirinya sedangkan *self image* positif adalah tahap ideal tertentu yang dibangun atas dasar yang tepat. Berikut karakteristik dari *self image* tersebut :

- a. *Self Image* Negatif
 - 1) Salah kenal diri
 - 2) Salah perlakuan diri
 - 3) Salah jalani diri
 - 4) Hidup dalam diri bayangan
- b. *Self Image* Positif
 - 1) Kenal diri
 - 2) Perlakuan diri dengan benar
 - 3) Jalani diri dengan benar
 - 4) Hidup dengan diri sejati
- c. *Self Image* antara Positif dan Negatif
 - 1) Kenal diri sejati secara kognitif
 - 2) Tidak maksimal perlakuan diri
 - 3) Tidak maksimal jalani diri
 - 4) Kadang-kadang terjebak dalam diri bayangan

Komponen – Komponen *Self Image*

Menurut Jersild (dalam Ni'mah & Rohmatun, 2017) *self image* memiliki beberapa komponen antara lain, yaitu :

- a. *Perceptual Component*

Komponen ini merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai penampilan dirinya, terutama tubuh dan ekspresi yang diberikan pada orang lain. Komponen ini disebut *physical self image*.
- b. *Conceptual Component*

Komponen ini merupakan suatu gambaran tentang karakteristik dalam diri seseorang yang meliputi tentang kelebihan dan kekurangan yang dimiliki oleh individu, kemampuan diri, serta keterbatasan yang dimiliki oleh individu. Komponen ini disebut *psychological self image*.
- c. *Attitudinal Component*

Komponen ini merupakan pemikiran serta perasaan individu mengenai dirinya, status dan pandangan terhadap individu lain. Komponen ini disebut sebagai *social self image*.

Berdasarkan berbagai teori yang telah dipaparkan di atas, maka yang dipilih sebagai teori dalam pembuatan alat ukur adalah komponen-komponen *self image*.

Pengertian Penerimaan Sosial

Menurut Karina dan Suryanto (2012) penerimaan sosial adalah kesediaan individu untuk menerima kehadiran orang lain dan terlibat dalam rangka membangun hubungan sosial yang positif. Dengan kata lain individu yang mendapatkan penerimaan sosial akan merasa dapat pengakuan dan penghargaan dari individu lain atau kelompok secara utuh.

Menerima berarti lebih menekankan dan memandang manusia sebagai “individu” bukan sebagai objek. Gambaran tentang manusia yang merasa diterima ialah apabila individu merasa diperhatikan, didukung secara emosional, dan merasakan hubungan yang erat dengan orang lain (Rakhmat dalam Karina & Suryanto, 2012). Individu yang merasa di terima secara baik oleh lingkungannya akan merasakan kenyamanan dalam suatu kelompok sosial.

Menurut Hurlock (2018) Penerimaan sosial berarti dipilih sebagai teman dalam suatu aktivitas kelompok sosial, di mana individu menjadi anggotanya. Ini merupakan indeks keberhasilan yang dapat digunakan untuk menunjukkan derajat rasa suka anggota kelompok yang lain untuk dapat berinteraksi dan bekerja sama. Penerimaan sosial sebagai keberadaan individu yang ditanggapi secara positif oleh orang lain dalam suatu hubungan yang dekat dan hangat dalam suatu kelompok sosial.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan sosial merupakan keberadaan individu yang diterima secara positif oleh orang lain dalam suatu hubungan yang dekat sehingga individu merasa nyaman dan berharga dalam suatu kelompok sosial.

Kategori Penerimaan Sosial

Menurut Hurlock (2018) penerimaan sosial memiliki beberapa kategori, yaitu:

- a. *Star*

Individu yang bisa diterima oleh kebanyakan orang atau keberadaannya dapat diterima di berbagai kalangan. “*Star*” adalah istilah yang dikenakan pada individu yang memperoleh tingkat tertinggi dalam penerimaan sosial.
- b. *Accepted*

Individu yang “*Accepted*” atau diterima maupun disukai sebagian besar anggota kelompok baik itu kelompok besar maupun kelompok kecil dalam lingkungan sosialnya.
- c. *Isolate*

Isolate adalah individu yang terisolasi dari lingkungan. Individu yang tidak memiliki teman dekat di antara teman sebaya. Hanya

sedikit sekali remaja yang tergolong dalam kategori ini. Ada dua jenis *isolate*. Pertama, individu yang menarik dirinya dari lingkungannya karena kurang memiliki minat untuk menjadi anggota untuk mengikuti aktivitas sosial disebut dengan “*voluntary isolate*”. Kedua, individu yang ditolak oleh lingkungannya meskipun dia ingin ikut andil dalam lingkungan sosialnya dan ini disebut “*involuntary isolate*”.

d. *Fringer*

Fringer adalah individu yang tergolong dalam kelompok sosial yang tersisihkan. Posisi *fringer* tidak aman karena individu yang berada pada posisi ini bisa kehilangan kepercayaan dari lingkungannya.

e. *Climber*

Climber adalah posisi individu yang ingin dihargai. Individu sebenarnya sudah diterima dilingkungannya tetapi belum puas dengan penerimaan sosialnya tersebut. Individu ingin memperoleh penerimaan sosial lebih dari yang dialami saat ini.

f. *Neglectee*

Neglectee adalah individu yang tidak disukai tetapi juga tidak dibenci. Individu diabaikan karena pemalu, pendiam, dan tidak termasuk dalam golongan tertentu. Individu memiliki ciri kepribadian yang kurang mendukung penerimaan sosial. Individu ini hampir tidak memberikan sumbangan apapun sehingga anggota kelompok lain mengabaikannya.

Ciri – ciri yang Menimbulkan Penerimaan Sosial

Menurut Hurlock (2018) ada beberapa ciri – ciri yang menimbulkan penerimaan sosial, yaitu :

- Secara sosial bersifat ramah dan kooperatif, individu mudah bergaul dan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.
- Dapat menyesuaikan diri tanpa menimbulkan kekacauan, individu dapat menyelesaikan masalah dengan baik tanpa membuat masalah lainnya.
- Mengikuti peraturan yang ada, individu dapat mematuhi peraturan yang telah dibuat tanpa melanggarnya.
- Menerima dengan senang hati dengan apa yang terjadi, individu dapat menerima dengan lapang dada terhadap masalah yang dialaminya.
- Memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki sikap yang ramah maupun mudah menyesuaikan dengan lingkungannya.
- Bersikap baik dengan orang lain, individu dapat bersikap sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungannya.

g. Bertanggung jawab, individu memiliki sikap yang bertanggung jawab atas dirinya maupun menyangkut orang lain.

h. Berpartisipasi dan menikmati aktivitas sosial, individu senang berkontribusi dan berpartisipasi dalam organisasi – organisasi yang ada di lingkungannya.

i. Merasa aman dalam status yang individu miliki, merasa dirinya memiliki status sosial yang jelas di lingkungan sosial dan masyarakatnya.

Berdasarkan berbagai teori yang telah dipaparkan di atas, maka yang dipilih sebagai teori dalam pembuatan alat ukur adalah kategori penerimaan sosial.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji validitas kepercayaan diri 24 item valid dan tidak ada yang gugur, *self image* 12 item valid dan 3 gugur, dan penerimaan sosial sebanyak 15 item valid dan 9 gugur. Dengan reliabilitas kepercayaan diri sebesar 0.944 sangat reliabel, *self image* sebesar 0.907 sangat reliabel, dan penerimaan sosial sebesar 0.773 reliabel.

Hasil Uji normalitas dengan menggunakan metode Kolmogorov Smirnov, dimana diperoleh hasil skala Kepercayaan Diri yaitu 0.200; (p) > 0.05, hasil skala *Self Image* yaitu 0.60; (p) > 0.05, dan hasil skala Penerimaan Sosial yaitu 0.90; (p) > 0.05. Maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan mean temuan kepercayaan diri sebesar 72.5 kategori tinggi, *self image* 29.3 kategori sedang, dan penerimaan sosial 45.4 kategori tinggi.

Hasil uji hipotesis pertama dilakukan menggunakan teknik analisis regresi sederhana mengenai pengaruh *self image* terhadap kepercayaan diri diperoleh nilai koefisien t hitung sebesar = 10.850 dengan nilai sig 0.000; (p) < 0.05. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah positif antara *self image* terhadap kepercayaan diri. Maka dapat disimpulkan bahwa H_{01} : “Tidak ada pengaruh *self image* terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*” **ditolak** sedangkan H_{a1} : “Ada pengaruh *self image* terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*” **diterima**. Hasil dari uji hipotesis kedua dilakukan menggunakan teknik analisis regresi sederhana mengenai pengaruh penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri diperoleh nilai koefisien t hitung sebesar = 7.479 dengan nilai sig 0.000; (p) < 0.05. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan dengan arah positif antara penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri. Maka, dapat disimpulkan bahwa H_{02} : “Tidak ada pengaruh penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*” **ditolak** sedangkan H_{a2} : “Ada pengaruh penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*” **diterima**.

Hasil dari uji hipotesis ketiga dilakukan menggunakan teknik analisis regresi ganda mengenai pengaruh *self image* dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri diperoleh nilai F hitung sebesar = 86.857 dengan sig 0.000; (p) < 0.05. Artinya, terdapat pengaruh antara *self image* dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri. Maka, dapat disimpulkan bahwa H₀₃ : “Tidak ada pengaruh *self image* dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*” **ditolak** sedangkan H_{a3} : “Ada pengaruh *self image* dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*” **diterima**.

Hasil kontribusi *self image* dan penerimaan sosial dengan kepercayaan diri memperoleh nilai R square = 0.623. Hal ini berarti variabel *self image* dan penerimaan sosial memberikan kontribusi sebesar 62.3% terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*. Variabel *self image* memberikan kontribusi sebesar 52.6% (R² = 0.526) dan variabel penerimaan sosial tidak dominan mempengaruhi kepercayaan diri, dengan memberikan kontribusi sebesar 9.7% (diperoleh dari 62.3% - 52.6%) terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*.

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan terhadap 108 responden diperoleh hasil analisis dengan metode regresi sederhana pada pengaruh *self image* terhadap kepercayaan diri yaitu t hitung = 10.850 dengan nilai sig 0.000; (p) < 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh *self image* terhadap kepercayaan diri. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Amma et al., 2017) yang menyatakan bahwa semakin positif *self image* membuat kepercayaan diri remaja juga semakin positif.

Pada hasil analisis kedua diperoleh hasil analisis dengan metode regresi sederhana pada pengaruh penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri yaitu t hitung sebesar = 7.479 dengan nilai sig 0.000; (p) < 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan (Sinthia, 2011) yang menyatakan bahwa semakin positif penerimaan sosial bagi seorang remaja maka akan menimbulkan kepercayaan diri yang besar.

Hasil analisis ketiga menyatakan bahwa diperoleh F hitung sebesar = 86.857 dengan sig 0.000; (p) < 0.05. Artinya terdapat pengaruh antara *self image* dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri. Berdasarkan nilai R

square = 0.623, *self image* dan penerimaan sosial memberikan kontribusi sebesar 62.3% terhadap kepercayaan diri. Hal ini berarti 37.7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Ada pengaruh yang signifikan dengan arah positif pada *self image* terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*..
2. Ada pengaruh yang signifikan dengan arah positif pada penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *self image* dan penerimaan sosial terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram*. Ditemukan bahwa *self image* memberikan kontribusi sebesar 52.6% dan penerimaan sosial memberikan kontribusi sebesar 9.7%. Maka *self image* dan penerimaan sosial memberikan kontribusi terhadap kepercayaan diri remaja yang mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram* sebesar 62.3 %.

DAFTAR PUSTAKA

- Amma, D. S. R., Widiani, E., & Trishinta, S. M. (2017). Hubungan Citra Diri Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Remaja di SMKN 11 Malang Kelas XI. *Nursing News*, 2(3), 21–33. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/450/368>
- Anthony, R. (2009). *Rahasia Puncak Percaya Diri Total*. Mitra Sejati.
- Bailey, J. A. (2003). Self-image, self-concept, and self-identity revisited. *Journal of the National Medical Association*, 95(5), 383–386.
- Brilian, A. (2015). *Like Foto Selfie Ternyata Mempengaruhi Percaya Diri, Khususnya Wanita*. <https://bangka.tribunnews.com/2015/10/09/li-ke-foto-selfie-ternyata-mempengaruhi-percaya-diri-khususnya-wanita>
- Ghufro, M. N., & Risnawita, S. R. (2020). *Teori-Teori Psikologi* (3rd ed.). AR-RUZZ MEDIA.
- Hadi, Sutrisno. (1994). *Metodelogi Reseach*. Yogyakarta : Andi Offset
- Hurlock, E. B. (2014). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan* (5th ed.).
- Hurlock, E. B. (2018). *Perkembangan Anak* (6th ed.). Erlangga.

- Hoft, I. (2001). *Anda merasa di tolak!?*. Jakarta : Gunung Mulia
- Holden, R. (2007). *Success Intelligence*. Bandung : Mirzan.
- Karina, S. M., & Suryanto. (2012). Pengaruh Keterbukaan Diri terhadap Penerimaan Sosial pada Anggota Komunitas Backpacker Indonesia Regional Surabaya dengan Kepercayaan terhadap Dunia Maya sebagai Intervening Variabel. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 1(02), 115–121.
- Kuncono, T. Y. (2016). Aplikasi Komputer Psikologi. Jakarta: UPI YAI
- Lusi, S. S. (2010). *The real you is the real success*. Gramedia Pustaka Utama.
- Marhamah, Q., & Okatiranti. (2014). Gambaran citra diri siswa-siswi di SMPN 3 Soreang pada masa pubertas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2, 123–130. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://ejournal.bsi.ac.id/ejournal/index.php/jk/article/download/111/83&ved=2ahUKEwiPiffv6tDIAhUXcCsKHbVtDMsQFjACegQIAxAB&usq=AOvVaw2ICJOaZT4pA7GATmImzxIu>
- Ni'mah, U., & Rohmatun. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Pola Asuh Otoritatif dengan Citra Diri pada Mahasiswi yang Melakukan Perawatan Wajah di Klinik Kecantikan. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 69–78.
- Novia, A. (2019). *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa yang Obesitas di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*. <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/11482>
- Purnamasari, A., & Agustin, V. (2018). Hubungan Citra Diri Dengan Perilaku Narsisisme. *Jurnal Psibernetika*, 11(2), 115–132. <https://journal.ubm.ac.id/index.php/psibernetika/article/view/1438>
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22. <https://doi.org/10.30738/spirits.v4i2.1117>
- Ridgway, J. L., & Clayton, R. B. (2016). Instagram Unfiltered: Exploring Associations of Body Image Satisfaction, Instagram #Selfie Posting, and Negative Romantic Relationship Outcomes. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(1), 2–7. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0433>
- Santrock, J. W. (2012). *LIFE-SPAN Development* (Stott & Megan (eds.); 13th ed.). McGraw-Hill.
- Simatupang, F. F. (2015). Selfie (self portrait). *Fisip*, 2(1), 1–15.
- Sinthia, R. (2011). Hubungan Antara Penerimaan Sosial Kelompok Kelas Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas I Sltp Xxx Jakarta. *Jurnal Kependidikan Triadik*, 14(1), 37–44.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sekaran, Uma & Bougie, Rogers. (2016). *Research Methods For Business : A Skill Building Approach*. United Kingdom : Wiley.
- Stephanie, C. (2020). *Hari Ini dalam Sejarah: Aplikasi Instagram Pertama Kali Dirilis*. Kompas Tekno. <https://tekno.kompas.com/read/2020/10/06/14000057/hari-ini-dalam-sejarah--aplikasi-instagram-pertama-kali-dirilis-?page=all>
- Tiggemann, M., Hayden, S., Brown, Z., & Veldhuis, J. (2018). The effect of Instagram “likes” on women’s social comparison and body dissatisfaction. *Body Image*, 26, 90–97. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.07.002>
- VandenBos, G. . (2007). *APA Dictionary of Psychology* (2nd ed.). American Psychological Association.
- Wahyuni, S., & Fahrudin, A. (2020). *Hubungan Citra Diri Dengan Kepercayaan Diri Klien Yang Mengalami Gangguan Skoliosis Di Masyarakat Skoliosis Indonesia. 1*, 107–126.