HUBUNGAN PERSEPSI BENTUK TUBUH (*BODY SHAPE PERCEPTION)* DENGAN *SELF-ESTEEM PADA* MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

SKRIPSI

Oleh:

SRI DINI REZEKY

2208260209

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

MEDAN

2026

HALAMAN JUDUL

HUBUNGAN PERSEPSI BENTUK TUBUH (*BODY SHAPE PERCEPTION)* DENGAN *SELF-ESTEEM PADA* MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh kelulusan sarjana kedokteran

Oleh:

SRI DINI REZEKY

2208260209

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

MEDAN

2026

HALAMAN PERNYATAAH ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sri Dini Rezeky

NPM : 2208260209

Judul Skripsi : Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh (*Body Shape Perception*) Dengan *Self-Esteem* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Demikianlah pernyataan ini saya perbuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 30 Juli 2026



(Sri Dini Rezeky)

Dipindai dengan CamScanner

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN & PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN
Jalan Gedung Arca No. 53 Medan 20217 Telp. (061) 7350163 7333162 Ext 20 Fax. (061) 7363488
Website: fk@umsu@ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan olch

Nama : Sri Dini Rezeky

NPM : 2208260209

Judul : Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh (*Body Shape Perception*) Dengan *Self-Esteem* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

DEWAN PENGUJI

Pembimbing

(dr. Nanda Sari Nuralita, M.Ked (KJ), Sp.KJ)

Penguji 1

(dr. Nurbasanah, Sp.KJ)

Penguji 2

(dr. Rini Syahrani Harahap, M.Ked(PA), Sp.PA)

Mengetahui,

Dekan FK UMSU

(dr. Siti Masliana Siregar, Sp.THT-KL., Subsp. Rino(K))

NIDN: 0106098201

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter FK UMSU

(dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked)

NIDN: 0112098605

Ditetapkan di: Medan

Tanggal: 11 Juli 2026

Dipindai dengan CamScanner

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji Syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam senantiasa saya curahkan kepada baginda Rasulullah SAW, yang telah membimbing umat manusia menuju jalan yang benar dan memberikan inspirasi bagi saya dalam meneliti perjalanan penelitian ilmiah ini.

Skripsi ini merupakan hasil dari perjalanan panjang yang penuh dengan berbagai tantangan dan perjuangan. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, tidak akan mudah bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Siti Masliana Siregar, Sp.THT-KL (K)., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. dr. Amir Fajar, M.Ked(Surg)., Sp.B., Subsp.BD(K)., selaku Dosen Pembimbing akademik saya yang telah memberikan arahan dan masukkan selama saya menempuh pendidikan.
4. dr. Nanda Sari Nuralita, M.Ked(KJ), Sp.KJ., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, serta bimbingan yang berharga dalam menyusun skripsi ini.
5. dr. Nurhasanah, Sp.KJ., selaku Penguji I, yang telah memberikan saran-saran konstruktif yang sangat membantu dalam penyempurnaan skripsi ini.
6. dr. Rini Syahrani Harahap, M.Ked(PA)., Sp.PA., selaku Penguji II, yang telah memberikan pandangan yang berharga serta kritik membangun yang memberikan wawasan baru bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
7. Kedua orang tua saya, Ayahanda Sukisman dan Ibunda Sri Fitriani yang senantiasa memberikan doa, dukungan, semangat, kasih sayang, perhatian,

bantuan, serta kebersamaan yang tidak pernah berhenti selama proses pendidikan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas segala pengorbanan, kesabaran, dan doa yang selalu menyertai setiap langkah penulis. Ayahanda dan Ibunda tercinta merupakan sumber kekuatan, motivasi, serta alasan terbesar bagi penulis untuk terus berjuang dan menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya

8. Teruntuk Adik-adikku tercinta, yaitu Siti Rauda Azzahara, Nurul Aliya Khatimah, dan Naura Adiba Shakilla yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, doa, serta kebahagiaan di setiap langkah perjalanan penulis. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, memberikan keceriaan di tengah proses yang melelahkan, serta menjadi salah satu alasan bagi penulis untuk terus bersemangat dalam menyelesaikan pendidikan. Skripsi ini juga penulis persembahkan sebagai bentuk rasa sayang dan terima kasih kepada adik-adik tercinta.
9. Teman tersayang Niken Sry Oktaviana, Rifki Pagita, Assyifa Zahra Sembiring, Dinda Meilan, Nur Mawadah, Kinasih Dinah Pratiwi yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan penulis selama menyelesaikan pendidikan dan skripsi ini. Terima kasih atas segala dukungan, semangat, bantuan, kebersamaan, serta kesediaan untuk selalu menemani penulis dalam suka maupun duka. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, keluh kesah, dan memberikan motivasi ketika penulis merasa lelah dalam proses penyelesaian skripsi ini.
10. Organisasi yang telah menjadi bagian dari perjalanan penulis, yaitu ISMKI dan SEMA, yang telah memberikan banyak pengalaman, pembelajaran, kesempatan untuk berkembang, serta membentuk karakter dan kemampuan penulis hingga menjadi pribadi seperti sekarang. Terima kasih atas setiap proses, pengalaman, tantangan, dan orang-orang baik yang telah penulis temui selama berorganisasi, yang secara tidak langsung turut memberikan bekal berharga dalam perjalanan akademik maupun kehidupan penulis.

11. Adik-adik DanuSpire yang telah menjadi sumber inspirasi, semangat, dan pengingat bagi penulis bahwa setiap perjuangan bukan hanya tentang diri sendiri, tetapi juga tentang memberikan manfaat dan membuka jalan bagi generasi berikutnya. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan yang memberikan arti, kebahagiaan, serta motivasi bagi penulis untuk terus belajar, berkembang, dan memberikan yang terbaik.
12. Seluruh pihak lain yang telah membantu penulis dalam proses pelaksanaan penelitian, penyusunan, hingga penyelesaian skripsi ini, baik dalam bentuk bantuan, dukungan, doa, waktu, tenaga, maupun dukungan moral yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu
13. Diri saya sendiri, yang telah berusaha untuk tetap bertahan, berjuang, dan melangkah hingga sampai pada tahap ini. Terima kasih telah memilih untuk tidak menyerah meskipun dalam perjalanan ini terdapat banyak rasa lelah, keraguan, tekanan, dan tantangan yang harus dihadapi. Terima kasih telah terus mencoba, belajar dari setiap kesalahan, dan menyelesaikan apa yang telah dimulai. Skripsi ini menjadi salah satu bukti bahwa setiap proses, air mata, doa, dan perjuangan yang telah dilalui tidak pernah sia-sia. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bagi diri saya untuk selalu percaya pada kemampuan diri sendiri, terus melangkah, dan tidak pernah takut untuk bermimpi lebih jauh.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran demi kesempurnaan tulisan ini sangat saya harapkan. Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Medan, 30 Juli 2026
Penulis,



(Sri Dini Rezeky)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Saya yang bertaanda tangan dibawah ini,

Nama : Sri Dini Rezeky

NPM : 2208260209

Fakultas : Pendidikan Dokter

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas skripsi saya yang berjudul: "Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh (*Body Shape Perception*) Dengan *Self-Esteem* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara" dalam upaya untuk mengembangkan ilmu pengetahuan. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah sumatera utara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada Tanggal : 30 Juli 2026

Medan, 30 Juli 2026

Penulis,



(Sri Dini Rezeky)

ABSTRAK

Latar Belakang: Persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) merupakan penilaian subjektif individu terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang dapat memengaruhi *Self-Esteem*. Mahasiswa kedokteran rentan mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh akibat tuntutan akademik, tekanan sosial, dan ekspektasi terhadap penampilan profesional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 100 mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Persepsi bentuk tubuh diukur menggunakan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34), sedangkan *Self-Esteem* diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test*. **Hasil:** Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (69,0%). Sebanyak 41,0% responden tidak menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan 79,0% memiliki *Self-Esteem* sedang. Hasil uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test* menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* ($p < 0,001$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Kata Kunci: persepsi bentuk tubuh, *Self-Esteem*, mahasiswa kedokteran, Fakultas Kedokteran.

ABSTRACT

Background: *Body shape perception is an individual's subjective assessment of their body shape and size, which can influence self-esteem. Medical students are susceptible to body shape dissatisfaction due to academic demands, social pressures, and expectations regarding professional appearance. This study aimed to determine the relationship between body shape perception and self-esteem among medical students at the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.* ***Methods:*** *This was an analytical study with a cross-sectional design. The sample consisted of 100 active medical students from the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, selected using purposive sampling. Body shape perception was measured using the Body Shape Questionnaire (BSQ-34), while self-esteem was measured using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Data analysis was conducted using univariate and bivariate methods, specifically the Fisher-Freeman-Halton Exact Test.* ***Results:*** *Many respondents were female (69.0%). A total of 41.0% of respondents showed no body shape dissatisfaction, and 79.0% possessed moderate self-esteem. The Fisher-Freeman-Halton Exact Test results indicated a statistically significant relationship between body shape perception and self-esteem ($p < 0.001$).* ***Conclusion:*** *There is a statistically significant relationship between body shape perception and self-esteem among medical students at the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.*

Keywords: *body shape perception, self-esteem, medical students, Faculty of Medicine.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
KATA PENGANTAR ..... **iv**
ABSTRAK ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
DAFTAR TABEL ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
DAFTAR SINGKTAN ..... **xvii**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Penelitian 4
1.3.1. Tujuan Umum 4
1.3.2. Tujuan Khusus 4
1.4 Manfaat Penelitian 4
1.4.1. Manfaat Teoritis 4
1.4.2. Manfaat Praktis 5
BAB II **6**
TINJAUAN PUSTAKA **6**
2.1 Persepsi Bentuk Tubuh 6
2.1.1. Definisi Persepsi 6
2.1.2. Definisi Bentuk Tubuh 6
2.1.3. Definisi Persepsi Bentuk Tubuh 8
2.1.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persepsi Bentuk Tubuh 9
2.1.5. Alat Ukur Persepsi Bentuk Tubuh 10

2.2 Self-Esteem 11
2.2.1. Definisi *Self-Esteem* 11
2.2.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-Esteem* 13
2.2.3. Alat Ukur *Self-Esteem* 14
2.3 Mahasiswa 15
2.3.1. Pandangan Mahasiswa Terhadap *Body Shape Perception* dengan *Self-Esteem* 15
2.4 Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan *Self-Esteem* 16
2.5 Kerangka Teori 19
2.6 Kerangka Konsep 19
2.7 Hipotesis 20
BAB III 21
METODE PENELITIAN 21
3.1 Definisi Operasional 21
3.2 Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian 22
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian 22
3.3.1. Tempat Penelitian 22
3.3.2. Waktu Penelitian 22
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian 23
3.4.1. Populasi Penelitian 23
3.4.2. Sampel Penelitian 23
3.5 Metode Pengumpulan Data 25
3.6 Metode Analisis Data 25
3.7 Alur Penelitian 27
BAB IV 28
HASIL DAN PEMBAHASAN 28
4.1 HASIL PENELITIAN 28
4.1.1 Analisis Univariat 29
4.1.2 Analisis Bivariat 33
4.2 PEMBAHASAN PENELITIAN 34

BAB V **38**
KESIMPULAN DAN SARAN **38**
5.1 KESIMPILAN 38
5.2 SARAN 39
DAFTAR PUSTAKA **40**
LAMPIRAN **46**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori 19
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep 19
Gambar 3. 1 Alur Penelitian 27

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional 21
Tabel 3. 2 Waktu Penelitian 22
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 30
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan 30
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Persepsi Bentuk Tubuh Responden 31
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Self-Esteem Responden 32
Tabel 4. 5 Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan Self-Esteem pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara 33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Body Shape Questionnaire- 34 (BSQ-34) 46
Lampiran 2 Kuesioner Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) 49
Lampiran 3 Ethical Clearance 50
Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Penelitian 51
Lampiran 5 Surat Selesai Penelitian 52
Lampiran 6 Master Data Penelitian 53
Lampiran 7 Hasil Analisis Data Penelitian 56
Lampiran 8 Dokumentasi 62
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup 63
Lampiran 10 Artikel Publikasi 64

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

DAFTAR SINGKTAN

BSQ	*: Body Shape Questionnaire*
BSQ-34	*: Body Shape Questionnaire-34*
IMT	*: Indeks Massa Tubuh*
RSES	*: Rosenberg Self-Esteem Scale*
SPSS	*: Statistical Package for the Social Sciences*
UMSU	*: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara*
WHO	*: World Health Organization*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) merupakan komponen penting dari citra tubuh (*body image*) yang menggambarkan bagaimana individu menilai, merasakan, dan berpikir mengenai bentuk tubuhnya secara subjektif. Persepsi ini tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik yang objektif, tetapi juga oleh faktor psikologis, sosial, dan budaya.[1] Dalam masyarakat modern, media massa dan media sosial berperan besar dalam membentuk standar tubuh ideal yang sempit, seperti tubuh langsing bagi perempuan dan tubuh berotot bagi laki-laki. Standar ini sering kali tidak realistis dan sulit dicapai, sehingga memicu ketidakpuasan tubuh (*body dissatisfaction*) yang berdampak negatif terhadap kesehatan mental.[2]

Self-Esteem atau harga diri adalah penilaian menyeluruh seseorang terhadap nilai dan kemampuannya. Tingkat *Self-Esteem* yang baik berperan penting dalam membentuk kepercayaan diri, resiliensi psikologis, dan keberhasilan akademik.[3] Pada mahasiswa kedokteran, *Self-Esteem* sangat krusial karena mereka dihadapkan pada tuntutan akademik yang tinggi, interaksi intens dengan pasien, serta ekspektasi tampil profesional di lingkungan klinis. Rendahnya *Self-Esteem* dapat menghambat komunikasi, menurunkan performa akademik, bahkan mengganggu kesehatan mental.[4]

Secara global, fenomena ketidakpuasan tubuh semakin mengkhawatirkan. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 30% remaja usia 15–19 tahun merasa tidak puas dengan tubuhnya, dengan prevalensi lebih tinggi pada perempuan.[2] *International Body Project* menemukan bahwa paparan konten tubuh ideal di media sosial secara signifikan menurunkan *Self-Esteem* dan meningkatkan risiko depresi serta kecemasan sosial.[5] Studi meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa mahasiswa di bidang kesehatan memiliki prevalensi *body*

dissatisfaction yang lebih tinggi dibanding mahasiswa di bidang lain, dengan angka mencapai 45–60% .[6]

Di Indonesia, fenomena ini juga terlihat jelas. Kurniawan dan Sari (2022) melaporkan bahwa 52% mahasiswa mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya, dan 41% di antaranya memiliki *Self-Esteem* rendah.[7] Mahasiswa kedokteran memiliki kerentanan lebih tinggi karena kombinasi faktor internal dan eksternal, termasuk beban akademik yang berat, tuntutan penampilan profesional, persaingan akademik, serta paparan media sosial yang memperkuat standar tubuh ideal yang tidak realistis.[8]

Sejumlah penelitian di Indonesia telah menunjukkan hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh dan *Self-Esteem*. Wahyuni dan Fitriani (2022) menemukan bahwa mahasiswa dengan persepsi negatif terhadap tubuhnya memiliki tingkat *Self-Esteem* yang lebih rendah secara signifikan ($p = 0{,}004$).[9] Penelitian Andriani dan Widodo (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan IMT ≥25 memiliki *Self-Esteem* lebih rendah dibandingkan mereka dengan IMT normal ($p = 0{,}003$).[10]

Namun, tidak semua penelitian mendukung adanya hubungan yang kuat antara persepsi bentuk tubuh dan *Self-Esteem*. Nurhasanah dan Dewi (2021) menemukan bahwa sebagian mahasiswa tetap memiliki *Self-Esteem* yang tinggi meskipun memiliki persepsi negatif terhadap tubuhnya.[11] Hal ini menunjukkan adanya faktor lain yang dapat menjadi pelindung (*protective factors*), seperti dukungan sosial, religiusitas, dan penerimaan diri. Penelitian serupa oleh Ramadhani dan Suryani (2021) juga melaporkan bahwa konsep diri positif dapat menetralkan dampak persepsi tubuh yang buruk terhadap harga diri, sehingga tidak semua individu dengan persepsi negatif otomatis mengalami penurunan *Self-Esteem*.[12]

Pada mahasiswa kedokteran, dampak negatif persepsi bentuk tubuh yang buruk dan rendahnya *Self-Esteem* dapat muncul lebih kompleks dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Hal ini disebabkan oleh karakteristik pendidikan

kedokteran yang penuh tekanan, baik secara akademik maupun psikologis. Beban kurikulum yang padat, ujian teori dan praktik yang ketat, serta tuntutan menguasai keterampilan klinis membuat mahasiswa kedokteran sering mengalami tingkat stres yang tinggi.[3] Selain itu, mereka memiliki tuntutan untuk menjaga citra profesional, termasuk penampilan fisik, ketika berada di lingkungan rumah sakit atau saat berinteraksi dengan pasien. Persepsi tubuh yang negatif dapat membuat mahasiswa merasa kurang layak atau tidak percaya diri dalam menjalankan peran ini.[4]

Mahasiswa dengan *Self-Esteem* rendah sering kali menghindari situasi yang membutuhkan komunikasi langsung dengan pasien atau rekan sejawat, sehingga menghambat perkembangan keterampilan klinis yang esensial. Persaingan akademik di Fakultas Kedokteran yang tinggi juga memperkuat perbandingan sosial (*social comparison*) antar mahasiswa. Mereka yang memiliki citra tubuh positif cenderung lebih berani tampil di forum akademik, memimpin diskusi, atau melakukan presentasi. Sebaliknya, mahasiswa dengan ketidakpuasan tubuh yang tinggi cenderung menarik diri, menghindari aktivitas kelompok, dan tidak memaksimalkan potensi akademiknya.[9]

Dampak jangka panjangnya tidak hanya terlihat pada nilai akademik, tetapi juga pada kesiapan mereka menjadi tenaga medis yang profesional. Rendahnya *Self-Esteem* dapat menghambat kemampuan mengambil keputusan klinis secara cepat dan tepat, menurunkan efektivitas komunikasi dengan pasien, serta mengurangi kepercayaan diri dalam melakukan prosedur medis. Kondisi ini berpotensi memengaruhi kualitas pelayanan kesehatan yang mereka berikan di masa depan.[3]

Meskipun topik ini telah banyak diteliti di berbagai universitas di Indonesia, belum terdapat penelitian yang secara khusus menggambarkan hubungan antara persepsi bentuk tubuh dan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU). Mengingat UMSU memiliki populasi mahasiswa yang beragam secara sosial dan budaya, penelitian

ini penting dilakukan untuk memperoleh gambaran yang akurat mengenai kondisi tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi institusi untuk merancang intervensi yang efektif, seperti edukasi citra tubuh positif, konseling psikologis, dan program promosi kesehatan mental, sehingga dapat meningkatkan *Self-Esteem* mahasiswa dan mendukung keberhasilan akademik mereka.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat hubungan *body shape perception* dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *body shape perception* dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui gambaran *body shape perception* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Untuk mengetahui gambaran *Self-Esteem* mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah wawasan mahasiswa tentang "Hubungan *body shape perception* dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara".

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

   Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan sebagai pedoman untuk meningkatkan *Self-Esteem* mahasiswa.

2. Bagi Mahasiswa

   Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu motivasi untuk meningkatkan persepsi yang baik mengenai *body shape* dan *Self-Esteem*.

3. Bagi Peneliti

   Diharapkan dapat menambah informasi dan wawasan tentang *Self-Esteem*, bahwa *Self-Esteem* sangat penting untuk saat ini terutama dalam menjalani kegiatan setiap harinya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Persepsi Bentuk Tubuh

2.1.1. Definisi Persepsi

Persepsi adalah proses psikologis di mana individu menerima, mengorganisasi, dan menginterpretasikan stimulus dari lingkungan melalui pancaindra untuk membentuk pemahaman yang bermakna.[13] Proses ini melibatkan interaksi antara *bottom-up processing* (pemrosesan berdasarkan stimulus) dan *top-down processing* (pemrosesan dipandu oleh pengalaman, pengetahuan, dan harapan) sehingga persepsi bersifat aktif dan konstruktif.[14]

Persepsi dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi, emosi, kepribadian, dan pengalaman masa lalu; serta faktor eksternal seperti intensitas stimulus, norma budaya, lingkungan sosial, dan media. Karena sifatnya subjektif, stimulus yang sama dapat ditafsirkan berbeda oleh individu yang berbeda. Dalam penelitian ini, persepsi menjadi penting karena membentuk gambaran diri (*self-view*), termasuk penilaian terhadap tubuh (*body perception*). Pemahaman ini menjadi landasan untuk membahas lebih lanjut persepsi tubuh dan persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) yang memiliki implikasi langsung terhadap *Self-esteem* mahasiswa kedokteran.[15]

2.1.2. Definisi Bentuk Tubuh

Bentuk tubuh merujuk pada konfigurasi fisik tubuh manusia yang ditentukan oleh struktur rangka, distribusi lemak, dan massa otot. Bentuk tubuh merupakan salah satu komponen utama dari citra tubuh (*body image*), yang melibatkan persepsi visual individu terhadap ukuran dan proporsi tubuhnya. Bentuk tubuh menjadi identitas visual yang pertama kali dikenali oleh diri sendiri

maupun orang lain, dan sering kali menjadi dasar dalam membentuk persepsi terhadap penampilan seseorang.[11]

Menurut *National Eating Disorders Association* (2019), bentuk tubuh secara umum diklasifikasikan ke dalam beberapa tipe dasar, seperti segitiga (*pear-shaped*)**,** segitiga terbalik (*apple-shaped*)**,** jam pasir (*hourglass)***,** dan persegi panjang (*rectangle*)**.**[16] Klasifikasi ini tidak hanya digunakan dalam konteks kesehatan, tetapi juga dalam industri mode dan kebugaran untuk memahami dan menyesuaikan kebutuhan fisik dan estetika individu. Masing-masing tipe memiliki karakteristik tersendiri dalam hal distribusi lemak dan bentuk visual tubuh, yang bisa memengaruhi cara seseorang melihat dirinya dan cara orang lain menilainya.[17]

Secara psikologis, bentuk tubuh tidak hanya dimaknai sebagai struktur biologis, tetapi juga sebagai konstruksi sosial dan budaya yang sangat dipengaruhi oleh nilai-nilai masyarakat. Budaya populer, media massa, dan standar kecantikan yang dikonstruksi secara sosial berperan besar dalam membentuk persepsi terhadap bentuk tubuh yang "ideal". Dalam banyak masyarakat modern, bentuk tubuh yang ramping pada perempuan dan berotot pada laki-laki sering kali dianggap sebagai ideal, yang kemudian dapat memengaruhi evaluasi seseorang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.[18]

Secara fisiologis, bentuk tubuh ditentukan oleh faktor genetik, hormonal, dan lingkungan. Genetik memengaruhi bentuk rangka tubuh serta pola penyimpanan lemak dan distribusi otot. Sementara itu, faktor hormonal seperti estrogen dan testosteron juga berperan dalam perkembangan bentuk tubuh sekunder pada masa pubertas. Di sisi lain, gaya hidup seperti pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan kesehatan turut memengaruhi bentuk tubuh seseorang dalam jangka panjang.[18]

2.1.3. Definisi Persepsi Bentuk Tubuh

Persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) merupakan bagian dari konsep citra tubuh (*body image*), yang mengacu pada bagaimana seseorang secara subjektif menilai, memandang, dan merasakan bentuk serta ukuran tubuhnya sendiri. Persepsi ini tidak selalu mencerminkan realitas fisik, melainkan lebih dipengaruhi oleh faktor psikologis, sosial, dan budaya yang dialami individu dalam kesehariannya. Artinya, seseorang dengan tubuh proporsional sekalipun dapat memiliki persepsi negatif terhadap tubuhnya apabila mengalami ketidakpuasan terhadap aspek tertentu dari penampilannya.[19]

Persepsi bentuk tubuh terdiri atas komponen visual, kognitif, dan afektif. Komponen visual merujuk pada bagaimana individu melihat tubuhnya secara fisik, sedangkan komponen kognitif mencakup keyakinan dan pikiran tentang bagaimana tubuhnya dinilai oleh dirinya sendiri dan orang lain. Sementara itu, komponen afektif menggambarkan perasaan individu terhadap tubuhnya, apakah bangga, puas, atau sebaliknya merasa malu dan tidak nyaman dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Ketiga komponen ini bekerja secara dinamis dan saling memengaruhi dalam membentuk persepsi akhir terhadap tubuh.[19]

Secara umum, persepsi terhadap bentuk tubuh dapat dikategorikan sebagai positif atau negatif. Persepsi positif tercermin dari penerimaan diri, kepuasan terhadap penampilan, serta rasa nyaman terhadap tubuh sendiri. Sementara itu, persepsi negatif ditandai oleh adanya *body dissatisfaction*, yaitu ketidakpuasan terhadap tubuh yang dapat mengarah pada keinginan untuk mengubah bentuk tubuh secara drastis, bahkan melalui cara yang tidak sehat seperti diet ekstrem atau penggunaan zat tertentu. Persepsi negatif terhadap tubuh ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada psikologis seperti munculnya rasa cemas, rendah diri, dan depresi.[20]

2.1.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persepsi Bentuk Tubuh

Kepuasan bentuk tubuh merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor biologis, psikologis, sosial, dan budaya. Berbagai penelitian telah mengidentifikasi sejumlah determinan yang berperan dalam membentuk persepsi individu terhadap tubuhnya. Pemahaman terhadap faktor-faktor ini sangat penting untuk merancang intervensi yang efektif dalam meningkatkan citra tubuh yang sehat, terutama pada kelompok usia dewasa muda seperti mahasiswa.[21]

a. Jenis Kelamin dan Usia

Jenis kelamin terbukti mempengaruhi kepuasan terhadap bentuk tubuh. Wanita cenderung lebih rentan mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh dibanding pria karena ekspektasi sosial terhadap penampilan fisik perempuan lebih tinggi. Standar kecantikan yang sempit dan tidak realistis sering kali membuat perempuan merasa tubuhnya tidak ideal.[22] Selain itu, usia juga memengaruhi persepsi tubuh, di mana remaja dan dewasa muda berada dalam fase perkembangan identitas yang membuat mereka lebih sensitif terhadap penampilan.[23]

b. Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Persepsi Berat Badan

IMT secara signifikan berhubungan dengan tingkat kepuasan bentuk tubuh. Individu dengan IMT di luar rentang normal, terutama yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas, cenderung memiliki kepuasan tubuh yang lebih rendah. Namun demikian, persepsi terhadap berat badan sering kali lebih menentukan daripada kondisi objektif itu sendiri. Seseorang dengan berat badan normal bisa merasa tidak puas jika ia memandang tubuhnya tidak sesuai dengan standar yang diidealkan.[23]

c. Harga Diri *(Self-Esteem)*

Harga diri merupakan faktor psikologis utama yang berperan dalam kepuasan tubuh. Individu dengan harga diri tinggi cenderung menerima dan menghargai tubuhnya meskipun tidak sempurna. Sebaliknya, mereka yang

memiliki harga diri rendah lebih rentan terhadap ketidakpuasan tubuh, karena sering membandingkan diri dengan orang lain atau standar ideal.[24]

d. Paparan Media Sosial

Media sosial telah menjadi sumber utama standar kecantikan masa kini. Platform seperti Instagram, TikTok, dan YouTube menampilkan representasi tubuh ideal yang sering kali telah dimanipulasi atau tidak realistis. Hal ini menyebabkan terjadinya perbandingan sosial (*social comparison*) yang intens, terutama di kalangan remaja dan mahasiswa, sehingga menurunkan kepuasan tubuh.[25] Studi oleh Hogue & Mills (2019) menunjukkan bahwa paparan berulang terhadap konten berbasis penampilan secara signifikan meningkatkan ketidakpuasan tubuh.[26]

e. Tekanan Sosial dan Budaya

Lingkungan social termasuk keluarga, teman sebaya, dan budaya setempat berkontribusi besar dalam membentuk persepsi tubuh. Komentar negatif dari orang sekitar mengenai penampilan fisik dapat menyebabkan perasaan malu dan ketidakpuasan tubuh. Selain itu, budaya yang terlalu menekankan standar kurus sebagai simbol kecantikan atau kesuksesan juga memperparah tekanan terhadap tubuh.[27]

2.1.5. Alat Ukur Persepsi Bentuk Tubuh

Persepsi bentuk tubuh merupakan konstruksi psikologis yang kompleks dan subjektif, sehingga memerlukan alat ukur yang mampu menangkap dimensi perseptual, kognitif, dan afektif dari penilaian individu terhadap tubuhnya. Salah satu instrumen yang telah banyak digunakan dan terbukti memiliki validitas serta reliabilitas tinggi dalam menilai persepsi bentuk tubuh adalah *Body Shape Questionnaire (BSQ)***.** Instrumen ini dirancang untuk mengukur tingkat ketidakpuasan tubuh yang dirasakan individu, khususnya yang berkaitan dengan kecemasan terhadap penampilan tubuh.[28]

Versi BSQ yang paling umum digunakan adalah BSQ-34, yang terdiri dari 34 item pernyataan yang disusun dalam format skala *Likert* enam poin, mulai dari "tidak pernah" hingga "selalu". Kuesioner ini menilai pengalaman emosional dan perilaku yang berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh selama periode waktu tertentu, seperti kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain, merasa tidak nyaman saat melihat cermin, hingga keinginan untuk menghindari situasi sosial karena persepsi negatif terhadap bentuk tubuh. Skor total yang tinggi menunjukkan tingkat ketidakpuasan tubuh yang lebih besar.[28]

Dalam konteks Indonesia, versi terjemahan BSQ-34 telah melalui proses validasi dan reliabilitas, dan terbukti memiliki konsistensi internal yang sangat baik dengan nilai *Cronbach's alpha* mencapai 0,91. Hal ini menunjukkan bahwa BSQ-34 merupakan alat ukur yang handal dan sesuai digunakan dalam konteks budaya lokal untuk mengidentifikasi tingkat ketidakpuasan tubuh dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya.[29]

Dengan keunggulan dalam validitas dan kemampuannya menjangkau dimensi afektif dari persepsi tubuh, BSQ-34 sering dijadikan alat ukur utama dalam penelitian-penelitian yang mengkaji hubungan antara citra tubuh dengan aspek psikologis lainnya seperti kepercayaan diri, harga diri, serta gangguan makan.[29]

2.2 Self-Esteem

2.2.1. Definisi *Self-Esteem*

Self-Esteem adalah evaluasi subjektif yang dilakukan individu terhadap nilai, kemampuan, dan keberhargaan dirinya. Konsep ini diperkenalkan secara sistematis oleh Morris Rosenberg (1965) melalui *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang mengukur tingkat penerimaan dan kepuasan seseorang terhadap dirinya sendiri. *Self-Esteem* bersifat relatif stabil dan mencerminkan penilaian global terhadap diri, berbeda dengan *self-confidence* yang hanya berfokus pada

keyakinan akan kemampuan di situasi tertentu.[30] *Self-Esteem* memiliki dua dimensi utama:

1. *Self-liking* – rasa suka, penerimaan, dan penghargaan terhadap diri sendiri.
2. *Self-competence* – keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengatasi tantangan.

   Kedua dimensi ini dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, termasuk persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya.[31]

Dalam konteks *body shape perception*, penilaian seseorang terhadap bentuk tubuhnya dapat berperan langsung dalam membentuk *self-Esteem*. Individu yang merasa bentuk tubuhnya sesuai dengan standar ideal yang berlaku di lingkungannya cenderung memiliki *Self-Esteem* lebih tinggi.[32] Sebaliknya, ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh sering menjadi faktor risiko penurunan *Self-Esteem*, karena tubuh merupakan salah satu komponen utama identitas diri dan citra sosial.[33] Penelitian menunjukkan bahwa persepsi negatif terhadap bentuk tubuh berhubungan erat dengan rendahnya *Self-Esteem*, terutama pada populasi mahasiswa. Hal ini diperburuk oleh paparan media sosial yang memperkuat standar tubuh ideal, meningkatkan perbandingan sosial, dan menurunkan penerimaan diri.[34]

Pada mahasiswa kedokteran, hubungan antara *body shape perception* dan *Self-Esteem* menjadi semakin penting karena mereka berada di lingkungan akademik yang kompetitif, memiliki tuntutan untuk menjaga penampilan profesional, dan sering menjadi pusat perhatian saat berinteraksi dengan pasien atau dalam kegiatan akademik.[3] Mahasiswa kedokteran yang memiliki persepsi tubuh positif umumnya lebih percaya diri dalam presentasi akademik, praktik keterampilan klinis, dan komunikasi dengan pasien. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya lebih rentan mengalami penurunan *Self-Esteem*, yang dapat menghambat perkembangan akademik dan profesional mereka.[4]

2.2.2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-Esteem*

Self-Esteem dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal yang saling berinteraksi. Faktor-faktor ini membentuk bagaimana individu memandang, menilai, dan menghargai dirinya.

a. Faktor Internal

1. **Konsep Diri (*Self-Concept*)**

   Konsep diri merupakan gambaran menyeluruh individu mengenai dirinya, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Individu dengan konsep diri positif cenderung memiliki *Self-Esteem* yang tinggi, sementara konsep diri negatif sering dikaitkan dengan rendahnya *Self-Esteem*.[12]

2. **Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experience*)**

   Keberhasilan dalam menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan dapat meningkatkan rasa kompetensi dan harga diri. Sebaliknya, kegagalan berulang tanpa dukungan dapat menurunkan *Self-Esteem*.[35]

3. **Regulasi Emosi**

   Kemampuan mengelola emosi negatif, seperti rasa cemas atau frustrasi, membantu mempertahankan *Self-Esteem* dalam situasi penuh tekanan.[36]

b. Faktor Eksternal

1. **Dukungan Sosial**

   Dukungan emosional dari keluarga, teman, dan lingkungan akademik dapat memperkuat perasaan diterima dan dihargai, yang berkontribusi positif pada *Self-Esteem*.[37]

2. **Lingkungan Akademik**

   Suasana belajar yang kompetitif dapat berdampak ganda: memotivasi sebagian mahasiswa untuk berkembang, tetapi juga dapat menurunkan *Self-Esteem* bagi mahasiswa yang merasa tertinggal.[38]

3. **Budaya dan Media Sosial**

   Standar kecantikan yang dibentuk oleh budaya dan diperkuat oleh media sosial dapat menjadi sumber tekanan bagi individu. Paparan gambar tubuh

ideal sering mendorong perbandingan sosial (*social comparison*), yang berdampak negatif pada *Self-Esteem*, khususnya bagi individu yang merasa tidak sesuai dengan standar tersebut.[39]

4. Persepsi Bentuk Tubuh (*Body Shape Perception*)

Persepsi bentuk tubuh merupakan salah satu faktor eksternal yang sangat berpengaruh terhadap self-esteem, terutama pada remaja dan dewasa muda. Individu yang memiliki persepsi positif terhadap bentuk tubuhnya cenderung lebih menerima dirinya, merasa layak, dan memiliki *Self-Esteem* tinggi.[6] Sebaliknya, ketidakpuasan tubuh (*body dissatisfaction*) sering dikaitkan dengan penurunan *Self-Esteem* dan peningkatan risiko masalah psikologis seperti depresi dan kecemasan sosial.[33]

c. Interaksi Faktor Eksternal dan Internal

Self-Esteem dibentuk melalui interaksi dinamis antara faktor internal dan eksternal. Mahasiswa kedokteran dengan konsep diri kuat dan dukungan sosial yang baik dapat mempertahankan *Self-Esteem* meskipun memiliki persepsi tubuh yang kurang ideal. Namun, pada mahasiswa yang memiliki konsep diri rapuh, persepsi tubuh negatif dapat berdampak lebih besar pada penurunan *Self-Esteem*, yang pada akhirnya memengaruhi kinerja akademik dan kesiapan profesional mereka.[9]

2.2.3. Alat Ukur *Self-Esteem*

Self-Esteem merupakan aspek psikologis yang penting dalam kehidupan akademik dan sosial mahasiswa. Untuk mengukur tingkat kepercayaan diri secara objektif, para peneliti menggunakan berbagai instrumen psikologis yang telah terbukti valid dan reliabel. Salah satu alat ukur yang paling banyak digunakan dalam konteks ini adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)*.[40]

Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) dikembangkan oleh Morris Rosenberg dan terdiri dari 10 pernyataan yang mengukur sejauh mana seseorang menghargai dan menerima dirinya sendiri. Lima item bersifat positif dan lima

lainnya bersifat negatif, yang dinilai dengan skala Likert empat poin. RSES telah digunakan secara luas di berbagai negara karena kesederhanaannya, serta kemampuannya dalam memberikan gambaran umum tentang kepercayaan diri individu.[41]

Di Indonesia, skala ini telah diadaptasi dan diuji validitas serta reliabilitasnya. Studi oleh Pratiwi dan Rahmawati (2021) menunjukkan bahwa RSES versi Indonesia memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,82**,** yang menandakan bahwa alat ukur ini memiliki reliabilitas internal yang tinggi. Adaptasi bahasa dan budaya dilakukan dengan mengikuti prosedur standar, termasuk uji coba lapangan dan validasi konstruk.[42]

"Adaptasi skala RSES ke dalam konteks Indonesia menunjukkan konsistensi yang tinggi dan validitas konstruk yang memadai dalam menilai kepercayaan diri mahasiswa". Penggunaan RSES dalam penelitian ini dianggap relevan karena sifatnya yang umum dan aplikatif untuk populasi mahasiswa. Selain itu, formatnya yang singkat dan mudah dipahami memudahkan partisipan dalam menjawab pertanyaan dengan akurat dan efisien.[43]

2.3 Mahasiswa

2.3.1. Pandangan Mahasiswa Terhadap *Body Shape Perception* dengan *Self-Esteem*

Body shape perception adalah cara individu menilai dan memandang bentuk tubuhnya sendiri, baik secara objektif maupun subjektif, yang dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, dan sosial.[44] Sementara itu, *Self-Esteem* adalah evaluasi menyeluruh individu terhadap nilai dan keberhargaan dirinya.[45] Kedua konsep ini memiliki hubungan yang erat, karena citra tubuh (*body image*) merupakan salah satu komponen penting dari pembentukan *Self-Esteem*, khususnya pada remaja dan dewasa muda.[6]

Mahasiswa kedokteran merupakan kelompok yang unik karena berada pada lingkungan akademik yang menuntut profesionalisme, interaksi sosial yang

intens, dan tekanan akademik yang tinggi. Mereka sering menjadi pusat perhatian saat melakukan presentasi, diskusi kelompok, atau berinteraksi dengan pasien. Kondisi ini membuat penampilan fisik dan persepsi tubuh menjadi faktor yang tidak hanya bersifat pribadi, tetapi juga memengaruhi kepercayaan diri dalam konteks akademik dan klinis.[4]

Penilaian positif terhadap bentuk tubuh cenderung berkontribusi pada *Self-Esteem* yang tinggi, karena individu merasa tubuhnya sesuai dengan standar ideal yang berlaku di masyarakat atau lingkungan akademiknya. Sebaliknya, ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat menurunkan *Self-Esteem*, memicu perasaan minder, kecemasan sosial, hingga menghindari situasi yang menuntut interaksi sosial.[33]

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki persepsi tubuh negatif lebih berisiko mengalami rendahnya *Self-Esteem* dan gangguan psikologis lainnya. Rodgers (2020) menemukan bahwa paparan media sosial yang menampilkan standar tubuh ideal meningkatkan perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh, yang berdampak signifikan pada penurunan *Self-Esteem*.[39] Wahyuni & Fitriani (2022) juga melaporkan bahwa mahasiswa dengan ketidakpuasan tubuh memiliki skor *Self-Esteem* lebih rendah dibandingkan mereka yang puas dengan bentuk tubuhnya.[9]

Secara umum, pandangan mahasiswa terhadap hubungan antara *body shape perception* dan *Self-Esteem* dipengaruhi oleh interaksi antara pengalaman pribadi, dukungan sosial, dan pengaruh budaya. Mahasiswa kedokteran yang dapat menerima dan menghargai bentuk tubuhnya cenderung memiliki *Self-Esteem* yang lebih stabil, yang pada gilirannya mendukung performa akademik dan keterampilan klinis mereka.[46]

2.4 Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan *Self-Esteem*

Persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) adalah evaluasi subjektif seseorang terhadap bentuk dan proporsi tubuhnya yang melibatkan pandangan

visual, keyakinan, serta perasaan yang muncul terhadap tubuh sendiri. Penilaian ini tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik objektif, tetapi juga oleh faktor internal seperti kepribadian dan konsep diri, serta faktor eksternal seperti budaya, lingkungan sosial, dan paparan media.[44] Sementara itu, *Self-Esteem* merupakan evaluasi menyeluruh individu terhadap nilai dan keberhargaan dirinya yang berperan penting dalam membentuk sikap, perilaku, dan kesehatan mental seseorang.[45] Citra tubuh, termasuk persepsi bentuk tubuh, telah lama diakui sebagai salah satu komponen utama konsep diri (*self-concept*), sehingga kondisi positif atau negatifnya akan berpengaruh langsung terhadap *Self-Esteem*.[32]

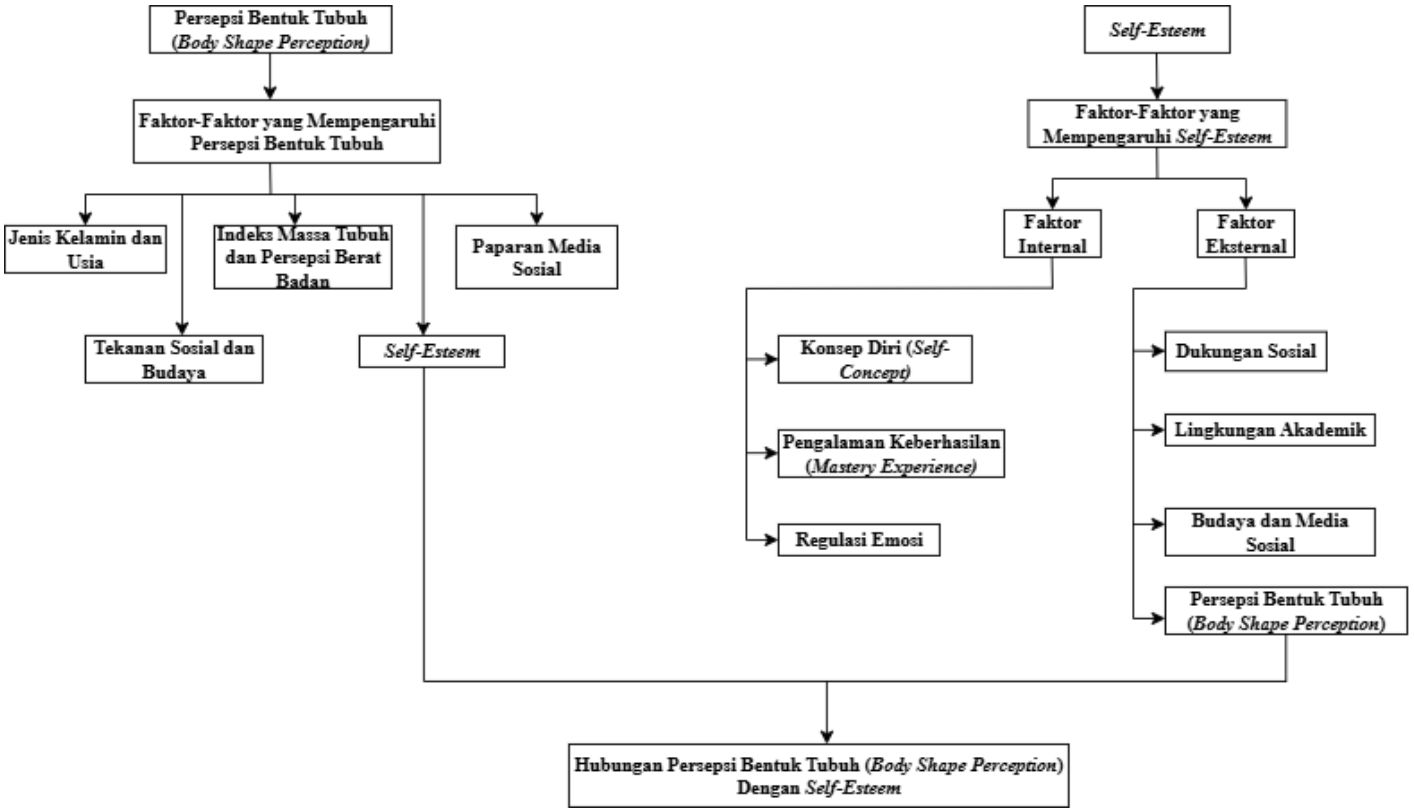
Hubungan antara persepsi bentuk tubuh dan *Self-esteem* dapat dijelaskan melalui teori citra tubuh dan teori perbandingan sosial. Individu yang memiliki persepsi tubuh positif cenderung merasa selaras dengan ideal diri (*ideal self*) yang diharapkan, sehingga memiliki *Self-Esteem* lebih tinggi. Sebaliknya, ketidakpuasan tubuh (*body dissatisfaction*) yang muncul akibat kesenjangan antara persepsi tubuh aktual dan standar ideal akan memicu penurunan *Self-Esteem.* Paparan standar tubuh ideal dari media sosial dan budaya populer sering kali mendorong internalisasi standar yang sulit dicapai, sehingga memicu perbandingan sosial ke atas (*upward comparison*) yang berdampak negatif terhadap harga diri.[47]

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara kedua variabel ini. Pook (2021) melaporkan bahwa persepsi tubuh positif berhubungan erat dengan tingginya *Self-Esteem* pada dewasa muda.[6] Tinjauan sistematis oleh Pimenta (2023) juga menemukan bahwa *body dissatisfaction* merupakan salah satu prediktor terkuat rendahnya *Self-esteem* pada populasi mahasiswa.[22] Di Indonesia, Wahyuni dan Fitriani (2022) menemukan bahwa mahasiswa yang puas dengan bentuk tubuhnya memiliki skor *Self-Esteem* yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan mahasiswa yang tidak puas dengan tubuhnya.[9]

Dalam konteks mahasiswa kedokteran, hubungan ini menjadi semakin relevan. Pendidikan kedokteran menuntut kepercayaan diri yang tinggi untuk melakukan interaksi dengan pasien, presentasi kasus, hingga ujian keterampilan klinis. Mahasiswa yang memiliki persepsi tubuh negatif mungkin merasa minder, menghindari situasi yang membutuhkan interaksi sosial, dan akhirnya mengalami hambatan dalam mengembangkan keterampilan klinis maupun akademik. Sebaliknya, persepsi tubuh yang positif dapat mendukung *Self-Esteem* yang sehat, sehingga mahasiswa lebih percaya diri, aktif, dan resilien menghadapi tantangan pendidikan kedokteran.[4]

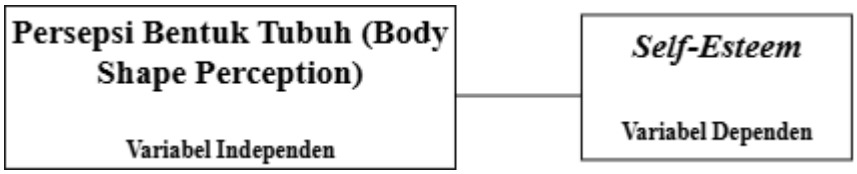
Selain berpengaruh pada masa studi, hubungan antara persepsi bentuk tubuh dan *Self-Esteem* juga berpotensi memengaruhi kesiapan profesional di masa depan. *Self-Esteem* yang rendah pada tenaga medis dapat berdampak pada kemampuan mengambil keputusan klinis, efektivitas komunikasi dengan pasien, dan daya tahan terhadap stres kerja. Oleh karena itu, membangun persepsi tubuh yang positif menjadi bagian penting dalam penguatan *Self-Esteem* mahasiswa kedokteran, tidak hanya untuk menunjang keberhasilan akademik, tetapi juga untuk mendukung kualitas pelayanan kesehatan yang optimal di masa depan.[3]

2.5 Kerangka Teori



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

2.6 Kerangka Konsep



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

2.7 Hipotesis

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan penelitian, dan kerangka teori yang telah dijelaskan, maka hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Hipotesis Nol (H□): Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Hipotesis Alternatif (H□): Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1	Persepsi Bentuk Tubuh	Persepsi subjektif individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, termasuk tingkat kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh, yang mencakup aspek visual, kognitif, dan afektif.	*Body Shape Questionnaire* (BSQ-34)	Ordinal	< 80: Tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh 80–110: Ketidakpuasan ringan 111–140: Ketidakpuasan sedang >140: Ketidakpuasan berat
2	*Self-Esteem*	Penilaian subjektif individu terhadap nilai, kemampuan, dan keberhargaan dirinya, yang mencerminkan tingkat penerimaan dan kepuasan terhadap diri sendiri.	*Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES)	Ordinal	10–19: *Self-Esteem* rendah 20–29: *Self-Esteem* sedang 30–40: *Self-Esteem* tinggi

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

3.2 Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah analitik komparatif tidak berpasangan dengan pendekatan *cross-sectional*, yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen pada satu waktu tertentu tanpa adanya intervensi dari peneliti. Desain ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

3.3 Tempat dan Waktu Penelitian

3.3.1. Tempat Penelitian

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU), Medan.

3.3.2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Juni 2025 sampai Juni 2026, yang meliputi tahap persiapan proposal, sidang proposal, ethical clearance, pengumpulan data, analisis data, penyusunan laporan, hingga seminar hasil.

Tabel 3. 2 Waktu Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1	Persiapan Proposal	Juni – Juli 2025
2	Sidang Proposal	Agustus 2025
3	Ethical Clearance	Agustus – September 2025
4	Penelitian/Pengumpulan Data	September – Oktober 2025
5	Analisis Data	Oktober – November 2025
6	Penyusunan Laporan	November 2025 – Mei 2026
7	Seminar Hasil	Juli 2026

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara tahun ajaran 2024/2025.

3.4.2. Sampel Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel *non-probability* yang dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan peneliti. Pengambilan sampel dilakukan pada mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Tahun Ajaran 2024/2025 yang memenuhi kriteria penelitian dan bersedia menjadi responden hingga jumlah sampel yang dibutuhkan terpenuhi. Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan rumus Sofiyudin Dahlan diperoleh jumlah minimal sampel sebanyak 86 responden. Pada proses pengumpulan data diperoleh 100 responden yang memenuhi kriteria penelitian sehingga seluruh responden digunakan dalam analisis penelitian.

3.4.2.1 Kriteria Inklusi

- Mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara tahun ajaran 2024/2025.
- Bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner secara lengkap.

3.4.2.2 Kriteria Eksklusi

- Mahasiswa yang sedang mengalami penyakit kronis atau kondisi kesehatan tertentu yang dapat memengaruhi persepsi bentuk tubuh maupun *Self-Esteem*.
- Mahasiswa yang sedang cuti akademik atau tidak aktif saat waktu penelitian berlangsung.

3.4.2.3 Jumlah Sampel

Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Sofiyudin Dahlan, yang digunakan untuk menghitung besar sampel dalam populasi yang sudah diketahui:

$$\boldsymbol{n1 = n2 = \left(\frac{z\alpha\sqrt{2PQ} + Z\beta\sqrt{P1Q1 + P2Q2}}{P1 - P2}\right)^2}$$

m Keterangan:

$n1 = n2$: besar sampel minimal tiap kelompok

Zα : deviat baku alfa = 1,96 α = 5%, hipotesis dua arah

Zβ : deviat baku beta = 0,84 β = 20%

P_2 : Proporsi pada kelompok yang sudah diketahui nilainya

Q_2 : 1- P_2

P_1 : Proporsi kelompok yang nilainya merupakan judgement peneliti

Q_1 : 1- P_1

$P_1 - P_2$: Selisih proporsi minimal yang dianggap bermakna

P : Proporsi total ($\frac{P_1+P_2}{2}$)

Q : 1- P

Maka:

$$n1 = n2 = \left(\frac{z\alpha\sqrt{2PQ} + Z\beta\sqrt{P1Q1 + P2Q2}}{P1 - P2}\right)^2$$

$$n1 = n2 = \left(\frac{1{,}96\sqrt{2(0{,}25)} + 0{,}84\sqrt{0{,}2275 + 0{,}2275}}{0{,}30}\right)^2$$

$$n1 = n2 = \left(\frac{1{,}94\sqrt{0{,}50} + 0{,}84\sqrt{0{,}455}}{0{,}30}\right)^2$$

$$n1 = n2 = \left(\frac{1{,}94(0{,}707) + 0{,}84(0{,}674)}{0{,}30}\right)^2$$

$$n1 = n2 = \left(\frac{1{,}386 + 0{,}566}{0{,}30}\right)^2$$

$$n1 = n2 = \left(\frac{1{,}952}{0{,}30}\right)^2$$

$$n1 = n2 = (6{,}50)^2$$

$$n1 = n2 = 42{,}25$$

$$n1 = n2 = 43$$

Diperoleh besar sampel minimal sebesar 42,25 responden pada masing-masing kelompok. Jumlah tersebut kemudian dibulatkan menjadi 43 responden pada masing-masing kelompok sehingga total sampel minimal yang diperlukan adalah 86 responden.

3.5 Metode Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan dua kuesioner utama:

1. *Body Shape Questionnaire (BSQ-34)*
   Untuk menilai persepsi bentuk tubuh responden.
2. *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)*
   Untuk menilai tingkat kepercayaan diri responden. Kuesioner akan disebarkan dalam bentuk cetak maupun daring (Google Form) kepada mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi.

3.6 Metode Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif, yaitu dengan mengolah hasil kuesioner yang telah diisi oleh responden. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan dua tahap, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat.

1. **Analisis Univariat**:
   Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan masing-masing variabel penelitian secara frekuensi dan persentase. Variabel yang dianalisis secara univariat antara lain:
   - Jenis kelamin

- Angkatan
- Persepsi bentuk tubuh
- *Self-Esteem*

Hasil akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan diagram.

2. **Analisis Bivariat**:

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Variabel independen dalam penelitian ini adalah persepsi bentuk tubuh, sedangkan variabel dependen adalah *Self-Esteem*. Analisis hubungan antara kedua variabel dilakukan menggunakan uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test* karena lebih dari 20% sel pada tabel kontingensi memiliki nilai *expected count* kurang dari 5, sehingga asumsi penggunaan uji *Chi-square* tidak terpenuhi. Uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test* digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang bermakna secara statistik antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem*. Nilai signifikansi (p) < 0,05 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara kedua variabel.

Taraf signifikansi (α) yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,05 (5%).

Kriteria pengambilan keputusan:

1. Jika nilai p < 0,05, maka H□ ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh dan *Self-Esteem*.
2. Jika nilai p ≥ 0,05, maka H□ diterima, artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh dan *Self-E steem*.

3.7 Alur Penelitian



Gambar 3. 1 Alur Penelitian

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Tahun Ajaran 2024/2025 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi penelitian. Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan serta izin penelitian dari Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Selanjutnya, peneliti melakukan pemilihan responden menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan dalam penelitian. Proses pengumpulan data diawali dengan penyebaran tautan kuesioner secara daring (*online*) melalui *Google Form* kepada mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Sebelum mengisi kuesioner, setiap calon responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prosedur penelitian, serta jaminan kerahasiaan data penelitian. Responden yang bersedia mengikuti penelitian diminta memberikan persetujuan (*informed consent*) secara daring sebelum melanjutkan pengisian kuesioner. Selanjutnya, responden mengisi dua instrumen penelitian, yaitu *Body Shape Questionnaire (BSQ-34)* untuk mengukur persepsi bentuk tubuh dan *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)* untuk mengukur Tingkat *Self-Esteem*.

Berdasarkan hasil perhitungan besar sampel menggunakan rumus Sofiyudin Dahlan, jumlah minimal sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah 86 responden. Selama periode pengumpulan data diperoleh 100 responden yang memenuhi kriteria penelitian dan bersedia mengikuti penelitian, sehingga seluruh responden digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini.Data yang telah terkumpul kemudian diperiksa melalui tahapan *editing* untuk memastikan seluruh jawaban responden telah terisi dengan lengkap dan sesuai. Selanjutnya dilakukan proses

coding dengan memberikan kode pada setiap variabel penelitian untuk memudahkan proses pengolahan data. Data yang telah diberi kode kemudian dimasukkan (*entry data*) ke dalam program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) sebelum dilakukan analisis, peneliti melakukan *cleaning* data untuk memastikan tidak terdapat kesalahan penginputan, data ganda, maupun data yang tidak lengkap sehingga seluruh data yang dianalisis memenuhi persyaratan analisis statistik.

Analisis data dilakukan dalam dua tahap, yaitu analisis *univariat* dan analisis *bivariat*. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, distribusi persepsi bentuk tubuh, dan distribusi *Self-Esteem*. Selanjutnya dilakukan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem*. Analisis hubungan antara kedua variabel dilakukan menggunakan uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test* karena lebih dari 20% sel pada tabel kontingensi memiliki nilai *expected count* kurang dari 5 sehingga asumsi penggunaan uji *Chi-square* tidak terpenuhi. Uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test* digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang bermakna antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem*. Berdasarkan seluruh tahapan penelitian tersebut, hasil analisis kemudian disajikan secara sistematis dalam bentuk tabel yang meliputi karakteristik responden, distribusi persepsi bentuk tubuh, distribusi *Self-Esteem*, serta hasil analisis hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

4.1.1 Analisis Univariat

4.1.1.1 Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi jenis kelamin dan angkatan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Jumlah responden yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 100 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi penelitian. Karakteristik responden disajikan untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini.

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	31	31%
Perempuan	69	69%
Total	**100**	**100%**

Berdasarkan Tabel 4.1 diketahui bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 69 responden (69%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 31 responden (31%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa distribusi responden perempuan lebih mendominasi dibandingkan responden laki-laki. Dominasi responden perempuan dalam penelitian ini menggambarkan bahwa sebagian besar sampel yang berpartisipasi dalam penelitian adalah mahasiswa perempuan. Dengan demikian, karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada penelitian ini didominasi oleh perempuan, sedangkan responden laki-laki memiliki proporsi yang lebih sedikit. Data karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin ini selanjutnya menjadi dasar dalam penyajian distribusi variabel penelitian pada analisis berikutnya.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Laki-laki n (%)	Perempuan n (%)	Total n (%)
2022	7 (28,0%)	18 (72,0%)	25 (100%)
2023	8 (32,0%)	17 (68,0%)	25 (100%)
2024	4 (15,4%)	22 (84,6%)	26 (100%)
2025	12 (50,0%)	12 (50,0%)	24 (100%)
Total	**31 (31,0%)**	**69 (69,0%)**	**100 (100%)**

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan angkatan dan jenis kelamin menunjukkan bahwa pada angkatan 2022 terdapat 25 responden yang terdiri atas 7 responden laki-laki (28,0%) dan 18 responden

perempuan (72,0%). Pada angkatan 2023 terdapat 25 responden, yaitu 8 responden laki-laki (32,0%) dan 17 responden perempuan (68,0%). Angkatan 2024 merupakan angkatan dengan jumlah responden terbanyak, yaitu 26 responden, yang terdiri atas 4 responden laki-laki (15,4%) dan 22 responden perempuan (84,6%). Sementara itu, pada angkatan 2025 terdapat 24 responden dengan jumlah responden laki-laki dan perempuan yang sama, masing-masing sebanyak 12 responden (50,0%). Secara keseluruhan, responden perempuan berjumlah 69 orang (69,0%), lebih banyak dibandingkan responden laki-laki yang berjumlah 31 orang (31,0%).

4.1.1.2 Gambaran Persepsi Bentuk Tubuh

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Persepsi Bentuk Tubuh Responden

Persepsi Bentuk Tubuh	Laki-laki n (%)	Perempuan n (%)	Total n (%)
Tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh	8 (19,5%)	33 (80,5%)	41 (100%)
Ketidakpuasan ringan	8 (34,8%)	15 (65,2%)	23 (100%)
Ketidakpuasan sedang	14 (46,7%)	16 (53,3%)	30 (100%)
Ketidakpuasan berat	1 (16,7%)	5 (83,3%)	6 (100%)
Total	**31 (31,0%)**	**69 (69,0%)**	**100 (100%)**

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa pada kategori responden yang tidak menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh terdapat 41 responden yang terdiri atas 8 responden laki-laki (19,5%) dan 33 responden perempuan (80,5%). Pada kategori ketidakpuasan ringan terdapat 23 responden, yaitu 8 responden laki-laki (34,8%) dan 15 responden perempuan (65,2%). Kategori ketidakpuasan sedang terdiri atas 30 responden, yaitu 14 responden laki-laki (46,7%) dan 16 responden perempuan (53,3%). Sementara itu, pada kategori ketidakpuasan berat terdapat 6 responden yang terdiri atas 1 responden laki-laki (16,7%) dan 5 responden perempuan (83,3%). Secara keseluruhan, responden perempuan berjumlah 69 orang (69,0%), lebih banyak

dibandingkan responden laki-laki yang berjumlah 31 orang (31,0%). Secara keseluruhan, distribusi persepsi bentuk tubuh berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak pada sebagian besar kategori persepsi bentuk tubuh.

4.1.1.3 Gambaran *Self-Esteem*

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Self-Esteem Responden

Self-Esteem	**Laki-laki n (%)**	**Perempuan n (%)**	**Total n (%)**
Self-Esteem rendah	0 (0,0%)	2 (100,0%)	2 (100,0%)
Self-Esteem sedang	17 (21,5%)	62 (78,5%)	79 (100,0%)
Self-Esteem tinggi	14 (73,7%)	5 (26,3%)	19 (100,0%)
Total	**31 (31,0%)**	**69 (69,0%)**	**100 (100,0%)**

Berdasarkan Tabel 4.4 diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan kategori *Self-Esteem* dan jenis kelamin menunjukkan bahwa pada kategori *Self-Esteem* rendah terdapat 2 responden (2,0%) yang seluruhnya berjenis kelamin perempuan (100,0%). Pada kategori *Self-Esteem* sedang terdapat 79 responden (79,0%), yang terdiri atas 17 responden laki-laki (21,5%) dan 62 responden perempuan (78,5%). Sementara itu, pada kategori *Self-Esteem* tinggi terdapat 19 responden (19,0%), yang terdiri atas 14 responden laki-laki (73,7%) dan 5 responden perempuan (26,3%). Secara keseluruhan, jumlah responden perempuan dalam penelitian ini lebih banyak dibandingkan responden laki-laki, yaitu sebanyak 69 responden (69,0%) dan 31 responden (31,0%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kategori *Self-Esteem* sedang merupakan kategori yang paling banyak ditemukan pada kedua jenis kelamin, sedangkan kategori *Self-Esteem* rendah merupakan kategori yang paling sedikit ditemukan dalam penelitian ini. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kategori *Self-Esteem* sedang merupakan kategori yang paling banyak ditemukan pada kedua jenis kelamin, sedangkan kategori *Self-Esteem* rendah merupakan kategori yang paling sedikit ditemukan dalam penelitian ini.

4.1.2 Analisis Bivariat

4.1.2.1 Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan *Self-Esteem* pada Mahasiswa FK UMSU

Tabel 4. 5 Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan Self-Esteem pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Persepsi Bentuk Tubuh	Jenis Kelamin	*Self-Esteem*			Total	Nilai p
		Rendah n (%)	Sedang n (%)	Tinggi n (%)		
Tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh	Laki-laki	0 (0,0%)	8 (100,0%)	0 (0,0%)	8 (100,0%)	
	Perempuan	2 (6,1%)	29 (87,9%)	2 (6,1%)	33 (100,0%)	
Ketidakpuasan ringan	Laki-laki	0 (0,0%)	8 (100,0%)	0 (0,0%)	8 (100,0%)	
	Perempuan	0 (0,0%)	14 (93,3%)	1 (6,7%)	15 (100,0%)	
Ketidakpuasan sedang	Laki-laki	0 (0,0%)	1 (7,1%)	13 (92,9%)	14 (100,0%)	
	Perempuan	0 (0,0%)	15 (93,8%)	1 (6,3%)	16 (100,0%)	
Ketidakpuasan berat	Laki-laki	0 (0,0%)	0 (0,0%)	1 (100,0%)	1 (100,0%)	
	Perempuan	0 (0,0%)	4 (80,0%)	1 (20,0%)	5 (100,0%)	
Total		**2 (2,0%)**	**79 (79,0%)**	**19 (19,0%)**	**100 (100,0%)**	**< 0,001**

Berdasarkan Tabel 4.5, pada kategori tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh, responden laki-laki seluruhnya memiliki *Self-Esteem* sedang, yaitu sebanyak 8 responden (100,0%). Sementara itu, pada responden perempuan, sebagian besar juga memiliki *Self-Esteem* sedang, yaitu sebanyak 29 responden (87,9%), sedangkan masing-masing 2 responden (6,1%) memiliki *Self-Esteem* rendah dan *Self-Esteem* tinggi. Pada kategori ketidakpuasan tubuh ringan, seluruh responden laki-laki

memiliki *Self-Esteem* sedang, yaitu sebanyak 8 responden (100,0%). Pada responden perempuan, sebagian besar memiliki *Self-Esteem* sedang, yaitu 14 responden (93,3%), sedangkan 1 responden (6,7%) memiliki *Self-Esteem* tinggi. Pada kategori ketidakpuasan tubuh sedang, sebagian besar responden laki-laki memiliki *Self-Esteem* tinggi, yaitu sebanyak 13 responden (92,9%), sedangkan 1 responden (7,1%) memiliki *Self-Esteem* sedang. Pada responden perempuan, sebagian besar memiliki *Self-Esteem* sedang, yaitu sebanyak 15 responden (93,8%), sedangkan 1 responden (6,3%) memiliki *Self-Esteem* tinggi. Pada kategori ketidakpuasan tubuh berat, responden laki-laki seluruhnya memiliki *Self-Esteem* tinggi, yaitu sebanyak 1 responden (100,0%). Sementara itu, pada responden perempuan, sebagian besar memiliki *Self-Esteem* sedang, yaitu sebanyak 4 responden (80,0%), dan 1 responden (20,0%) memiliki *Self-Esteem* tinggi. Berdasarkan hasil uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test* diperoleh nilai signifikansi (p) < 0,001. Oleh karena nilai p < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

4.2 PEMBAHASAN PENELITIAN

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test* diperoleh nilai signifikansi (p) < 0,001. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* dapat diterima. Hasil penelitian ini mendukung teori yang menyatakan bahwa persepsi bentuk tubuh merupakan penilaian subjektif individu terhadap bentuk, ukuran, dan penampilan fisiknya yang dapat memengaruhi penilaian individu terhadap dirinya, termasuk *Self-Esteem*. Individu dengan persepsi bentuk tubuh yang positif cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih baik, sedangkan persepsi bentuk tubuh yang negatif dapat

berhubungan dengan *Self-Esteem* yang lebih rendah.[9] Penilaian tersebut berperan dalam pembentukan konsep diri dan memengaruhi bagaimana individu menghargai dirinya sendiri. Individu yang mampu menerima kondisi tubuhnya cenderung memiliki penilaian diri yang lebih positif, sedangkan individu yang merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya lebih rentan mengalami penurunan *Self-Esteem*. Namun, karena *Self-Esteem* merupakan konstruk psikologis yang kompleks, hubungan antara kedua variabel tersebut tidak bersifat mutlak dan masih dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya.[3]

Hubungan yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi bentuk tubuh memiliki kontribusi terhadap pembentukan *Self-Esteem* pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki persepsi positif terhadap bentuk tubuhnya cenderung lebih mudah menerima dirinya secara keseluruhan sehingga mampu membangun penghargaan terhadap diri yang lebih baik. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki persepsi negatif terhadap bentuk tubuh lebih berisiko mengalami ketidakpuasan terhadap dirinya. Namun demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan yang diperoleh hanya berada pada kategori sedang, sehingga dapat dipahami bahwa persepsi bentuk tubuh bukan merupakan faktor dominan yang menentukan *Self-Esteem*. Hal tersebut menunjukkan bahwa *Self-Esteem* merupakan konstruk psikologis yang dipengaruhi oleh berbagai aspek kehidupan individu dan tidak hanya bergantung pada penilaian terhadap penampilan fisik semata.[4,8]

Selain itu, karakteristik responden yang merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran juga perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil penelitian ini. Mahasiswa kedokteran berada pada fase dewasa awal yang sedang mengalami proses pembentukan identitas diri, penyesuaian terhadap lingkungan akademik, serta tuntutan untuk mencapai prestasi yang tinggi. Kondisi tersebut memungkinkan mahasiswa memiliki cara yang berbeda dalam memandang dirinya dibandingkan kelompok usia maupun profesi lainnya. Oleh karena itu, hubungan antara persepsi

bentuk tubuh dan *Self-Esteem* pada mahasiswa kedokteran dapat dipengaruhi oleh karakteristik pendidikan yang mereka jalani.[5,11]

Berdasarkan karakteristik responden, penelitian ini melibatkan 100 mahasiswa yang terdiri atas 69 responden perempuan (69,0%) dan 31 responden laki-laki (31,0%). Distribusi berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak ditemukan pada setiap kategori persepsi bentuk tubuh. Pada kategori tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh terdapat 33 responden perempuan dan 8 responden laki-laki. Pada kategori ketidakpuasan tubuh ringan terdapat 15 responden perempuan dan 8 responden laki-laki, sedangkan pada kategori ketidakpuasan tubuh sedang terdapat 16 responden perempuan dan 14 responden laki-laki. Pada kategori ketidakpuasan tubuh berat terdapat 5 responden perempuan dan 1 responden laki-laki. Hasil tersebut menunjukkan bahwa perempuan dalam penelitian ini lebih banyak mengalami variasi persepsi terhadap bentuk tubuh dibandingkan laki-laki. Apabila ditinjau berdasarkan *Self-Esteem*, sebagian besar responden, baik laki-laki maupun perempuan, berada pada kategori *Self-Esteem* sedang. Namun, pada kelompok laki-laki terlihat bahwa sebagian besar responden yang berada pada kategori ketidakpuasan tubuh sedang memiliki *Self-Esteem* tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi bentuk tubuh tidak selalu diikuti oleh tingkat *Self-Esteem* yang sama pada setiap individu. Perbedaan tersebut dapat terjadi karena setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda dalam menerima kondisi dirinya serta dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis maupun sosial. Oleh karena itu, meskipun terdapat variasi distribusi berdasarkan jenis kelamin, hasil analisis *Spearman* tetap menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem*.[7,9,11]

Dominasi responden perempuan dalam penelitian ini juga perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil penelitian. Perempuan pada umumnya lebih memperhatikan penampilan fisik karena adanya pengaruh budaya dan standar kecantikan yang berkembang di masyarakat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa

perempuan lebih sering mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dibandingkan laki-laki karena lebih banyak menerima tekanan sosial mengenai berat badan, bentuk tubuh, maupun penampilan wajah. Kondisi tersebut menyebabkan perempuan lebih rentan melakukan evaluasi terhadap tubuhnya dan lebih mudah membandingkan dirinya dengan orang lain. Sementara itu, pada responden laki-laki, penilaian terhadap diri tidak selalu berfokus pada bentuk tubuh. Laki-laki cenderung lebih banyak menilai dirinya berdasarkan kemampuan, prestasi, kompetensi, maupun keberhasilan dalam menjalankan perannya. Hal tersebut dapat menjelaskan mengapa pada penelitian ini masih ditemukan responden laki-laki dengan kategori ketidakpuasan tubuh sedang maupun berat tetapi tetap memiliki *Self-Esteem* tinggi. Dengan demikian, meskipun persepsi bentuk tubuh berhubungan dengan *Self-Esteem*, hubungan tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik psikologis yang berbeda pada setiap individu.[10,21,33]

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyuni dan Fitriani (2022) yang melaporkan adanya hubungan yang signifikan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki persepsi bentuk tubuh yang positif cenderung memiliki penghargaan terhadap diri yang lebih baik.[9] Temuan penelitian ini juga didukung oleh Kurniawan dan Sari (2022) yang menyatakan bahwa citra tubuh merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pembentukan *Self-Esteem*, meskipun *Self-Esteem* dipengaruhi pula oleh berbagai aspek psikologis dan sosial lainnya.[7] Selain itu, penelitian Nurhasanah dan Dewi (2021) menjelaskan bahwa individu yang mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh cenderung memiliki penilaian yang lebih negatif terhadap dirinya sehingga lebih rentan mengalami penurunan *Self-Esteem*. Hasil-hasil penelitian tersebut memperkuat temuan bahwa persepsi bentuk tubuh memiliki peranan penting dalam pembentukan *Self-Esteem*, khususnya pada kelompok usia dewasa awal seperti mahasiswa.[11]

Kesesuaian hasil penelitian ini dengan beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa hubungan antara persepsi bentuk tubuh dan *Self-Esteem* merupakan fenomena yang cukup konsisten pada kelompok usia dewasa awal. Akan tetapi, besarnya kekuatan hubungan dapat berbeda pada setiap penelitian karena dipengaruhi oleh karakteristik responden, jumlah sampel, instrumen penelitian yang digunakan, serta faktor sosial dan budaya pada masing-masing populasi penelitian. Oleh karena itu, perbedaan nilai koefisien korelasi antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya merupakan hal yang wajar dan tidak mengurangi makna dari hasil penelitian yang diperoleh.[35] Menurut peneliti, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa tidak hanya menilai dirinya berdasarkan kondisi fisik, tetapi juga berdasarkan pencapaian akademik, hubungan interpersonal, pengalaman hidup, serta kemampuan dalam menghadapi berbagai tantangan selama menjalani pendidikan kedokteran. Oleh karena itu, persepsi bentuk tubuh yang kurang baik tidak selalu diikuti oleh *Self-Esteem* yang rendah karena setiap mahasiswa memiliki mekanisme adaptasi dan sumber dukungan yang berbeda-beda.[36,37,48]

Hasil penelitian ini juga memberikan gambaran bahwa pembentukan *Self-Esteem* pada mahasiswa memerlukan pendekatan yang menyeluruh. Upaya meningkatkan *Self-Esteem* tidak hanya dilakukan dengan memperbaiki persepsi terhadap bentuk tubuh, tetapi juga melalui pengembangan konsep diri yang positif, peningkatan kemampuan menerima diri, penguatan dukungan sosial, serta peningkatan kemampuan mengelola stres. Pendekatan tersebut penting karena *Self-Esteem* yang baik berperan dalam meningkatkan kesehatan mental, kemampuan beradaptasi, motivasi belajar, serta kualitas hubungan interpersonal mahasiswa. Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam mengembangkan program promosi kesehatan mental di lingkungan kampus. Edukasi mengenai *positive body image*, pencegahan *body shaming*, serta penyediaan layanan konseling psikologis merupakan beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk membantu mahasiswa

membangun *Self-Esteem* yang positif. Dengan demikian, mahasiswa diharapkan mampu menghadapi tuntutan akademik maupun sosial secara lebih adaptif.[35–37,48]

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian menggunakan desain *cross-sectional* sehingga hanya dapat menggambarkan hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada satu waktu pengamatan dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat. Kedua, data diperoleh melalui kuesioner yang diisi sendiri oleh responden sehingga masih memungkinkan terjadinya *response bias*. Ketiga, penelitian ini belum mengikutsertakan variabel lain yang berpotensi memengaruhi *Self-Esteem*, seperti IMT, penggunaan media sosial, dukungan sosial, kondisi psikologis, maupun tingkat stres akademik. Selain itu, proporsi responden perempuan lebih banyak dibandingkan responden laki-laki sehingga hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan dengan mempertimbangkan karakteristik sampel yang diteliti.[10,49]

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi bentuk tubuh memiliki hubungan yang bermakna dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Meskipun kekuatan hubungan berada pada kategori sedang, temuan ini memberikan gambaran bahwa cara mahasiswa memandang dan menerima bentuk tubuhnya merupakan salah satu aspek penting yang berkaitan dengan penghargaan terhadap dirinya. Namun demikian, pembentukan *Self-Esteem* merupakan proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, upaya meningkatkan *Self-Esteem* mahasiswa perlu dilakukan melalui pendekatan yang komprehensif dengan memperhatikan aspek psikologis, sosial, maupun lingkungan sehingga mahasiswa dapat berkembang secara optimal baik dalam kehidupan akademik maupun kehidupan sehari-hari.[11,21]

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPILAN

1. Dari 100 responden, 41 responden (41%) tidak menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, 23 responden (23%) mengalami ketidakpuasan tubuh ringan, 30 responden (30%) mengalami ketidakpuasan tubuh sedang, dan 6 responden (6%) mengalami ketidakpuasan tubuh berat. Hal ini menunjukkan bahwa kategori yang paling banyak ditemukan adalah responden yang tidak menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh.
2. Dari 100 responden, 79 responden (79%) memiliki *Self-Esteem* kategori sedang, 19 responden (19%) memiliki *Self-Esteem* kategori tinggi, dan 2 responden (2%) memiliki *self-esteem* kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *Self-Esteem* pada kategori sedang.
3. Hasil uji korelasi *Spearman* menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan nilai $r = 0,447$ dan $p < 0,001$. Nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang.
4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi bentuk tubuh berhubungan dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi bentuk tubuh merupakan salah satu aspek yang berkaitan dengan *Self-Esteem*, meskipun *Self-Esteem* juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini.

5.2 SARAN

1. Bagi mahasiswa berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *Self-Esteem*, mahasiswa diharapkan dapat lebih memperhatikan kesehatan fisik dan mental serta membangun persepsi bentuk tubuh yang positif sebagai salah satu upaya dalam mempertahankan *Self-Esteem*. Selain itu, mahasiswa diharapkan mampu menggunakan media sosial secara bijak dan menghindari perbandingan diri yang berlebihan terhadap standar penampilan sehingga dapat mendukung kesehatan psikologis.
2. Bagi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara diharapkan dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif terkait kesehatan mental mahasiswa melalui kegiatan edukasi, seminar, maupun layanan konseling mengenai *body image*, *Self-Esteem*, dan penerimaan diri. Lingkungan akademik yang suportif juga diharapkan dapat membantu mahasiswa menjaga kesehatan psikologis serta membangun *Self-Esteem* yang positif selama menjalani pendidikan kedokteran.
3. Bagi Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah responden yang lebih besar dengan proporsi responden laki-laki dan perempuan yang lebih seimbang, sehingga hasil penelitian dapat menggambarkan karakteristik responden secara lebih representatif. Selain itu, penelitian selanjutnya juga disarankan menambahkan variabel lain yang berpotensi berhubungan dengan *Self-Esteem*, seperti indeks massa tubuh (IMT), penggunaan media sosial, dukungan sosial, aktivitas fisik, tingkat stres akademik, maupun konsep diri sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan *Self-Esteem*. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan penggunaan desain longitudinal agar perubahan persepsi bentuk tubuh dan *Self-Esteem* dapat diamati dalam periode waktu tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

1. Pimenta F, Ferreira C, Mendes Â. Body image dissatisfaction and disordered eating in university students: A systematic review. *J Am Coll Heal*. 2023;71(2):545-558. doi:10.1080/07448481.2020.1841200

2. World Health Organization. Adolescent mental health. Published online 2021. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

3. Putri RP, Hidayat R. Kepercayaan diri sebagai faktor penentu kesiapan kerja mahasiswa. *J Psikol dan Pendidik*. 2021;7(1):33-41.

4. Yuliana L, Pratiwi DM. Komponen kepercayaan diri dalam perspektif psikologi perkembangan dewasa awal. *J Psikol Klin dan Kesehat Ment*. 2022;8(2):60-68.

5. Chen L, Zhang Y, Wang S. Body image perception and its relation to self-esteem and stress in college students. *Psychol \& Heal*. 2022;37(3):343-360. doi:10.1080/08870446.2021.1871779

6. Pook M, Tuschen-Caffier B, Br"ahler E. Body image, self-esteem, and psychological well-being: A longitudinal analysis. *J Health Psychol*. 2021;26(11):2114-2126.

7. Kurniawan H, Sari M. Hubungan Citra Diri dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Baru. *J Psikol Humanika*. 2022;9(1):48-56. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/humanika/article/view/41351

8. Pertiwi AR, Handayani S. Body Image dan Self-Confidence Mahasiswa Perempuan Universitas Negeri Semarang. *J Psikol*. 2020;18(1):44-51. https://ejournal.unnes.ac.id/index.php/psikologi/article/download/25207/11012

9. Wahyuni L, Fitriani R. Hubungan citra tubuh dengan self-esteem pada mahasiswa. *J Psikol Udayana*. 2022;9(2):145-154.

10. Andriani A, Widodo A. IMT dan tingkat kepercayaan diri mahasiswa. *J Gizi dan Psikol*. 2021;7(3):112-119.

11. Nurhasanah R, Dewi A. Hubungan antara Persepsi Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa. *J Psikol Pendidik dan Konseling*. 2021;7(2):89-95. https://ejournal.upi.edu/index.php/JPK/article/view/36312/15720

12. Ramadhani S, Suryani N. Konsep diri dan kepercayaan diri mahasiswa dalam pembelajaran daring. *J Psikol dan Pendidik*. 2021;7(3):199-206.

13. Goldstein EB. *Sensation and Perception*. Cengage Learning; 2022.

14. Matlin MW, Farmer TA. *Cognitive Psychology*. Wiley; 2021.

15. Zhang L, Wang H, Chen M. Perception, cognition, and emotion: How internal and external factors shape our interpretation of the world. *Front Psychol*. 2023;14:1123456.

16. DressBlank. The Five Body Types: Apple, Pear, Hourglass, Rectangle, and Inverted Triangle—and How to Best Dress for Your Body Type. Published online 2023. https://dressblank.com/blogs/news/the-five-body-types-apple-pear-hourglass-rectangle-and-inverted-triangle-and-how-to-best-dress-for-your-body-type

17. Today MN. What are some different body types? Published online 2020. https://www.medicalnewstoday.com/articles/body-types

18. Stewardson C, others. Cultural Differences in Body Image: A Systematic Review. *Sociology*. 2022;13(6):305.

19. Authors. Body perceptions and psychological well-being: impact of social

media and cultural factors. *Healthcare*. 2023;12(14):1396.

20. Lestari TP. *Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Persepsi Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa*. UIN Walisongo; 2020. https://eprints.walisongo.ac.id/17497/1/Skripsi_1507026018_Tri_Puji_Lestari.pdf

21. Nugraheni R, Putri DA, Lestari M. Persepsi citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa kedokteran. *J Psikol Kesehat*. 2023;5(1):56-64.

22. Pimenta AM, Teixeira MT, Mendes LL, others. Body image dissatisfaction and associated factors among university students: A systematic review. *J Am Coll Heal*. 2023;71(5):1309-1322.

23. Tiggemann M, Zaccardo M. "Exercise to be fit, not skinny": The effect of fitspiration imagery on women's body image. *Body Image*. 2020;33:87-92. doi:10.1016/j.bodyim.2020.02.004

24. Tylka TL, Wood-Barcalow NL. The Body Appreciation Scale-2: item refinement and psychometric evaluation. *Body Image*. 2020;33:77-87. doi:10.1016/j.bodyim.2020.02.002

25. Rodgers RF, Donovan E, Cousineau T, et al. Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *Body Image*. 2020;33:81-89. doi:10.1016/j.bodyim.2020.02.001

26. Hogue J V, Mills JS. The effects of active social media engagement with peers on body image in young women. *Body Image*. 2019;28:1-5. doi:10.1016/j.bodyim.2018.11.002

27. Saiphoo A, Vahedi Z. Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *New Media \& Soc*. 2019;21(10):2163-2180. doi:10.1177/1461444819847462

28. Pook M, Tuschen-Caffier B, Brähler E. Evaluation of the Body Shape Questionnaire in a representative sample. *Eur Eat Disord Rev*. 2021;29(2):215-223. doi:10.1002/erv.2796

29. Rachmah R, Permata L. Uji Validitas dan Reliabilitas Body Shape Questionnaire (BSQ-34) Versi Bahasa Indonesia. *J Psikometri*. 2022;6(1):51-60.

30. Orth U, Robins RW. Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *Am Psychol*. 2022;77(1):5-17.

31. Tafarodi RW, Swann WB. Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Pers Individ Dif*. 2001;31(5):653-673.

32. Pook M, Tuschen-Caffier B, Brähler E. Evaluation and predictors of self-esteem in adults: A systematic review. *Self Identity*. 2021;20(2):241-264.

33. Pimenta F, Leal I, Maroco J. Body shape perception and its impact on self-esteem and mental health among young adults. *Body Image*. 2023;46:1-10.

34. Rodgers RF, Melioli T, Laconi S, Bui E, Chabrol H. Social media use and body image disorders: Association, direction, and implications for prevention and treatment. *Curr Psychiatry Rep*. 2020;22(12):79.

35. Aminah N, Wijaya F. Pengaruh pengalaman keberhasilan terhadap kepercayaan diri mahasiswa. *J Psikol Pendidik dan Konseling*. 2020;6(2):112-120.

36. Putri ND, Fadilah R. Hubungan antara kecemasan sosial dan kepercayaan diri pada mahasiswa tahun pertama. *J Psikol Insight*. 2022;8(1):70-78.

37. Saputri D, Nugraha A. Dukungan sosial dan harga diri pada mahasiswa. *J Ilm Psikol Terap*. 2023;11(1):75-85.

38. Holland G, Tiggemann M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*. 2016;17:100-110. doi:10.1016/j.bodyim.2016.02.008

39. Rodgers RF, Slater A, Gordon CS, McLean SA, Paxton SJ. Longitudinal associations between social media use, body dissatisfaction, and drive for thinness among adolescent girls. *Int J Eat Disord*. 2020;53(11):1705-1712. doi:10.1002/eat.23340

40. Calvo M. The Rosenberg Self- Esteem Scale: A Psychometric Examination with College Students. *J Psychiatry*. 2023;26:626. doi:10.35248/2378-5756.23.26.626

41. forb ibutes et al. F. Validation of Rosenberg self- esteem scale among Norwegian adolescents – psychometric properties across samples. *BMC Psychol*. 2024;12:506. doi:10.1186/s40359-024-02004-0

42. Maroqi MR. Uji validitas konstruk Skala Harga Diri Rosenberg versi Bahasa Indonesia pada santri di pesantren. *J Psikol*. 2021;13(2):91-102. https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/jp3i/article/view/12101

43. Nurjanah S, Supriatna N. Analisis Validitas dan Reliabilitas Skala Self Esteem Menggunakan Model Rasch. *OPTIMA J Guid Couns*. 2022;12(2):68-75. https://ejournal.upi.edu/index.php/optima/article/view/45032

44. Cash TF, Smolak L. *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention*. 2nd ed. Guilford Press; 2022.

45. Rosenberg M. *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press; 1965.

46. Lee J, Park S, Lee K. Gender differences in body image dissatisfaction among university students: A cross-sectional study. *Body Image*. 2020;35:85-92.

doi:10.1016/j.bodyim.2020.08.002

47. Fardouly J, Diedrichs PC, Vartanian LR, Halliwell E. Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*. 2015;13:38-45. doi:10.1016/j.bodyim.2014.12.002

48. Sari DA, Lestari R, Firmansyah H. Hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan kepercayaan diri mahasiswa di perguruan tinggi. *J Kesehat Ment Remaja*. 2022;3(2):78-85. doi:10.1234/jkmr.v3i2.2022

49. Lestari A. Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku cuci tangan pada masyarakat Kelurahan Pegirian. *J Promkes Indones J …*. Published online 2019. https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1186712

LAMPIRAN

Lampiran 1 *Kuesioner Body Shape Questionnaire- 34 (BSQ-34)*

1.	Pernahkah anda merasa bosan sehingga membuatmu khawatir tentang bentuk tubuhmu?	1	2	3	4	5
2.	Pernahkah merasa sangat khawatir tentang bentuk tubuhmu sehingga merasa ingin melakukan diet?	1	2	3	4	5
3.	Pernahkah berfikir bahwa paha, pinggul atau bokongmu terlalu besar dan tidak sesuai dengan bagian tubuhmu yang lain?	1	2	3	4	5
4.	Pernahkah merasa takut kalau tubuhmu berubah menjadi gemuk?	1	2	3	4	5
5.	Pernahkah anda merasa khawatir bila tubuhmu menjadi kendur/tidak langsing?	1	2	3	4	5
6.	Pernahkah anda merasa kegemukan sewaktu anda dalam keadaan kenyang?	1	2	3	4	5
7.	Pernahkah anda menangis karena menganggap bentuk tubuhmu terlalu gemuk?	1	2	3	4	5
8.	Pernahkah menolak berlari karena beranggapan akan membuat tubuh atau lemak anda bergoyang?	1	2	3	4	5
9.	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri Ketika berada bersama dengan seorang yang langsing?	1	2	3	4	5
10.	Pernahkah merasa pahamu seolah-olah akan pecah/terbagi sewaktu anda duduk?	1	2	3	4	5
11.	Pernahkah merasa akan menjadi gemuk padahal waktu itu anda hanya makan sedikit?	1	2	3	4	5
12.	Pernahkah anda merasa tidak puas dengan bentuk tubuh ketika melihat bentuk tubuh orang lain?	1	2	3	4	5

13.	Pernahkah konsentrasi anda terganggu dalam melakukan aktivitas sehari- hari terganggu karena fikiran anda tentang bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5
14.	Dalam keadaan tanpa busana (misalnya saat mandi) pernahkah anda merasa kegemukan?	1	2	3	4	5
15.	Pernahkah menghindar dari pakaian tertentu yang membuat anda teringat pada bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5
16.	Pernahkah anda ingin menyingkirkan anggota tubuh anda yang anda merasa terganggu?	1	2	3	4	5
17.	Pernahkah anda memakan kue, manisan, dan makanan berkalori tinggi lainnya membuat anda merasa gemuk?	1	2	3	4	5
18.	Pernahkah anda memutuskan untuk tidak bergaul / bersosialisasi hanya karena merasa tidak puas dengan bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5
19.	Pernahkah merasa gemuk dan bulat?	1	2	3	4	5
20.	Pernahkah merasa dipermalukan oleh tubuh anda?	1	2	3	4	5
21.	Apakah anda khawatir dengan bentuk tubuhmu, sehingga melakukan diet?	1	2	3	4	5
22.	Pernahkah merasa senang dengan bentuk tubuhmu Ketika perut anda kosong (misalnya pagi hari)?	1	2	3	4	5
23.	Pernahkah anda merasa bentuk tubuh anda sekarang dikarenakan kurangnya control diri anda terhadap pola makan?	1	2	3	4	5
24.	Pernahkah anda merasa khawatir ketika orang lain memeperhatikan lipan lemak pada area perut atau pinggang anda?	1	2	3	4	5
25.	Pernahkah anda merasa tidak adil jika ada wanita/pria lain lebih langsing dari anda?	1	2	3	4	5

26.	Pernahkah anda muntah agar merasa lebih langsing?	1	2	3	4	5
27.	Sewaktu anda duduk bersama orang lain, apakah anda merasa mengambil tempat duduk yang terlalu banyak (sofa, tempat duduk di bus, dll)	1	2	3	4	5
28.	Pernahkah merasa khawatir bila tubuh menjadi cekung (kendur)?	1	2	3	4	5
29.	Pernahkah anda buruk ketika melihat bayangan diri anda di cermin?	1	2	3	4	5
30.	Pernahkah anda menarik bagian tubuh anda untuk melihat seberapa banyak timbunan lemak disana?	1	2	3	4	5
31.	Pernahkah anda menghindari situasi dimana orang lain dapat dengan jelas melihat bentuk tubuh anda (misalnya di ruang ganti, kolam renang, dll)?	1	2	3	4	5
32.	Pernahkah anda makan laxatives (semacam pencuci peurt misalnya vegeta, herbal, dll)?	1	2	3	4	5
33.	Pernahkah anda teringat bentuk tubuh anda (baik atau buruk) ketika anda dalam sekelompok orang?	1	2	3	4	5
34.	Pernahkah merasa khawatir dengan bentuk tubuhmu sehingga merasa ingin latihan (olah raga)?	1	2	3	4	5

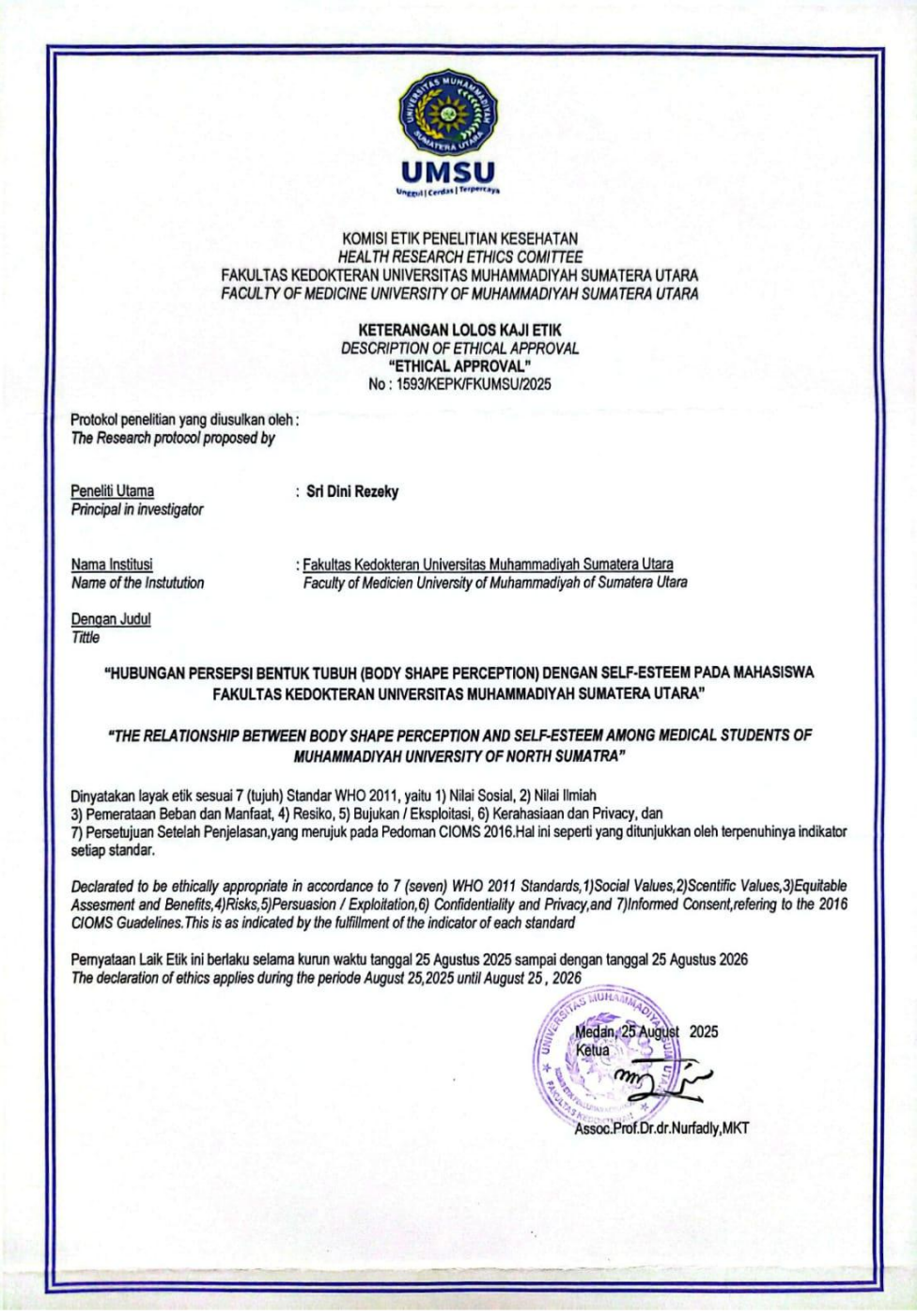
Lampiran 2 ***Kuesioner Rosenberg Self Esteem Scale (RSES)***

1. Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya
2. Terkadang saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik
3. Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya
4. Saya mampu berbuat sebaik orang lain pada umumnya
5. Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri saya
6. Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali
7. Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain
8. Saya berharap bisa lebih menghargai diri sendiri
9. Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal
10. Saya bersikap positif terhadap diri sendiri.

Instrument ini memiliki empat kategori jawaban yaitu "Sangat Setuju"(SS), "Setuju"(S), "Tidak Setuju"(TS), dan "Sangat Tidak Setuju"(STS). Untuk penskorannya peneliti memberikan penilaian tertinggi pada pernyataan "Sangat Setuju"(SS) dan terendah pada pilihan "Sangat Tidak Setuju"(STS) Skor-skor tersebut kemudian dihitung, dengan proporsi item dengan ketentuan sebagai berikut:

SS=4, S=3, TS=2, STS=1

Lampiran 3 *Ethical Clearance*



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMITTEE
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
No : 1593/KEPK/FKUMSU/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The Research protocol proposed by

Peneliti Utama : **Sri Dini Rezeky**
Principal in investigator

Nama Institusi : Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Name of the Instutution *Faculty of Medicien University of Muhammadiyah of Sumatera Utara*

Dengan Judul
Tittle

"HUBUNGAN PERSEPSI BENTUK TUBUH (BODY SHAPE PERCEPTION) DENGAN SELF-ESTEEM PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA"

"THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY SHAPE PERCEPTION AND SELF-ESTEEM AMONG MEDICAL STUDENTS OF MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF NORTH SUMATRA"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah
3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Resiko, 5) Bujukan / Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan
7) Persetujuan Setelah Penjelasan,yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016.Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declarated to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards,1)Social Values,2)Scentific Values,3)Equitable Assesment and Benefits,4)Risks,5)Persuasion / Exploitation,6) Confidentiality and Privacy,and 7)Informed Consent,refering to the 2016 CIOMS Guadelines.This is as indicated by the fulfillment of the indicator of each standard

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 25 Agustus 2025 sampai dengan tanggal 25 Agustus 2026
The declaration of ethics applies during the periode August 25,2025 until August 25 , 2026

Medan, 25 August 2025
Ketua

Assoc.Prof.Dr.dr.Nurfadly,MKT

Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Penelitian



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Ppj/PT/III/2024
Jl. Gedung Arca No. 53 Medan, 20217 Telp. (061) - 7350163, 7333162, Fax. (061) - 7363488
https://fk.umsu.ac.id fk@umsu.ac.id umsumedan umsumedan umsumedan umsumedan

UMSU Unggul | Cerdas | Terpercaya

Nomor : 1379/II.3.AU/UMSU-08/F/2025
Lampiran : -
Perihal : **Izin Penelitian**

Medan, 01 Rabi'ul Awal 1447 H
25 Agustus 2025 M

Kepada. Saudari. **Sri Dini Rezeky**
di
Tempat

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Sehubungan dengan surat Saudari berkenaan permohonan izin untuk melakukan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, yaitu :

Nama : Sri Dini Rezeky
NPM : 2208260209
Judul Skripsi : Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh (Body Shape Perception) Dengan Self-Esteem Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

maka kami memberikan izin kepada saudari, untuk melaksanakan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, selama proses penelitian agar mengikuti peraturan yang berlaku di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian Saudari kami ucapkan terima kasih.

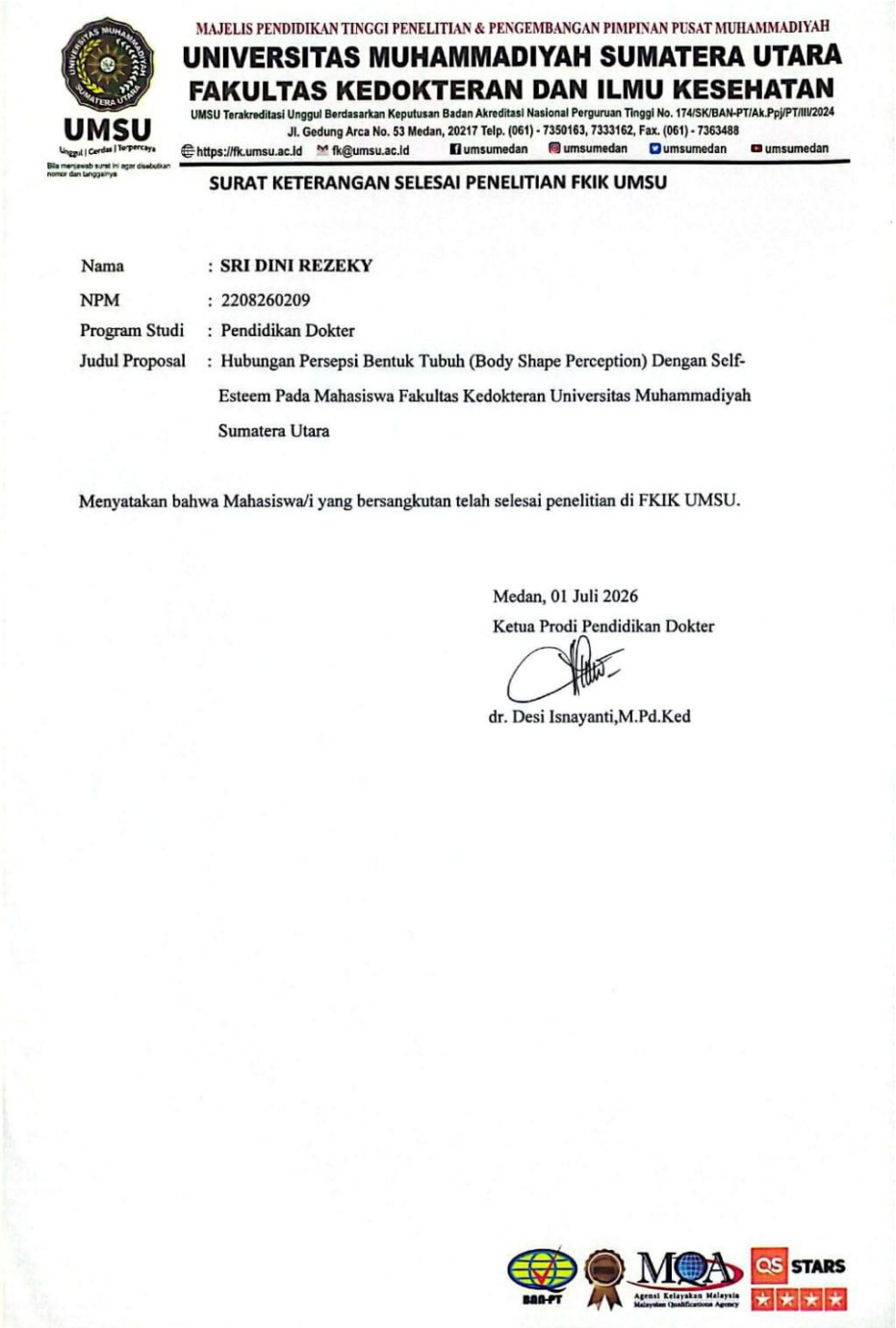
Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Dekan

dr. Siti Masliana Siregar, Sp.THTBKL., Subsp.Rino(K)
NIDN : 0106098201

Tembusan Yth :
1. Wakil Dekan I , III FK UMSU
2. Ketua Program Studi Pendidikan Kedokteran FK UMSU
3. Ketua Bagian Skripsi FK UMSU
4. Pertinggal

Lampiran 5 Surat Selesai Penelitian



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Ppj/PT/III/2024

Jl. Gedung Arca No. 53 Medan, 20217 Telp. (061) - 7350163, 7333162, Fax. (061) - 7363488

https://fk.umsu.ac.id fk@umsu.ac.id umsumedan umsumedan umsumedan umsumedan

UMSU Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN FKIK UMSU

Nama	:	**SRI DINI REZEKY**
NPM	:	2208260209
Program Studi	:	Pendidikan Dokter
Judul Proposal	:	Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh (Body Shape Perception) Dengan Self-Esteem Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Menyatakan bahwa Mahasiswa/i yang bersangkutan telah selesai penelitian di FKIK UMSU.

Medan, 01 Juli 2026

Ketua Prodi Pendidikan Dokter

dr. Desi Isnayanti,M.Pd.Ked

Lampiran 6 Master Data Penelitian

No	Inisial Responden	Usia	Jenis Kelamin	Angkatan	Total Skor BSQ	Total Skor RSES
1	AR	20	Perempuan	2022	66	30
2	NSOG	22	Perempuan	2022	58	29
3	RP	22	Perempuan	2022	122	28
4	POSKA	22	Perempuan	2022	64	33
5	D	22	Perempuan	2022	53	30
6	N	21	Perempuan	2022	65	27
7	HF	21	Perempuan	2022	114	31
8	NR	21	Perempuan	2022	61	30
9	ZDM	22	Perempuan	2022	48	31
10	YV	22	Perempuan	2022	102	27
11	KRS	21	Laki-laki	2022	57	30
12	YFV	21	Laki-laki	2022	44	32
13	MTF	21	Laki-laki	2022	98	28
14	JE	21	Laki-laki	2022	67	30
15	LKJ	21	Perempuan	2022	125	30
16	TA	21	Perempuan	2022	61	29
17	RA	21	Laki-laki	2022	87	33
18	IF	20	Perempuan	2022	117	34
19	SS	21	Perempuan	2022	128	32
20	NY	21	Perempuan	2022	44	29
21	SA	21	Perempuan	2022	85	27
22	SNWN	21	Perempuan	2022	106	33
23	KFRS	21	Perempuan	2022	147	40
24	IGMS	21	Laki-laki	2022	80	30
25	R	23	Laki-laki	2022	42	29
26	ASL	20	Perempuan	2023	149	32
27	RM	20	Perempuan	2023	130	38
28	TWNS	19	Perempuan	2023	70	20
29	AZ	20	Perempuan	2023	88	32
30	SMJU	20	Perempuan	2023	119	30
31	YZ	19	Perempuan	2023	64	30
32	AA	20	Perempuan	2023	130	31
33	P	21	Perempuan	2023	137	35
34	FZR	20	Laki-laki	2023	67	32
35	NNR	20	Perempuan	2023	138	35
36	ARA	19	Perempuan	2023	55	28
37	FZR	21	Perempuan	2023	57	37
38	NNR	18	Perempuan	2023	117	32
39	C	20	Perempuan	2023	72	21
40	HS	21	Perempuan	2023	71	34
41	AA	20	Perempuan	2023	62	32

42	C	19	Perempuan	2023	124	35
43	LA	20	Perempuan	2023	64	34
44	MA	21	Laki-laki	2023	131	41
45	TAAW	21	Laki-laki	2023	134	40
46	MR	21	Laki-laki	2023	135	41
47	D	21	Laki-laki	2023	138	41
48	SK	21	Laki-laki	2023	138	38
49	RA	20	Laki-laki	2023	136	38
50	IH	20	Laki-laki	2023	127	38
51	HP	19	Perempuan	2024	93	28
52	KAH	19	Perempuan	2024	100	34
53	UDH	20	Perempuan	2024	101	31
54	PF	18	Laki-laki	2024	79	35
55	AF	19	Perempuan	2024	105	28
56	FA	20	Perempuan	2024	68	26
57	A	18	Perempuan	2024	70	30
58	NMR	19	Perempuan	2024	78	32
59	FS	20	Perempuan	2024	56	32
60	KAHA	18	Perempuan	2024	46	29
61	DABS	20	Perempuan	2024	102	28
62	KR	18	Perempuan	2024	53	33
63	AM	19	Perempuan	2024	134	31
64	DA	20	Perempuan	2024	114	28
65	HI	19	Perempuan	2024	76	35
66	ONR	20	Perempuan	2024	52	31
67	T	18	Perempuan	2024	82	29
68	PAF	19	Laki-laki	2024	97	29
69	FC	20	Perempuan	2024	102	30
70	HI	19	Perempuan	2024	75	30
71	RS	20	Perempuan	2024	93	31
72	TNS	19	Perempuan	2024	81	29
73	MR	19	Laki-laki	2024	70	32
74	UD	20	Perempuan	2024	124	31
75	RZ	20	Perempuan	2024	94	31
76	JAVG	19	Laki-laki	2024	79	32
77	NAK	18	Perempuan	2025	68	37
78	NFL	18	Perempuan	2025	116	29
79	DJS	18	Laki-laki	2025	105	31
80	N	18	Perempuan	2025	143	35
81	SRA	18	Perempuan	2025	69	33
82	SBR	19	Perempuan	2025	150	35
83	RAR	18	Perempuan	2025	75	27
84	NHA	18	Perempuan	2025	100	39
85	NA	19	Perempuan	2025	40	31
86	MR	18	Laki-laki	2025	170	50

87	MIK	18	Laki-laki	2025	133	39
88	IAF	19	Laki-laki	2025	103	28
89	MFG	18	Laki-laki	2025	95	30
90	EWA	18	Perempuan	2025	68	30
91	AKN	19	Perempuan	2025	54	31
92	K	19	Perempuan	2025	52	31
93	RN	19	Laki-laki	2025	113	37
94	IAKH	19	Laki-laki	2025	109	35
95	NAP	19	Perempuan	2025	141	29
96	RN	20	Laki-laki	2025	112	33
97	BA	21	Laki-laki	2025	128	41
98	RH	20	Laki-laki	2025	127	38
99	RBP	21	Laki-laki	2025	131	38
100	MBS	20	Laki-laki	2025	134	41

Lampiran 7 Hasil Analisis Data Penelitian

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	31	31.0	31.0	31.0
	Perempuan	69	69.0	69.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Angkatan Responden * Jenis Kelamin Crosstabulation

			Jenis Kelamin		
			Laki-laki	Perempuan	Total
Angkatan Responden	2022	Count	7	18	25
		% within Angkatan Responden	28.0%	72.0%	100.0%
	2023	Count	8	17	25
		% within Angkatan Responden	32.0%	68.0%	100.0%
	2024	Count	4	22	26
		% within Angkatan Responden	15.4%	84.6%	100.0%
	2025	Count	12	12	24
		% within Angkatan Responden	50.0%	50.0%	100.0%
Total		Count	31	69	100
		% within Angkatan Responden	31.0%	69.0%	100.0%

Kategori BSQ * Jenis Kelamin Crosstabulation

			Jenis Kelamin		
			Laki-laki	Perempuan	Total
Kategori BSQ	Tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh	Count	8	33	41
		% within Kategori BSQ	19.5%	80.5%	100.0%
	Ketidakpuasan ringan	Count	8	15	23
		% within Kategori BSQ	34.8%	65.2%	100.0%
	Ketidakpuasan sedang	Count	14	16	30
		% within Kategori BSQ	46.7%	53.3%	100.0%
	Ketidakpuasan berat	Count	1	5	6
		% within Kategori BSQ	16.7%	83.3%	100.0%
Total		Count	31	69	100
		% within Kategori BSQ	31.0%	69.0%	100.0%

Kategori RSES * Jenis Kelamin Crosstabulation

			Jenis Kelamin		
			Laki-laki	Perempuan	Total
Kategori RSES	Self-esteem rendah	Count	0	2	2
		% within Kategori RSES	0.0%	100.0%	100.0%
	Self-esteem sedang	Count	17	62	79
		% within Kategori RSES	21.5%	78.5%	100.0%
	Self-esteem tinggi	Count	14	5	19
		% within Kategori RSES	73.7%	26.3%	100.0%
Total		Count	31	69	100
		% within Kategori RSES	31.0%	69.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	26.596[a]	6	<,001	.003		
Likelihood Ratio	26.920	6	<,001	<,001		
Fisher-Freeman-Halton Exact Test	24.443			<,001		
Linear-by-Linear Association	18.295[b]	1	<,001	<,001	<,001	.000
N of Valid Cases	100					

a. 7 cells (58.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .12.

b. The standardized statistic is 4.277.

Kategori BSQ * Kategori RSES * Jenis Kelamin Crosstabulation

Count

Jenis Kelamin			Kategori RSES			
			Self-esteem rendah	Self-esteem sedang	Self-esteem tinggi	Total
Laki-laki	Kategori BSQ	Tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh		8	0	8
		Ketidakpuasan ringan		8	0	8
		Ketidakpuasan sedang		1	13	14
		Ketidakpuasan berat		0	1	1
	Total			17	14	31
Perempuan	Kategori BSQ	Tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh	2	29	2	33
		Ketidakpuasan ringan	0	14	1	15
		Ketidakpuasan sedang	0	15	1	16
		Ketidakpuasan berat	0	4	1	5
	Total		2	62	5	69
Total	Kategori BSQ	Tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh	2	37	2	41
		Ketidakpuasan ringan	0	22	1	23
		Ketidakpuasan sedang	0	16	14	30
		Ketidakpuasan berat	0	4	2	6
	Total		2	79	19	100

Chi-Square Tests

Jenis Kelamin		Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Laki-laki	Pearson Chi-Square	27.251[c]	3	<,001	<,001		
	Likelihood Ratio	35.479	3	<,001	<,001		
	Fisher-Freeman-Halton Exact Test	28.823			<,001		
	Linear-by-Linear Association	21.168[d]	1	<,001	<,001	<,001	.000
	N of Valid Cases	31					
Perempuan	Pearson Chi-Square	3.513[e]	6	.742	.797		
	Likelihood Ratio	3.921	6	.687	.854		
	Fisher-Freeman-Halton Exact Test	3.771			.816		
	Linear-by-Linear Association	1.583[f]	1	.208	.257	.145	.069
	N of Valid Cases	69					
Total	Pearson Chi-Square	26.596[a]	6	<,001	.003		
	Likelihood Ratio	26.920	6	<,001	<,001		
	Fisher-Freeman-Halton Exact Test	24.443			<,001		
	Linear-by-Linear Association	18.295[b]	1	<,001	<,001	<,001	.000
	N of Valid Cases	100					

a. 7 cells (58.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .12.

b. The standardized statistic is 4.277.

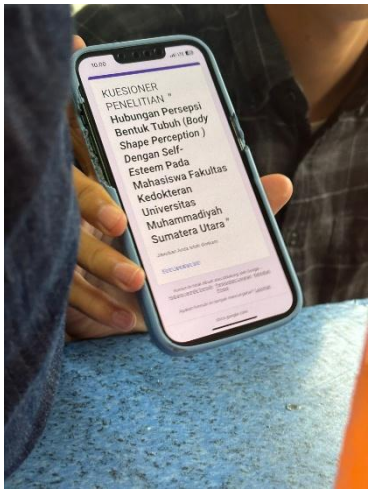
c. 6 cells (75.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .45.

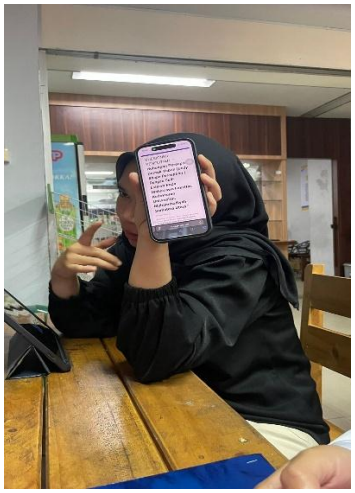
d. The standardized statistic is 4.601.

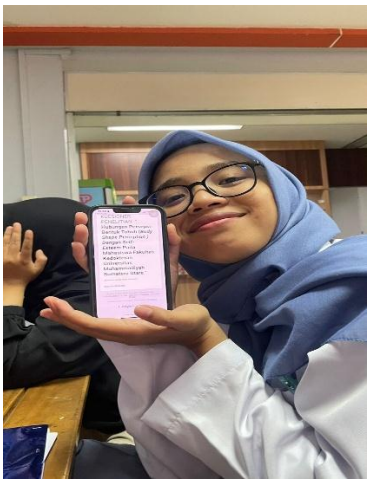
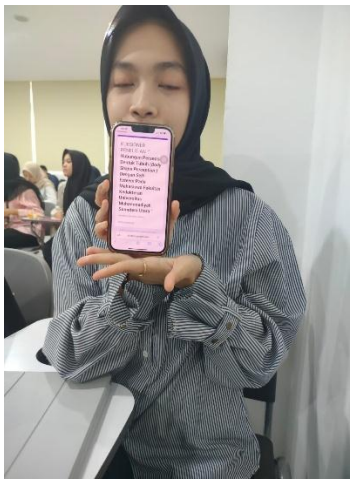
e. 9 cells (75.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .14.

f. The standardized statistic is 1.258.

Lampiran 8 Dokumentasi



Lampiran 10 Artikel Publikasi

HUBUNGAN PERSEPSI BENTUK TUBUH (*BODY SHAPE PERCEPTION)* DENGAN *SELF-ESTEEM PADA* MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

Sri Dini Rezeky[1], Nanda Sari Nuralita[2], Nurhasanah[3], Rini Syahrani Harahap[4]

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email: Sridini656@gmail.com,

ABSTRAK

Pendahuluan: Persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) merupakan penilaian subjektif individu terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang dapat memengaruhi *self-esteem*. Mahasiswa kedokteran rentan mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh akibat tuntutan akademik, tekanan sosial, dan ekspektasi terhadap penampilan profesional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *self-esteem* pada mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik komparatif tidak berpasangan dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian melibatkan 100 mahasiswa aktif Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Persepsi bentuk tubuh diukur menggunakan *Body Shape Questionnaire*-34 (BSQ-34), sedangkan *self-esteem* diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Fisher-Freeman-Halton Exact Test*. **Hasil:** Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (69,0%). Sebanyak 41,0% responden tidak menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan 79,0% memiliki *self-esteem* sedang. Hasil uji Fisher-Freeman-Halton Exact Test menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara persepsi bentuk tubuh dengan *self-esteem* ($p < 0,001$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara persepsi bentuk tubuh dengan *self-esteem* pada mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Kata kunci: persepsi bentuk tubuh, *self-esteem*, mahasiswa kedokteran, BSQ-34, RSES.

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY SHAPE PERCEPTION AND SELF-ESTEEM AMONG MEDICAL STUDENTS AT THE FACULTY OF MEDICINE MUHAMMADIYAH UNIVERSITY NORTH SUMATRA

Sri Dini Rezeky1, Nanda Sari Nuralita[2], Nurhasanah[3], Rini Syahrani Harahap[4]

Faculty Of Medicine, Muhammadiyah University North Sumatra

Email: Sridini656@gmail.com;

ABSTRACT

Background: *Body shape perception is an individual's subjective evaluation of body shape and size, which may influence self-esteem. Medical students are vulnerable to body dissatisfaction due to academic demands, social pressure, and expectations regarding professional appearance. This study aimed to determine the relationship between body shape perception and self-esteem among medical students at Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.* ***Methods:*** *This analytical study employed a cross-sectional design involving 100 active medical students selected through purposive sampling. Body shape perception was assessed using the Body Shape Questionnaire-34 (BSQ-34), while self-esteem was measured using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Data were analyzed using univariate analysis and the Fisher-Freeman-Halton Exact Test.* ***Results:*** *Most respondents were female (69.0%). A total of 41.0% of respondents showed no body dissatisfaction, while 79.0% had moderate self-esteem. The Fisher-Freeman-Halton Exact Test revealed a statistically significant relationship between body shape perception and self-esteem ($p < 0.001$).* ***Conclusion:*** *There was a statistically significant relationship between body shape perception and self-esteem among medical students at Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.*

Keywords: *body shape perception, self-esteem, medical students, BSQ-34, RSES.*

PENDAHULUAN

Persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) merupakan gambaran subjektif individu terhadap bentuk, ukuran, dan penampilan tubuhnya yang terbentuk melalui interaksi berbagai faktor biologis, psikologis, sosial, dan budaya. Pada era digital, persepsi terhadap tubuh semakin dipengaruhi oleh paparan media sosial, standar kecantikan yang tidak realistis, serta kecenderungan melakukan *social comparison*.[1] Kondisi tersebut menyebabkan individu lebih mudah merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya (*body dissatisfaction*), meskipun kondisi fisiknya berada dalam kategori normal. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh telah menjadi isu kesehatan masyarakat karena berkaitan dengan berbagai dampak psikologis, seperti kecemasan, depresi, gangguan makan, hingga rendahnya *self-esteem*.[2]

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas terus meningkat di seluruh dunia. Pada tahun 2022, sekitar 2,5 miliar orang dewasa mengalami kelebihan berat badan, dengan 890 juta di antaranya mengalami obesitas. WHO juga menegaskan bahwa obesitas tidak hanya meningkatkan risiko penyakit tidak menular, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental akibat stigma, diskriminasi, serta ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Selain itu, WHO menyatakan bahwa masa remaja akhir dan dewasa muda merupakan periode penting bagi perkembangan kesehatan mental, di mana berbagai faktor psikososial dapat memengaruhi pembentukan konsep diri dan penghargaan terhadap diri (*self-esteem*).[3]

Self-esteem merupakan evaluasi individu terhadap nilai dan keberhargaan dirinya secara menyeluruh. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik, kesehatan mental yang lebih baik, serta kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam menjalankan aktivitas akademik maupun sosial. Sebaliknya, persepsi negatif terhadap bentuk tubuh dapat menurunkan *self-*

esteem karena individu merasa dirinya tidak memenuhi standar penampilan yang dianggap ideal oleh lingkungan. Oleh karena itu, persepsi bentuk tubuh menjadi salah satu faktor yang penting dalam pembentukan kesejahteraan psikologis, terutama pada kelompok usia mahasiswa.[4]

Berbagai penelitian telah melaporkan adanya hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *self-esteem*. Pimenta et al. (2023) menunjukkan bahwa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh berkaitan dengan penurunan *self-esteem* pada mahasiswa.[5] Rodgers et al. (2020) menjelaskan bahwa penggunaan media sosial meningkatkan kecenderungan melakukan *appearance comparison* yang berkontribusi terhadap meningkatnya *body dissatisfaction*.[6] Sementara itu, Nugraheni et al. (2023**)** juga melaporkan adanya hubungan antara citra tubuh dan kondisi psikologis mahasiswa di Indonesia. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa persepsi bentuk tubuh merupakan salah satu determinan penting dalam kesehatan psikologis mahasiswa.[7]

Mahasiswa kedokteran merupakan kelompok yang memiliki karakteristik berbeda dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Selain menghadapi beban akademik yang tinggi, mahasiswa kedokteran dituntut memiliki kemampuan komunikasi, profesionalisme, serta kesiapan menghadapi lingkungan klinis. Tuntutan tersebut dapat meningkatkan tekanan psikologis sehingga berpotensi memengaruhi cara mahasiswa memandang dirinya sendiri, termasuk persepsi terhadap bentuk tubuh dan tingkat *self-esteem*. Apabila kondisi ini tidak dikelola dengan baik, maka dapat berdampak terhadap kepercayaan diri, performa akademik, serta kesiapan mahasiswa dalam menjalankan perannya sebagai calon tenaga kesehatan.[8]

Meskipun hubungan antara persepsi bentuk tubuh dan *self-esteem* telah banyak diteliti, masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian (*research gap*). Pertama, sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan

pada populasi remaja atau mahasiswa secara umum, sedangkan penelitian pada mahasiswa kedokteran masih relatif terbatas. Kedua, hasil penelitian yang telah dipublikasikan menunjukkan adanya variasi kekuatan hubungan antara persepsi bentuk tubuh dan *self-esteem*, yang mengindikasikan bahwa faktor-faktor seperti jenis kelamin, budaya, lingkungan sosial, serta tekanan akademik dapat memengaruhi hubungan kedua variabel tersebut. Ketiga, di Indonesia masih terbatas penelitian yang menggunakan *Body Shape Questionnaire-34 (BSQ-34)* untuk mengukur persepsi bentuk tubuh dan *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)* untuk mengukur *self-esteem* pada populasi mahasiswa kedokteran. Dengan demikian, bukti empiris mengenai hubungan kedua variabel tersebut pada mahasiswa kedokteran Indonesia masih perlu diperkuat.[9–11]

Berdasarkan kesenjangan penelitian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) dengan *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya bukti ilmiah mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi mahasiswa kedokteran serta menjadi dasar dalam penyusunan program promotif dan preventif untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik komparatif tidak berpasangan dengan pendekatan cross-sectional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) dengan *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penelitian dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Medan, pada periode Juni 2025 hingga Juni 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Tahun Ajaran 2024/2025.

Sampel penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Sofiyudin Dahlan dengan jumlah minimal 86 responden. Selama proses pengumpulan data diperoleh 100 responden yang memenuhi kriteria sehingga seluruh responden diikutsertakan dalam analisis. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Tahun Ajaran 2024/2025 yang bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner secara lengkap, sedangkan kriteria eksklusi meliputi mahasiswa yang mengalami penyakit kronis atau kondisi kesehatan tertentu yang dapat memengaruhi persepsi bentuk tubuh maupun *self-esteem*, serta mahasiswa yang sedang cuti akademik atau tidak aktif pada saat penelitian berlangsung. Variabel independen dalam penelitian ini adalah persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*), sedangkan variabel dependen adalah *self-esteem*. Persepsi bentuk tubuh diukur menggunakan Body Shape Questionnaire-34 (BSQ-34), sedangkan *self-esteem* diukur menggunakan Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Kedua instrumen menggunakan skala ordinal sesuai dengan definisi operasional penelitian.

Pengumpulan data dilakukan setelah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan menandatangani *informed consent* sebelum mengisi kuesioner. Data yang terkumpul kemudian melalui tahap *editing*, *coding*, *entry*, dan *cleaning* sebelum dilakukan analisis.

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 26. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta distribusi persepsi bentuk tubuh dan *self-esteem* dalam bentuk frekuensi dan persentase. Analisis bivariat dilakukan menggunakan Fisher–Freeman–Halton Exact Test untuk mengetahui hubungan antara persepsi bentuk tubuh

dengan *self-esteem*. Nilai p < 0,05 dianggap menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik.

HASIL

Penelitian ini melibatkan 100 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk karakteristik responden, distribusi persepsi bentuk tubuh, distribusi *self-esteem*, serta analisis hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan *self-esteem*.

tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	31	31,0
Perempuan	69	69,0
Angkatan		
2022	25	25,0
2023	25	25,0
2024	26	26,0
2025	24	24,0

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak **69 responden (69,0%)**, sedangkan responden laki-laki sebanyak 31 responden (31,0%). Berdasarkan angkatan, distribusi responden relatif merata, dengan jumlah terbanyak berasal dari angkatan 2024 sebanyak 26 responden (26,0%), diikuti angkatan 2022 dan 2023 masing-masing sebanyak 25 responden (25,0%), serta angkatan 2025 sebanyak 24 responden (24,0%).

tabel 2 Distribusi Persepsi Bentuk Tubuh

Persepsi Bentuk Tubuh	n	%
Tidak menunjukkan ketidakpuasan tubuh	41	41,0
Ketidakpuasan ringan	23	23,0
Ketidakpuasan sedang	30	30,0
Ketidakpuasan berat	6	6,0
Total	**100**	**100**

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden tidak menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, yaitu sebanyak 41 responden (41,0%).

Responden yang mengalami ketidakpuasan tubuh sedang berjumlah 30 responden (30,0%), diikuti ketidakpuasan tubuh ringan sebanyak 23 responden (23,0%), sedangkan ketidakpuasan tubuh berat merupakan kategori dengan proporsi paling sedikit, yaitu 6 responden (6,0%).

tabel 3 Distribusi Self-Esteem

Self-Esteem	n	%
Rendah	2	2,0
Sedang	79	79,0
Tinggi	19	19,0
Total	**100**	**100**

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar responden memiliki *self-esteem* sedang, yaitu sebanyak 79 responden (79,0%). Selanjutnya, 19 responden (19,0%) memiliki *self-esteem* tinggi, sedangkan hanya 2 responden (2,0%) memiliki *self-esteem* rendah. Distribusi tersebut menunjukkan bahwa kategori *self-esteem* sedang merupakan proporsi terbesar pada responden penelitian, sementara kategori *self-esteem* rendah ditemukan pada proporsi yang paling kecil. Secara keseluruhan, sebagian besar responden berada pada tingkat *self-esteem* sedang hingga tinggi, dengan total 98 responden (98,0%), sedangkan responden dengan *self-esteem* rendah hanya sebesar 2,0%.

tabel 4 Hubungan Persepsi Bentuk Tubuh dengan Self-Esteem

Persepsi Bentuk Tubuh	Rendah	Sedang	Tinggi	Total	p
Tidak menunjukkan ketidakpuasan	2	37	2	41	
Ketidakpuasan ringan	0	22	1	23	
Ketidakpuasan sedang	0	16	14	30	
Ketidakpuasan berat	0	4	2	6	
Total	**2**	**79**	**19**	**100**	<0,001

Berdasarkan Tabel 4, distribusi *self-esteem* bervariasi pada setiap kategori

persepsi bentuk tubuh. Pada kategori tidak menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, sebagian besar responden laki-laki maupun perempuan berada pada kategori *self-esteem* sedang. Pola yang sama juga ditemukan pada kategori ketidakpuasan tubuh ringan, di mana mayoritas responden memiliki *self-esteem* sedang.

Pada kategori ketidakpuasan tubuh sedang, sebagian besar responden laki-laki berada pada kategori *self-esteem* tinggi, sedangkan responden perempuan didominasi oleh kategori *self-esteem* sedang. Sementara itu, pada kategori ketidakpuasan tubuh berat, seluruh responden laki-laki memiliki *self-esteem* tinggi, sedangkan sebagian besar responden perempuan berada pada kategori *self-esteem* sedang.

Hasil analisis menggunakan Fisher–Freeman–Halton Exact Test menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara persepsi bentuk tubuh dengan *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara ($p < 0,001$).

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara persepsi bentuk tubuh dengan *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara berdasarkan hasil uji Fisher–Freeman–Halton Exact Test ($p<0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi individu terhadap bentuk tubuh berkaitan dengan bagaimana individu menilai dan menghargai dirinya. Semakin positif persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya, semakin baik pula kecenderungan individu tersebut dalam membangun *self-esteem*.[12] Sebaliknya, persepsi bentuk tubuh yang negatif berpotensi menimbulkan evaluasi diri yang kurang baik sehingga memengaruhi penghargaan terhadap diri sendiri.[13] Hasil penelitian ini mendukung konsep Rosenberg yang menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi menyeluruh terhadap keberhargaan diri yang dipengaruhi oleh pengalaman

individu, termasuk persepsi terhadap kondisi fisiknya.[14]

Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Pimenta et al. (2023) yang melaporkan bahwa *body dissatisfaction* merupakan salah satu prediktor utama rendahnya *self-esteem* pada mahasiswa dan dewasa muda. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh menyebabkan individu lebih sering melakukan evaluasi negatif terhadap dirinya sehingga meningkatkan risiko munculnya harga diri yang rendah.[15] Demikian pula, Rodgers et al. (2020) menjelaskan bahwa paparan media sosial yang menampilkan standar tubuh ideal mendorong terjadinya *social comparison* sehingga individu lebih mudah merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Kondisi tersebut pada akhirnya berdampak terhadap penurunan *self-esteem*. Referensi tersebut juga telah menjadi bagian dari daftar pustaka penelitian ini. [16]

Sebagian besar responden dalam penelitian ini tidak menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (41,0%) dan mayoritas memiliki *self-esteem* sedang (79,0%). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki penerimaan diri yang cukup baik meskipun masih terdapat responden yang mengalami ketidakpuasan tubuh pada kategori ringan, sedang, maupun berat. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden yang berada pada fase dewasa awal, yaitu periode perkembangan ketika individu mulai membentuk identitas diri, meningkatkan kemampuan regulasi emosi, serta mengembangkan penerimaan terhadap kondisi fisiknya.[17] Selain itu, lingkungan pendidikan kedokteran juga dapat membentuk kemampuan adaptasi psikologis mahasiswa sehingga sebagian besar responden tetap mampu mempertahankan *self-esteem* pada kategori sedang meskipun menghadapi berbagai tuntutan akademik.[18]

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa tidak seluruh responden yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh memiliki *self-esteem* rendah. Bahkan, pada beberapa kategori masih

ditemukan responden dengan *self-esteem* tinggi meskipun memiliki persepsi bentuk tubuh yang kurang baik. Temuan ini menunjukkan bahwa *self-esteem* merupakan konstruk multidimensional yang tidak hanya dipengaruhi oleh persepsi bentuk tubuh, tetapi juga oleh faktor lain seperti konsep diri, dukungan keluarga, hubungan dengan teman sebaya, pengalaman keberhasilan, religiusitas, serta kemampuan individu dalam melakukan adaptasi psikologis. Dengan demikian, persepsi bentuk tubuh merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pembentukan *self-esteem*, namun bukan satu-satunya faktor yang menentukan tinggi rendahnya penghargaan diri seseorang.[19,20]

Karakteristik responden yang didominasi oleh perempuan (69,0%) juga perlu dipertimbangkan dalam menginterpretasikan hasil penelitian ini. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih memperhatikan penampilan fisik dibandingkan laki-laki karena lebih sering terpapar standar kecantikan yang berkembang di masyarakat maupun media sosial.[21] Akibatnya, perempuan memiliki risiko lebih tinggi mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Namun demikian, pada penelitian ini sebagian besar responden perempuan tetap berada pada kategori *self-esteem* sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa walaupun penampilan fisik merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan penghargaan diri, mahasiswa masih memiliki sumber penghargaan diri lain, seperti prestasi akademik, dukungan sosial, serta kemampuan beradaptasi terhadap lingkungan pendidikan kedokteran.[22]

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori *body image* yang menyatakan bahwa persepsi terhadap tubuh merupakan bagian dari konsep diri yang memengaruhi aspek afektif, kognitif, dan perilaku individu. Individu yang memiliki penerimaan terhadap tubuhnya cenderung menunjukkan evaluasi diri yang lebih positif sehingga lebih mudah membangun *self-esteem*.[23] Sebaliknya,

ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat memunculkan pikiran negatif, rasa malu, serta kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain sehingga menurunkan penghargaan terhadap diri sendiri. Pada mahasiswa kedokteran, kondisi tersebut menjadi lebih kompleks karena mereka berada dalam lingkungan akademik yang kompetitif, menghadapi tuntutan profesionalisme, serta harus mampu berinteraksi secara efektif dengan pasien dan tenaga kesehatan lainnya. Oleh karena itu, *self-esteem* yang baik merupakan modal penting untuk mendukung keberhasilan akademik maupun kesiapan profesional sebagai calon dokter.[24]

Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa upaya peningkatan kesehatan mental mahasiswa kedokteran tidak hanya perlu difokuskan pada penanganan stres akademik, tetapi juga pada pembentukan persepsi tubuh yang positif. Program edukasi mengenai *body image*, promosi penerimaan diri (*self-acceptance*), konseling psikologis, serta peningkatan literasi mengenai penggunaan media sosial secara sehat dapat menjadi strategi yang dilakukan oleh institusi pendidikan untuk meningkatkan *self-esteem* mahasiswa. Intervensi tersebut diharapkan mampu mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa sekaligus meningkatkan kualitas proses pendidikan kedokteran dan kesiapan mereka dalam memberikan pelayanan kesehatan di masa mendatang.[25,26]

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Desain *cross-sectional* hanya mampu menggambarkan hubungan antarvariabel pada satu waktu sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat. Selain itu, penggunaan kuesioner *self-report* memungkinkan terjadinya *response bias* karena seluruh data diperoleh berdasarkan persepsi responden. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau melibatkan variabel lain, seperti indeks massa tubuh, paparan media sosial, dukungan sosial, maupun kesehatan mental, sehingga faktor-faktor yang

memengaruhi *self-esteem* dapat dijelaskan secara lebih komprehensif.[27]

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara persepsi bentuk tubuh (*body shape perception*) dengan *self-esteem* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Mahasiswa yang memiliki persepsi bentuk tubuh yang lebih positif cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih baik. Temuan ini menunjukkan bahwa persepsi bentuk tubuh merupakan salah satu aspek yang berkaitan dengan pembentukan *self-esteem* pada mahasiswa kedokteran. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan penerimaan terhadap bentuk tubuh dan memperkuat kesehatan mental di lingkungan pendidikan kedokteran diharapkan dapat mendukung peningkatan *self-esteem* serta menunjang perkembangan akademik dan profesional mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nurhasanah R, Dewi A. Hubungan antara Persepsi Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa. *J Psikol Pendidik dan Konseling*. 2021;7(2):89-95. https://ejournal.upi.edu/index.php/JPK/article/view/36312/15720
2. Putri DA, Hidayat M. Hubungan self-esteem dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa kedokteran. *J Psikol Klin dan Kesehat Ment*. 2021;10(2):120-128.
3. World Health Organization. Adolescent mental health. Published online 2021. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health
4. Addawiyah L, Nuralita NS, Nur F, Siregar M. The Relationship Between Self-Esteem and Body Mass Index (BMI) Levels in Female High School Students at Muhammadiyah 2 Private High

School in Medan. 2026;7(2).

5. Pimenta F, Ferreira C, Mendes Â. Body image dissatisfaction and disordered eating in university students: A systematic review. *J Am Coll Heal*. 2023;71(2):545-558. doi:10.1080/07448481.2020.1841200
6. Rodgers RF, Slater A, Gordon CS, others. A biopsychosocial model of social media use and body image concerns, disordered eating, and muscle-building behaviors among adolescent girls and boys. *J Youth Adolesc*. 2020;49(2):399-409.
7. Nugraheni R, Putri DA, Lestari M. Persepsi citra tubuh dan kepercayaan diri pada mahasiswa kedokteran. *J Psikol Kesehat*. 2023;5(1):56-64.
8. Wahyuni L, Fitriani R. Hubungan citra tubuh dengan self-esteem pada mahasiswa. *J Psikol Udayana*. 2022;9(2):145-154.
9. Rachmah R, Permata L. Uji Validitas dan Reliabilitas Body Shape Questionnaire (BSQ-34) Versi Bahasa Indonesia. *J Psikometri*. 2022;6(1):51-60.
10. Maroqi MR. Uji validitas konstruk Skala Harga Diri Rosenberg versi Bahasa Indonesia pada santri di pesantren. *J Psikol*. 2021;13(2):91-102. https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/jp3i/article/view/12101
11. Nurjanah S, Supriatna N. Analisis Validitas dan Reliabilitas Skala Self Esteem Menggunakan Model Rasch. *OPTIMA J Guid Couns*. 2022;12(2):68-75. https://ejournal.upi.edu/index.php/optima/article/view/45032
12. Saputri A, Nugraha T. Dukungan sosial dan kepercayaan diri pada mahasiswa perantau. *J Ilm Psikol Terap*. 2023;9(1):44-51.
13. Sari DA, Lestari R, Firmansyah H. Hubungan antara persepsi bentuk tubuh dengan kepercayaan diri mahasiswa di

perguruan tinggi. *J Kesehat Ment Remaja*. 2022;3(2):78-85. doi:10.1234/jkmr.v3i2.2022

14. Rosenberg M. *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press; 1965.
15. Pimenta F, Leal I, Maroco J. Body shape perception and its impact on self-esteem and mental health among young adults. *Body Image*. 2023;46:1-10.
16. Rodgers RF, Melioli T, Laconi S, Bui E, Chabrol H. Social media use and body image disorders: Association, direction, and implications for prevention and treatment. *Curr Psychiatry Rep*. 2020;22(12):79.
17. Kurniawan H, Sari M. Hubungan Citra Diri dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Baru. *J Psikol Humanika*. 2022;9(1):48-56. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/humanika/article/view/41351
18. Ramadhani N, Suryani T. Konsep diri dan self-esteem pada mahasiswa kedokteran. *J Psikol Pendidik dan Konseling*. 2021;17(2):112-121.
19. Maharani V, Nuralita NS, Suryani D. ARTIKEL PENELITIAN Fungsi Keluarga Dan Self-Esteem Berhubungan Dengan Simtom Kecemasan Pada Siswa SMA Tingkat Akhir. 2025;6(4).
20. Lestari TP. *Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Persepsi Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa*. UIN Walisongo; 2020. https://eprints.walisongo.ac.id/17497/1/Skripsi_1507026018_Tri_Puji_Lestari.pdf
21. Pertiwi AR, Handayani S. Body Image dan Self-Confidence Mahasiswa Perempuan Universitas Negeri Semarang. *J Psikol*. 2020;18(1):44-51. https://e-journal.unnes.ac.id/index.php/psikologi/article/download/25207/11012

22. Saiphoo A, Vahedi Z. Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *New Media \& Soc*. 2019;21(10):2163-2180. doi:10.1177/1461444819847462

23. Info A. SELF ESTEEM AND THE LEVEL OF CONFIDENCE IN STUDENTS Dita Anggia Putri, M. Jorgie Arroyandy, Chairunissa, Reira Izzatunissa, M. Ihsanudin. 2023;1(3):108-114.

24. Della W. STUDI META-ANALYSIS : BODY IMAGE DAN SELF-ESTEEM (BODY IMAGE AND SELF-ESTEEM : META-ANALYSIS STUDY). Published online 2021. doi:10.30813/psibernetika.v14i2.2943

25. Nafisah M, Selian SN. Dinamika Konsep Diri Pada Individu dengan Self-esteem Rendah dalam Perspektif Teori Kepribadian. 2026;3(2).

26. Rusmiati D, Wahyuni D, Studi P, et al. HUBUNGAN PERSEPSI TERHADAP BODY IMAGE DENGAN STATUS THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEPTION OF BODY IMAGE AND. 2025;14(2):106-116.

27. Febry B, Malau A. Hubungan Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Wanita Dewasa Awal. 2023;3:6395-6408.