



PENGARUH PENGGUNAAN MAKE-UP TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWI SEKOLAH MENENGAH

Jellyta Norafrigita¹, Muhammad Arsyad², Noor Ainnah³

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin

e-mail: jellytanorafri2612@gmail.com¹, arsyad.bk@ulm.ac.id², noor.ainah@ulm.ac.id³

Diterima: 17/06/2026; Direvisi: 27/06/2026; Diterbitkan: 30/06/2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan make-up terhadap kepercayaan diri siswi sekolah menengah. Kajian mengenai penggunaan make-up dan kepercayaan diri telah banyak dilakukan pada perempuan dewasa atau mahasiswi, tetapi penelitian yang secara khusus menelaah siswi sekolah menengah dalam konteks layanan Bimbingan dan Konseling masih relatif terbatas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif kausal dan dilaksanakan di SMA Negeri 2 Banjarmasin pada bulan April 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X dan XI yang berjumlah 833 orang, kemudian diambil sampel sebanyak 270 responden melalui teknik purposive sampling berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%. Data dikumpulkan menggunakan angket skala Likert yang terdiri atas 27 item pernyataan untuk variabel penggunaan make-up dan 23 item untuk variabel kepercayaan diri, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis melalui uji prasyarat, meliputi uji normalitas, linearitas, dan heteroskedastisitas, serta uji hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa data memenuhi asumsi analisis, terdapat hubungan linear antara penggunaan make-up dan kepercayaan diri, serta penggunaan make-up berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepercayaan diri siswi. Namun, pengaruh tersebut tergolong sangat kecil sehingga penggunaan make-up bukan merupakan faktor utama yang menentukan kepercayaan diri siswi. Temuan ini mengimplikasikan pentingnya layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah yang tidak hanya merespons isu penampilan fisik, tetapi juga memperkuat konsep diri, penerimaan diri, dan body image positif pada remaja perempuan. **Kata Kunci:** *Penggunaan Make-Up, Kepercayaan Diri, Siswi Sekolah Menengah*

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of make-up use on the self-confidence of secondary school female students. Studies on make-up use and self-confidence have been widely conducted among adult women or university students; however, research that specifically examines secondary school female students within the context of Guidance and Counseling services remains relatively limited. This study employed a quantitative approach with a causal-associative method and was conducted at SMA Negeri 2 Banjarmasin in April 2025. The research population consisted of all female students in grades X and XI, totaling 833 students, from which 270 respondents were selected using purposive sampling based on the Slovin formula with a 5% margin of error. Data were collected using a Likert-scale questionnaire consisting of 27 statement items for the make-up use variable and 23 statement items for the self-confidence variable, both of which had been tested for validity and reliability. The data were analyzed through prerequisite tests, including normality, linearity, and heteroscedasticity





tests, as well as hypothesis testing using simple linear regression analysis with the assistance of SPSS. The results showed that the data met the assumptions for analysis, there was a linear relationship between make-up use and self-confidence, and make-up use had a positive and significant effect on students' self-confidence. However, this effect was very small, indicating that make-up use is not the main factor determining students' self-confidence. These findings imply the importance of Guidance and Counseling services in schools that not only respond to issues related to physical appearance but also strengthen self-concept, self-acceptance, and positive body image among adolescent girls.

Keywords: *Make-Up Use, Self-Confidence, Secondary School Female Students*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai oleh berbagai perubahan penting, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Pada fase ini, individu berada dalam proses pencarian identitas diri serta mulai membentuk konsep diri mengenai siapa dirinya dan bagaimana ia memandang dirinya di tengah lingkungan social (Sulhan et al., 2024). Masa remaja juga dipahami sebagai periode transisi yang menjembatani masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Dalam periode ini, remaja mulai mengevaluasi kemampuan pribadi, mengembangkan potensi diri, serta berupaya memperoleh penerimaan dari lingkungan sosial di sekitarnya (Sulhan et al., 2024). Di tengah derasnya arus globalisasi dan modernisasi ini, individu seringkali dihadapkan pada tantangan dalam menemukan jati diri yang kuat. Krisis identitas, rendahnya empati, dan kurangnya pengendalian diri menjadi permasalahan yang semakin mendesak (Soesanto & Eka, 2025). Generasi muda, termasuk mahasiswa dan remaja, dituntut untuk membangun dan mengelola hubungan sosial di tengah perbedaan latar belakang yang semakin kompleks, termasuk dalam hal penampilan dan penerimaan sosial (Ainah et al., 2025).

Salah satu aspek psikologis yang memiliki peran penting dalam proses perkembangan remaja adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri menjadi landasan bagi remaja dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan, termasuk dalam menjalin hubungan sosial, mengekspresikan diri, serta mencapai prestasi akademik. Remaja yang memiliki kepercayaan diri yang baik cenderung mampu beradaptasi secara positif, memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi, serta mampu membangun hubungan sosial yang sehat dengan lingkungan sekitarnya (Bandura, 1997; Rachmayanie & Makaria, 2021; Rais, 2022).

Kepercayaan diri atau *self-confidence* dapat diartikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai situasi dan menyelesaikan tugas yang dihadapi (Bandura, 1997). Individu dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi biasanya menunjukkan sikap optimis, berani mengambil keputusan, serta memiliki ketahanan dalam menghadapi tantangan. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri dapat memunculkan berbagai permasalahan psikologis seperti kecemasan sosial, kecenderungan menarik diri dari lingkungan, rendahnya prestasi akademik, bahkan dapat berujung pada masalah psikologis yang lebih serius seperti depresi dan gangguan makan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan dalam perkembangan remaja.

Krisis kepercayaan diri pada generasi muda saat ini menyentuh pada taraf yang mengkhawatirkan. Studi pendahuluan mengindikasikan bahwa 56% remaja berada pada kategori kepercayaan diri rendah, yang sering kali diperburuk oleh maraknya *body shaming* yang memicu respon psikologis negatif berupa rasa malu dan kecenderungan menarik diri dari



lingkungan sosial (Sianipar, 2023). Meskipun secara umum tingkat kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang, terdapat kerentanan yang signifikan terhadap evaluasi diri negatif, terutama pada individu dengan konsep diri rendah. Kondisi ini menjadi sangat krusial bagi siswi sekolah menengah, mengingat kepercayaan diri mereka sangat bergantung pada bagaimana mereka memandang dan menilai diri sendiri. Ketidakmampuan dalam membentuk konsep diri yang positif tidak hanya menurunkan rasa percaya diri, tetapi juga berisiko memicu penilaian diri yang negatif di tengah tekanan sosial dan standar penampilan (Laia & Aritonang, 2025). Persoalan *self-esteem* dikalangan remaja hingga saat ini masih menjadi isu krusial yang memerlukan perhatian serius. Sejalan dengan itu, temuan terbaru tahun 2024 kepada siswa jenjang menengah (SMA/SMK), terungkap bahwa mayoritas remaja masih berada pada kategori harga diri tingkat sedang (Nabilla et al., 2024). Hal ini mengindikasikan bahwa perkembangan aspek psikologis mereka belum mencapai taraf optimal, sehingga diperlukan ruang perbaikan yang signifikan untuk mendorong remaja mencapai tingkat kepercayaan diri yang lebih kokoh dan stabil.

Sebagai bentuk kompensasi terhadap kerentanan harga diri tersebut, banyak remaja beralih pada pengelolaan penampilan sebagai instrumen untuk membangun citra diri yang lebih positif. Hal ini sejalan dengan *appearance-enhancing behavior*, yaitu perilaku yang bertujuan memperbaiki atau meningkatkan citra diri secara fisik (Cash, 2008). Salah satu bentuk perilaku tersebut adalah penggunaan *make-up*. *Make-up* sebagai seni merias wajah menggunakan produk kosmetik bertujuan untuk memperindah penampilan, menonjolkan kelebihan wajah, serta menyamarkan kekurangan yang dirasakan individu (Herlina, 2024); Puspita dalam (Ramadani, 2021). Bagi sebagian perempuan, penggunaan *make-up* tidak hanya berkaitan dengan aspek estetika, tetapi juga menjadi sarana untuk mengekspresikan diri dan meningkatkan rasa percaya diri.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *make-up* dapat berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri perempuan. Pangemanan et al. (2022) menemukan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan *make-up*, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri perempuan. Sejalan dengan itu, Nabila et al. (2025) menyatakan bahwa *make-up* dapat membantu perempuan merasa tampil lebih menarik di hadapan orang lain sehingga berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri. Hal ini tidak terlepas dari peran citra tubuh dalam pembentukan kepercayaan diri, di mana remaja yang memiliki citra tubuh positif cenderung lebih percaya diri, yang pada akhirnya berkontribusi pada tingginya harga diri dan kemampuan mengenali potensi diri secara optimal (Nuralifa et al., 2022). Namun demikian, penggunaan *make-up* tidak selalu berdampak positif. Media dan industri kecantikan kerap membentuk standar kecantikan tertentu yang kemudian memengaruhi cara individu memandang dirinya. Standar kecantikan tersebut dapat menimbulkan tekanan psikologis apabila individu merasa tidak mampu memenuhi ekspektasi yang berkembang di masyarakat (Purwaningtyas et al., 2025).

Kritik terhadap fenomena standar kecantikan ini juga disampaikan oleh Wolf (2002), yang menyatakan bahwa industri kecantikan sering kali menciptakan standar kecantikan yang sulit dicapai oleh perempuan. Kondisi tersebut dapat memunculkan tekanan psikologis yang membuat perempuan merasa tidak cukup baik jika tidak memenuhi standar tersebut. Pandangan serupa juga disampaikan dalam perspektif teori feminis oleh Bartky (Devita, 2024), yang menilai bahwa penggunaan kosmetik dalam beberapa konteks dapat menjadi bentuk tekanan sosial yang secara tidak langsung memengaruhi cara perempuan membentuk citra dirinya.



Dari perspektif Islam sendiri, perilaku berhias termasuk penggunaan *make-up* tidak terlepas dari panduan syariat yang mengatur kehidupan sehari-hari umat Muslim. Arsyad et al. (2023) menjelaskan bahwa Sistem Syariat Islam mencakup berbagai aspek kehidupan sosial dan budaya, termasuk dalam hal penampilan diri. Hal ini menjadi relevan mengingat sebagian besar siswi di sekolah menengah di Indonesia, khususnya di Banjarmasin, adalah muslimah yang dalam praktik kesehariannya juga mempertimbangkan nilai-nilai agama dalam berpenampilan. Dengan demikian, kepercayaan diri yang terbentuk dari penggunaan *make-up* pada siswi muslimah perlu dipahami tidak hanya dari sudut pandang psikologis, tetapi juga dalam kaitannya dengan nilai dan norma yang diyakini.

Penampilan fisik masih menjadi salah satu aspek penting yang memengaruhi penilaian sosial dalam kehidupan sehari-hari. Saviola et al. (2024) menyatakan bahwa penggunaan *make-up*, khususnya bagi perempuan, dapat meningkatkan rasa percaya diri karena diyakini sebagai alat untuk mengelola kesan positif dari orang lain. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswi Universitas Jember menggunakan *make-up* dengan tujuan memperoleh kesan dari masyarakat umum demi mendapatkan citra sebagai perempuan cantik. Motivasi tersebut tidak lepas dari pengalaman penolakan dan pengabaian di masa lalu akibat dianggap tidak memenuhi standar kecantikan yang berlaku. Lebih jauh, menurut Saputri et al. (2024), pada masa remaja identitas individu terbentuk secara signifikan melalui paparan standar sosial dan standar kecantikan di dunia digital, yang turut memperkuat dorongan untuk menyesuaikan penampilan dengan ekspektasi tersebut.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas hubungan antara penggunaan *make-up* dan kepercayaan diri perempuan, sebagian besar penelitian masih berfokus pada dampak umum penggunaan *make-up* terhadap persepsi diri. Hasil penelitian yang ada juga menunjukkan temuan yang beragam. Di satu sisi, *make-up* dapat meningkatkan kepercayaan diri karena membantu individu merasa lebih menarik. Namun di sisi lain, penggunaan *make-up* juga dapat menimbulkan tekanan apabila individu merasa perlu memenuhi standar kecantikan tertentu agar dapat diterima oleh lingkungan sosial. Selain itu, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara intensitas penggunaan *make-up* dan tingkat kepercayaan diri pada siswi sekolah menengah masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks lingkungan sekolah.

Penelitian ini memiliki keterkaitan yang erat dengan bidang Bimbingan dan Konseling karena kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan pribadi dan sosial peserta didik. Dalam konteks layanan bimbingan dan konseling di sekolah, kepercayaan diri berperan dalam membantu siswa mengembangkan potensi diri, kemampuan berinteraksi sosial, serta kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Permasalahan yang berkaitan dengan citra diri dan penampilan fisik pada remaja juga menjadi bagian dari kajian bimbingan dan konseling, khususnya dalam membantu siswa membangun konsep diri dan penerimaan diri yang positif (Yulianti et al., 2024). Hal ini sejalan dengan pandangan Yulianti et al. (2024) bahwa guru BK berperan sebagai fasilitator yang tidak hanya mendampingi siswa dalam aspek akademis, tetapi juga dalam mengelola emosi, membangun keterampilan sosial, dan mengembangkan hubungan yang sehat dengan teman sebaya. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling, seperti layanan informasi, bimbingan kelompok, maupun konseling individu yang berkaitan dengan pengembangan kepercayaan diri, *body image* positif, serta penerimaan diri pada remaja perempuan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di salah satu SMA X di Banjarmasin, ditemukan adanya perbedaan persepsi di kalangan siswi terkait penggunaan *make-up*. Sebagian



siswi mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih percaya diri ketika menggunakan *make-up* karena terlihat lebih segar dan tidak pucat. Namun, sebagian lainnya menyatakan bahwa penggunaan *make-up* tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap rasa percaya diri mereka. Perbedaan pengalaman tersebut menunjukkan bahwa pengaruh *make-up* terhadap kepercayaan diri tidak selalu sama pada setiap individu sehingga perlu dikaji secara terukur dan sistematis.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa penggunaan *make-up* di kalangan remaja perempuan merupakan hal yang menarik untuk dikaji lebih lanjut, khususnya dalam kaitannya dengan kepercayaan diri. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada siswi berusia 15–17 tahun di sekolah menengah dengan tujuan untuk menganalisis sejauh mana intensitas penggunaan *make-up* memengaruhi tingkat kepercayaan diri mereka. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika psikologis penggunaan *make-up* pada remaja perempuan, sekaligus menjadi dasar dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang responsif terhadap kebutuhan psikososial siswa dalam membangun kepercayaan diri yang sehat, otentik, dan berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif kausal yang digunakan untuk menguji pengaruh antara variabel secara objektif dan terukur melalui analisis statistik. Menurut Sugiyono (2023) penelitian kuantitatif merupakan pendekatan yang berakar pada filosofi positivisme yang berfokus pada populasi atau sampel spesifik dengan mengumpulkan data melalui instrumen terukur, yang kemudian diolah secara statistik guna menguji hipotesis. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian ini menerapkan metode asosiatif kausal untuk menganalisis sejauh mana pengaruh Penggunaan *Make-up* terhadap Kepercayaan Diri Siswi Sekolah Menengah.

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 2 Banjarmasin yang beralamat di Jalan Mulawarman No. 21, Kelurahan Teluk Dalam, Kecamatan Banjarmasin Tengah, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan, dengan objek penelitian adalah seluruh siswi kelas X dan XI. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa sekolah tersebut merupakan salah satu institusi pendidikan menengah terbesar di pusat kota dengan karakteristik siswi yang heterogen. Selain itu, berdasarkan pengamatan awal yang telah dilakukan, terdapat variasi tingkat kepercayaan diri yang berkaitan dengan pemenuhan standar penampilan fisik, sehingga lokasi ini dinilai representatif untuk menguji pengaruh variabel tersebut secara objektif. Adapun waktu penelitian mencakup periode pelaksanaan kegiatan mulai dari pengumpulan data melalui uji angket hingga tahap analisis data, yang dilaksanakan pada tanggal 24 hingga 30 April 2026.

Menurut Sugiyono (2023), populasi adalah keseluruhan objek atau subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu dan dipilih oleh peneliti untuk dipelajari sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMA Negeri 2 Banjarmasin kelas X dan XI yang berjumlah 833 orang. Sementara itu, sampel merupakan sebagian kecil dari kelompok yang diambil dari populasi tersebut. Sampel ini harus bisa mewakili seluruh populasi karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya (Sugiyono, 2023). Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria : Siswi aktif kelas X dan XI, berusia 15-17 tahun, serta bersedia menjadi responden penelitian. Penentuan jumlah sampel berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, diperoleh jumlah sampel sebanyak 270 responden.



Variabel penelitian terdiri dari penggunaan *make-up* sebagai variabel independen dan kepercayaan diri sebagai variabel dependen. Penggunaan *make-up* diukur melalui lima aspek, yaitu frekuensi penggunaan *make-up*, tujuan penggunaan *make-up*, pengaruh sosial dan media, ketergantungan psikologis, serta kontrol dan kesadaran diri. Sementara itu, kepercayaan diri diukur melalui aspek optimis dan yakin terhadap kemampuan diri, objektif, serta tanggung jawab. Instrumen penelitian menggunakan angket dengan skala Likert lima poin yang terdiri dari 27 butir pernyataan untuk variabel penggunaan *make-up* dan 23 butir pernyataan untuk variabel kepercayaan diri. Sebelum digunakan, instrumen diuji validitasnya menggunakan teknik *corrected item-total correlation* dan reliabilitasnya menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, di mana instrumen dinyatakan layak apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel dan nilai Cronbach's Alpha $> 0,60$.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket secara daring menggunakan Google Form. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis melalui dua tahap, yaitu uji prasyarat analisis dan uji hipotesis. Uji prasyarat meliputi uji normalitas untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, uji linearitas untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linear, serta uji heteroskedastisitas untuk memastikan bahwa varians residual bersifat homogen. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana guna mengetahui seberapa besar pengaruh penggunaan *make-up* terhadap kepercayaan diri siswi, yang ditunjukkan melalui nilai koefisien determinasi (R^2) serta nilai signifikansi uji t . Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik SPSS pada tingkat signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis pengaruh penggunaan *make-up* terhadap kepercayaan diri siswi sekolah menengah. Data penelitian dikumpulkan dari 270 responden yang merupakan siswi aktif pada jenjang sekolah menengah. Berbagai prosedur pengujian statistik diterapkan secara sistematis, meliputi uji validitas dan reliabilitas instrumen guna memastikan ketepatan dan konsistensi alat ukur yang digunakan, uji normalitas untuk mengetahui distribusi sebaran data, uji linearitas guna mendeteksi ada tidaknya hubungan yang linear secara signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat, serta uji heteroskedastisitas untuk memverifikasi bahwa varian residual antar pengamatan bersifat konstan atau homogen. Keseluruhan hasil pengujian tersebut tidak hanya difungsikan sebagai jawaban atas rumusan masalah dan pengujian hipotesis penelitian, melainkan juga menjadi pijakan ilmiah yang kokoh dalam mengkaji secara mendalam pengaruh penggunaan *make-up* terhadap tingkat kepercayaan diri siswi sekolah menengah. Pembahasan selanjutnya akan menghubungkan temuan-temuan empiris yang diperoleh dengan kerangka teoritis psikologi yang relevan, sekaligus mengulas implikasinya bagi upaya pencegahan dan intervensi di konteks pendidikan Indonesia. Temuan-temuan utama penelitian ini selanjutnya disajikan secara berurutan dan sistematis.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap 270 responden siswi sekolah menengah, diperoleh gambaran umum kedua variabel penelitian sebagaimana tersaji pada tabel berikut.



**Tabel 1. Analisis Deskriptif
Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
Penggunaan <i>Make-up</i>	270	59	57	116	90,29	10,887
Kepercayaan Diri	270	43	49	92	70,51	7,445
Valid N (listwise)	270					

Berdasarkan tabel 1, variabel penggunaan *make-up* memiliki nilai rata-rata sebesar 90,29 dengan standar deviasi 10,887, sedangkan variabel kepercayaan diri memiliki nilai rata-rata sebesar 70,51 dengan standar deviasi 7,445. Nilai standar deviasi kepercayaan diri yang lebih kecil mengindikasikan bahwa sebaran skor kepercayaan diri responden cenderung lebih homogen dibandingkan pola penggunaan *make-up*.

Kategorisasi Variabel Penggunaan *Make-up*(X)

Tabel 2. Kategorisasi Variabel Penggunaan *Make-up* (X)

KATEGORISASI	NORMA (RUMUS)	RENTANG SKOR	FRE K	%
SANGAT RENDAH	$X \leq M - 1,5SD$	$X \leq 73,95$	16	6
RENDAH	$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$	$73,95 < X \leq 84,84$	61	23
SEDANG	$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$	$84,84 < X \leq 95,73$	101	37
TINGGI	$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$	$95,73 < X \leq 106,62$	75	28
SANGAT TINGGI	$M + 1,5SD < X$	$X > 106,62$	17	6

Berdasarkan tabel 2, hasil kategorisasi, tingkat kepercayaan diri siswi sekolah menengah secara umum berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 37% (101 siswi). Kategori tinggi menempati posisi kedua sebesar 28% (75 siswi), diikuti kategori rendah sebesar 23% (61 siswi), serta kategori sangat tinggi dan sangat rendah masing-masing sebesar 6% (17 dan 16 siswi). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi telah memiliki kepercayaan diri yang cukup baik, meskipun masih terdapat 29% siswi (kategori rendah dan sangat rendah) yang masih memerlukan perhatian dan intervensi, khususnya melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah.



Kategorisasi Variabel Kepercayaan Diri (Y)

Tabel 3. Variabel Kepercayaan Diri (Y)

KATEGORISASI	NORMA (RUMUS)	RENTANG SKOR	FREK	%
SANGAT RENDAH	$X \leq M - 1,5SD$	$X \leq 59,27$	17	6
RENDAH	$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$	$59,27 < X \leq 66,72$	66	24
SEDANG	$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$	$66,72 < X \leq 74,16$	108	40
TINGGI	$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$	$74,16 < X \leq 81,61$	61	23
SANGAT TINGGI	$M + 1,5SD < X$	$X > 81,61$	18	7

Berdasarkan tabel 3, hasil kategorisasi variabel kepercayaan diri, tingkat kepercayaan diri siswi sekolah menengah secara umum berada pada kategori sedang dengan persentase terbesar yakni 40% (108 siswi). Kategori rendah menempati posisi kedua sebesar 24% (66 siswi), diikuti kategori tinggi sebesar 23% (61 siswi), kategori sangat tinggi sebesar 7% (18 siswi), dan kategori sangat rendah sebesar 6% (17 siswi). Secara keseluruhan, terdapat 30% siswi (kategori rendah dan sangat rendah) yang memiliki kepercayaan diri di bawah rata-rata, yang menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian siswi yang memerlukan perhatian serta pendampingan, khususnya melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah guna membantu mereka membangun kepercayaan diri yang lebih positif dan optimal.

Uji Prasyarat Analisis Data

Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan prasyarat yang wajib dipenuhi sebelum penelitian dapat dilanjutkan pada tahap analisis parametrik, seperti korelasi Pearson dan uji t. Dalam penelitian ini, pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov, yang dinilai sangat sesuai dan direkomendasikan untuk digunakan pada data dengan jumlah sampel yang besar atau lebih dari 50 responden. Adapun kriteria yang digunakan untuk menentukan apakah data berdistribusi normal atau tidak adalah dengan melihat nilai signifikansi dua arah (*2-tailed*). Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi yang $> 0,05$, sedangkan apabila nilai signifikansi $< 0,05$, maka data dinyatakan tidak berdistribusi

Tabel 4. Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Test
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		270
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000



	Std. Deviation	7,32472854
Most Extreme Differences	Absolute	,047
	Positive	,047
	Negative	-,031
Test Statistic		,047
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel 4, hasil uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200 > 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data residual berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas dalam penelitian mengenai kepercayaan diri telah terpenuhi dan data layak digunakan untuk analisis regresi.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linear antara variabel penggunaan *make-up* (X) dan kepercayaan diri (Y). Kriteria yang digunakan adalah nilai sig. linearity < 0,05 dan nilai sig. deviation from linearity > 0,05.

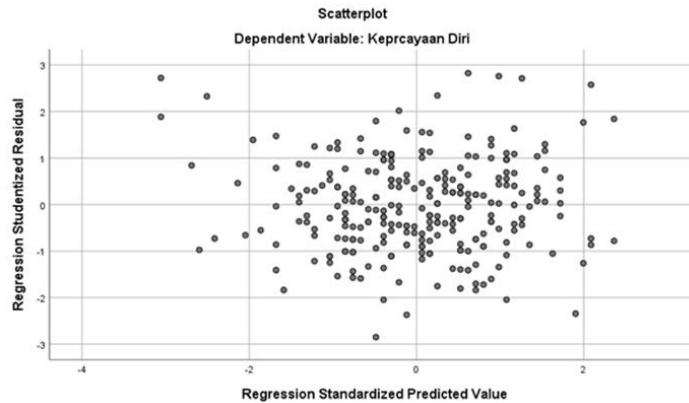
Tabel 5. ANOVA Table

			Sum of Square	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri *	Between Groups	(Combined)	3822,689	50	76,454	1,510	,024
		Linearity	479,173	1	479,173	9,464	,002
Penggunaan Make-up		Deviation from Linearity	3343,516	49	68,235	1,348	,078
	Within Groups		11088,778	219	50,634		
Total			14911,467	269			

Berdasarkan tabel 5, Terdapat hubungan linear yang signifikan antara penggunaan *make-up* dan kepercayaan diri (sig. linearity = 0,002 < 0,05), dan hubungan tersebut tidak menyimpang dari pola linear (sig. deviation = 0,078 > 0,05).

Uji Heterokedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk memastikan bahwa varian residual antar pengamatan bersifat konstan (homoskedastisitas). Pengujian dilakukan melalui analisis grafik scatterplot dengan kriteria tidak terjadi heteroskedastisitas apabila titik-titik data menyebar secara acak tanpa membentuk pola tertentu.



Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas menggunakan scatterplot, terlihat bahwa titik-titik data menyebar secara acak dan tidak membentuk pola tertentu, baik di atas maupun di bawah angka 0 pada sumbu Y. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model regresi, sehingga asumsi homoskedastisitas terpenuhi.

Uji Hipotesis

Koefisien Determinasi (R Square)

Tabel 6. Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,179 ^a	,032	,029	7,338

a. Predictors: (Constant), Penggunaan *Make-up*

b. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,179 yang menunjukkan hubungan positif namun tergolong lemah antara penggunaan *make-up* dan kepercayaan diri. Nilai R Square sebesar 0,032 mengindikasikan bahwa variabel penggunaan *make-up* hanya mampu menjelaskan 3,2% variansi pada variabel kepercayaan diri, sedangkan 96,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti lingkungan sosial, pola asuh, pengalaman hidup, maupun faktor kepribadian.

Uji Signifikansi Model (Uji F)

Tabel 7. ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	479,173	1	479,173	8,898	,003 ^b
	Residual	14432,293	268	53,852		
	Total	14911,467	269			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Penggunaan *Make-up*

Hasil uji ANOVA menunjukkan nilai F hitung sebesar 8,898 dengan nilai signifikansi sebesar 0,003. Karena nilai signifikansi 0,003 lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, maka model regresi yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan signifikan dan layak digunakan. Artinya, variabel penggunaan *make-up* secara statistik terbukti berpengaruh signifikan terhadap variabel kepercayaan diri. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh penggunaan *make-up* terhadap kepercayaan diri diterima. Meskipun pengaruh yang diberikan tergolong kecil, hasil ini tetap membuktikan bahwa penggunaan *make-up* memiliki peran yang nyata dalam membentuk kepercayaan diri seseorang.

Persamaan Regresi (Uji t)

Tabel 8. Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	59,443	3,737		15,905	,000
	Penggunaan <i>Make-up</i>	,123	,041	,179	2,983	,003

Berdasarkan tabel koefisien, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:


$$\hat{Y} = 59,443 + 0,123X$$

Persamaan tersebut dapat diinterpretasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor penggunaan *make-up* akan diikuti peningkatan skor kepercayaan diri sebesar 0,123. Nilai konstanta sebesar 59,443 menunjukkan bahwa apabila tidak terdapat penggunaan *make-up*, maka kepercayaan diri diprediksi berada pada nilai 59,443. Nilai signifikansi sebesar 0,003 < 0,05 membuktikan bahwa penggunaan *make-up* berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri, sehingga hipotesis penelitian diterima walau pengaruhnya sangat kecil.

Pembahasan

Karakteristik Penggunaan *Make-up* di Kalanga Siswi Sekolah Menengah

Copyright (c) 2025 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

 <https://doi.org/10.51878/educational.v5i4>



Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa penggunaan *make-up* di kalangan siswi sekolah menengah menunjukkan karakteristik yang bervariasi, mencakup frekuensi, jenis produk yang digunakan, serta motivasi yang mendasarinya. Mayoritas siswi berada dalam kategori penggunaan *make-up* sedang, mengindikasikan bahwa *make-up* telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari rutinitas harian remaja perempuan, namun belum mencapai tingkat intensitas yang berlebihan. Temuan ini sejalan dengan Saviola et al. (2024) pandangan yang menyoroti *make-up* sebagai kebutuhan sosial bagi perempuan untuk menunjang penampilan, yang diyakini dapat meningkatkan rasa percaya diri melalui pembentukan kesan positif di mata orang lain.

Motivasi di balik penggunaan *make-up* pada remaja perempuan sangat kompleks. Selain sebagai *appearance-enhancing behavior* untuk memperbaiki citra diri secara fisik (Cash, 2008), *make-up* juga berfungsi sebagai bentuk *self-healing* yang membantu individu mengelola emosi dan meningkatkan kesejahteraan psikologis, di mana melalui *make-up*, individu berupaya mewujudkan *ideal self* yang diinginkannya (Andrean et al., 2024). Namun, perlu diperhatikan bahwa persepsi remaja tentang kecantikan sangat dipengaruhi oleh ekspektasi sosial dan proses perbandingan sosial dengan orang lain. Hutabarat & Agustina (2024) menjelaskan bahwa perbandingan sosial adalah proses subjektif di mana seseorang membandingkan kemampuan dan penampilannya dengan orang lain untuk menilai situasi sosialnya sendiri. Hal ini menjelaskan mengapa pola penggunaan *make-up* berbeda pada setiap individu, tergantung pada konteks sosial dan internalisasi nilai yang dimilikinya. Di sisi lain, Purwaningtyas et al. (2025) mengingatkan bahwa media dan industri kecantikan seringkali membentuk standar kecantikan yang tidak realistis, yang dapat menimbulkan tekanan psikologis jika individu merasa tidak mampu memenuhinya. Oleh karena itu, motivasi penggunaan *make-up* harus dipahami secara kritis, terutama dalam konteks pengaruh media sosial yang semakin kuat di kalangan remaja.

Tingkat Kepercayaan Diri Siswi Sekolah Menengah

Kategorisasi variabel kepercayaan diri dalam penelitian ini menyajikan gambaran yang cukup beragam dan memerlukan perhatian mendalam. Sebagian besar siswi (40%) berada pada kategori kepercayaan diri sedang, menunjukkan bahwa mereka memiliki keyakinan yang cukup stabil terhadap kemampuan diri. Namun, temuan yang lebih krusial adalah bahwa 30% siswi berada pada kategori rendah dan sangat rendah, sementara hanya sebagian kecil (23% kategori tinggi dan 7% kategori sangat tinggi) yang memiliki kepercayaan diri optimal. Kondisi ini mengindikasikan bahwa kepercayaan diri pada sebagian besar siswi masih memerlukan perhatian serius dan upaya peningkatan yang berkelanjutan.

Rendahnya kepercayaan diri ini dapat memicu berbagai permasalahan psikologis yang signifikan pada remaja, seperti kecemasan sosial, kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial, penurunan prestasi akademik, bahkan berpotensi mengarah pada masalah psikologis yang lebih serius seperti depresi dan gangguan makan Bandura (1997). Hal ini menjadikan kepercayaan diri sebagai aspek perkembangan yang sangat krusial untuk diperhatikan dalam konteks pendidikan menengah. Temuan ini juga dapat dianalisis melalui dinamika psikososial khas masa remaja. Nuralifa et al. (2022) menunjukkan bahwa remaja dengan citra tubuh positif cenderung lebih percaya diri, yang pada akhirnya berkontribusi pada tingginya harga diri dan kemampuan mengenali potensi diri secara optimal. Ini berarti, kepercayaan diri remaja perempuan tidak dapat dipisahkan dari bagaimana mereka mempersepsi dan menerima kondisi fisik serta diri mereka secara keseluruhan. Oleh karena itu, kondisi kepercayaan diri siswi yang masih berada pada kategori sedang hingga rendah dalam



penelitian ini perlu disikapi dengan intervensi yang tidak hanya menysasar aspek penampilan, tetapi juga penguatan konsep diri dan penerimaan diri secara menyeluruh (Rais, 2022). Layanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peran vital dalam membantu siswi mengembangkan kepercayaan diri yang sehat dan autentik, mempromosikan citra tubuh positif, dan memfasilitasi penerimaan diri yang optimal.

Pengaruh Penggunaan *Make-up* terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Siswi Sekolah Menengah

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan *make-up* berpengaruh secara signifikan terhadap kepercayaan diri siswi sekolah menengah, meskipun kontribusinya tergolong kecil. Hal ini dibuktikan melalui nilai F hitung sebesar 8,898 dengan signifikansi $0,003 < 0,05$ dan nilai R Square sebesar 0,032, yang berarti penggunaan *make-up* hanya mampu menjelaskan 3,2% variansi kepercayaan diri, sementara 96,8% sisanya di pengaruhi oleh faktor-faktor lain dari luar yang tidak di teliti oleh peneliti. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun hubungan antara kedua variabel terbukti secara statistik, penggunaan *make-up* bukanlah faktor dominan yang membentuk kepercayaan diri remaja perempuan.

Meskipun pengaruh penggunaan *make-up* terhadap kepercayaan diri terbukti signifikan secara statistik, nilai R^2 sebesar 3,2% secara praktis menunjukkan bahwa pengaruh tersebut sangat lemah dan tidak cukup bermakna untuk dijadikan landasan intervensi utama. Dalam konteks psikologi terapan, *effect size* sekecil ini mengisyaratkan bahwa perubahan pada kebiasaan penggunaan *make-up* tidak akan menghasilkan perubahan yang berarti pada kepercayaan diri siswi secara keseluruhan. Dengan kata lain, mendorong siswi untuk lebih banyak menggunakan *make-up* sebagai strategi meningkatkan kepercayaan diri adalah pendekatan yang tidak efisien dan berpotensi menyesatkan, karena mengabaikan 96,8% faktor-faktor lain yang jauh lebih berpengaruh. Faktor-faktor tersebut antara lain meliputi lingkungan sosial, pola asuh, kualitas hubungan sebaya, pengalaman keberhasilan akademik, serta karakteristik kepribadian yang terbentuk dari proses perkembangan jangka panjang Rais (2022b). Arsyad et al. (2024) menambahkan, Individu tidak berperilaku hanya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, perilaku tersebut lebih banyak dibentuk oleh standar internal dan bagaimana individu mengevaluasi tindakannya sendiri. Dengan demikian, motivasi siswi dalam menggunakan *make-up* tidak dapat dilepaskan dari proses penilaian diri secara internal, yang pada akhirnya turut menentukan apakah penggunaan *make-up* tersebut berdampak positif atau justru menambah tekanan psikologis terhadap kepercayaan dirinya.

Secara teoretis, pengaruh positif yang ditemukan sejalan dengan konsep *self-efficacy* yang dikemukakan Bandura (1997), bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dipengaruhi oleh berbagai pengalaman yang memperkuat atau memperlemah persepsi diri. Penggunaan *make-up* dapat menjadi salah satu pengalaman yang memberikan umpan balik positif terhadap penampilan fisik, sehingga secara tidak langsung turut memperkuat keyakinan diri. Hal ini diperkuat oleh temuan Pangemanan et al. (2022) yang menemukan hubungan positif antara intensitas penggunaan *make-up* dan kepercayaan diri, serta Saviola et al. (2024) yang menyatakan bahwa *make-up* berperan sebagai sarana menciptakan kesan positif di hadapan orang lain sehingga diyakini mampu mendorong rasa percaya diri penggunanya.

Namun demikian, pengaruh tersebut hanya menyentuh lapisan terluar dari pembentukan kepercayaan diri. Cash (2008) menjelaskan bahwa meskipun *appearance-enhancing behavior* seperti penggunaan *make-up* dapat memberikan dorongan sementara terhadap citra diri fisik, dampaknya terhadap kepercayaan diri yang lebih dalam dan stabil sangat bergantung pada bagaimana individu menginternalisasi pengalaman tersebut. Inti kepercayaan diri yang



sesungguhnya bertumpu pada penerimaan diri, kompetensi yang dirasakan, dan dukungan lingkungan sosial, bukan semata pada perubahan penampilan fisik. Lalu, Nuralifa et al. (2022) menegaskan bahwa remaja yang memiliki citra tubuh positif cenderung lebih percaya diri secara menyeluruh, yang mengindikasikan bahwa kepercayaan diri lebih banyak ditentukan oleh bagaimana individu menerima dan menghargai dirinya sendiri dari pada oleh atribut penampilan yang bersifat situasional.

Di sisi lain, pengaruh *make-up* terhadap kepercayaan diri tidak seragam pada setiap individu dan tidak selalu bersifat positif. Apabila penggunaan *make-up* didorong oleh tekanan eksternal atau ketidakpuasan terhadap penampilan, dampaknya justru dapat bersifat bertentangan (Purwaningtyas et al., 2025). Anindya & Dewi (2025) menemukan bahwa remaja yang merasa penampilannya tidak memenuhi standar sosial cenderung menggunakan *make-up* bukan atas keinginan sendiri, melainkan untuk memenuhi ekspektasi lingkungan, sehingga justru berpotensi menurunkan kepercayaan diri mereka. Dengan kata lain, *make-up* tidak bekerja dengan cara yang sama pada setiap siswi. Sebagian merasa lebih percaya diri ketika berdandan, sementara sebagian lainnya justru merasa semakin tertekan. Perbedaan inilah yang membuat pengaruh *make-up* secara keseluruhan terlihat sangat kecil dalam hasil analisis statistik.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan tiga hal pokok. Pertama, sebagian besar siswi menggunakan *make-up* dalam kategori sedang (37%), menunjukkan bahwa berdandan sudah menjadi kebiasaan sehari-hari namun belum berlebihan. Kedua, tingkat kepercayaan diri siswi mayoritas berada pada kategori sedang (40%), dan masih ada 30% siswi yang kepercayaan dirinya rendah hingga sangat rendah, sehingga perlu mendapat perhatian. Ketiga, penggunaan *make-up* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepercayaan diri (sig. 0,003 < 0,05) dengan persamaan $\hat{Y} = 59,443 + 0,123X$, artinya semakin tinggi intensitas penggunaan *make-up*, kepercayaan diri juga ikut meningkat meski kenaikannya kecil.

Penelitian ini menemukan tiga hal pokok. Pertama, sebagian besar siswi menggunakan *make-up* dalam kategori sedang (37%), menunjukkan bahwa berdandan sudah menjadi kebiasaan sehari-hari namun belum berlebihan. Kedua, tingkat kepercayaan diri siswi mayoritas berada pada kategori sedang (40%), dan masih ada 30% siswi yang kepercayaan dirinya rendah hingga sangat rendah, sehingga perlu mendapat perhatian. Ketiga, penggunaan *make-up* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepercayaan diri (sig. 0,003 < 0,05) dengan persamaan $\hat{Y} = 59,443 + 0,123X$, artinya semakin tinggi intensitas penggunaan *make-up*, kepercayaan diri juga ikut meningkat meski kenaikannya kecil.

Meski begitu, pengaruh *make-up* terhadap kepercayaan diri hanya sebesar 3,2% ($R^2 = 0,032$). Ini berarti 96,8% kepercayaan diri siswi lebih banyak ditentukan oleh faktor lain seperti pola asuh, hubungan pertemanan, pengalaman hidup, dan nilai-nilai diri. Dengan kata lain, *make-up* bukan penentu utama kepercayaan diri seseorang. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling di sekolah sebaiknya tidak hanya berfokus pada penampilan fisik, melainkan lebih diarahkan pada penguatan konsep diri, penerimaan diri, dan *body image* yang positif melalui bimbingan kelompok, layanan informasi, maupun konseling individu.

Ke depan, hasil penelitian ini membuka beberapa prospek pengembangan yang penting. Pertama, penelitian lanjutan perlu mengeksplorasi faktor-faktor lain yang menyumbang 96,8% variansi kepercayaan diri yang belum terjawab dalam penelitian ini, seperti kualitas hubungan teman sebaya, pengaruh media sosial, pola komunikasi keluarga, serta religiusitas. Kedua, perlu



dikembangkan penelitian dengan desain campuran (*mixed methods*) yang tidak hanya mengukur besaran pengaruh secara statistik, tetapi juga menggali secara mendalam pengalaman subjektif siswi dalam menggunakan *make-up* dan kaitannya dengan pembentukan identitas diri. Ketiga, penelitian serupa perlu diperluas ke konteks sekolah yang berbeda, baik dari segi karakteristik sosial-ekonomi, latar belakang budaya, maupun jenjang pendidikan, guna menghasilkan generalisasi temuan yang lebih luas dan komprehensif. Keempat, temuan penelitian ini dapat menjadi landasan empiris bagi pengembangan modul atau program bimbingan dan konseling yang secara spesifik menasar isu *body image*, kepercayaan diri, dan pengaruh standar kecantikan pada remaja perempuan di lingkungan sekolah menengah Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainah, N., Zulkifli, M., & Iderus, M. H. S. (2025). Dinamika Interaksi Sosial Lintas Agama: Persepsi dan Perilaku Toleransi Beragama di Perguruan Tinggi. *Indonesian Journal of Islamic Religious Education (Injire)*, 3(1), 33–46. <https://doi.org/10.63243/msp9jt20>
- Andrean, S. A. C., Putri, A. S., & Hamidah, N. S. (2024). Makna Make Up Sebagai Self Healing Perempuan. *Seminar Nasional Universitas Negeri Surabaya*, 937–948. <https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/view/3870>
- Anindya, V. A., & Dewi, R. S. (2025). Fokus Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMA Srijaya Negara Palembang. *FOKUS*, 8(6), 1089–1102. <https://doi.org/10.22460/fokus.v8i6>
- Arsyad, M., Bima, M. A., Fauzi, M. D. R. K., Saputra, M. I., Thaib, M., & Ramadhan, N. K. (2023). Al-Qur'an Sebagai Sumber Ajaran dan Hukum Islam. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(3), 110–118. <https://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/article/view/135>
- Arsyad, M., Jamain, R. R., & Parandrenji, M. J. (2024). Analisis Perilaku Imitasi Pada Remaja Pemain Game Mobile Legends Online Di Tinjau Dari Pendekatan Kognitif Sosial. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1349–1355. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.4927>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W. H. Freeman and Company.
- Cash, T. F. (2008). *The Body Image Workbook: An Eight-Step Program for Learning to Like Your Looks*. New Harbinger Publication.
- Devita, C. Z. (2024). Male Gaze dan Kontrol Patriarki atas Kecantikan dan Tubuh Perempuan dalam Tiga Cerpen Remaja: Cantik, Misteri Polaroid dan Kisah Seorang Perempuan Yang Menggunakan Tubuhnya untuk Mendapatkan Tubuhnya untuk Mendapatkan Cinta. *Jurnal Sastra Studi Ilmiah Sastra*, 14(2), 32–44.
- Herlina, F. (2024). Pengaruh Penggunaan Make-Up Sederhana Terhadap Kepercayaan Diri Wanita. *Jurnal Tata Rias*, 14(2), 84–97. <https://doi.org/10.21009/jtr.14.2.07>
- Hutabarat, G. O., & Agustina. (2024). Peranan Citra Tubuh dan Perbandingan Sosial Terhadap Penerimaan Diri pada Mahasiswa Penggemar K-Pop. *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, 1(12), 764–777. <https://jurnal.intekom.id/index.php/njms>
- Laia, L. M., & Aritonang, N. N. (2025). Hubungan Self Concept dengan Self Confidence Pada Generasi Z Pengguna Aplikasi Tiktok di Medan. *DE_JOURNAL (Dharmas Education Journal)*, 5(1), 1567–1577. http://ejournal.undhari.ac.id/index.php/de_journal



- Nabila, P., Eti Herawati, D., & Jubaedah, L. (2025). Studi Korelasi Penggunaan Makeup Sehari-Hari Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswi Fakultas Mipa Universitas Negeri Jakarta. *Journal on Education*, 07(02), 11961–11967.
- Nabilla, S., Fitri, N. H., & Napitupulu, R. P. A. (2024). Tingkat Self-Esteem Pada Remaja SMA/SMK. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 7(1), 124–132. <http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi>
- Nuralifa, S. I. P., Rachman, A., & Arsyad, M. (2022). Pengaruh Body Image Terhadap Self-Esteem Pada Siswa di SMP Negeri 27 Banjarmasin. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 8(2), 126–133.
- Pangemanan, A. V., Tiwa, T. M., & Kaunang, S. E. (2022). Pengaruh Self Confidence Terhadap Intensitas Penggunaan Make Up Pada Mahasiswi Angkatan 2018 Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado. *Psikopedia*, 3(1). <https://doi.org/10.53682/pj.v3i1.5638>
- Purwaningtyas, F. D., Putri, F. O. M., & Arifah, Z. (2025). Dampak Standar Kecantikan Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Indonesia. *Journal of Gender Equality and Social Inclusion (Gesi)*, 4(2), 27–34. <https://doi.org/10.38156/gesi.v4i2.198>
- Rachmayanie, R. J., & Makaria, E. C. (2021). Increasing Academic Self-Efficacy Through Group Guidance in Class VIII Students of SMP Negeri 25 Banjarmasin. In pp. (Ed.), *Dalam Proceedings of the 2nd Progress in Social Science, Humanities and Education Research Symposium (PSSHERS 2020)* (pp. 216–222). Atlantis Press.
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 12(1), 40–47. <https://doi.org/10.30829/alirsyad.v12i1.11935>
- Ramadani, S. (2021). *Pengaruh intensitas penggunaan make up terhadap kepercayaan diri (self confidence) mahasiswi angkatan 2018 di UIN Walisongo Semarang* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo]. Walisongo Repository. <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/14574>
- Saputri, R., Nurhayaty, A., & Prastiwi, D. T. K. (2024). Beauty Standard di Era Digital : Hubungan Social Comparison dan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja. *Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan Dan Sosial Humaniora*, 4(4), 446–458. <https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v4i4.8616>
- Saviola, A., Putratama, D., Pratama, O. F., & Febriansyah, Y. E. W. (2024). Pengaruh Penggunaan Make Up Wajah Masa Kini Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Kalangan Mahasiswi Universitas Jember. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 2(3), 187–195. <https://doi.org/10.47861/tuturan.v2i3.1083>
- Sianipar, Y. (2023). *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa SMP Cinta Damai Percut*. Universitas Medan Area.
- Soesanto, E., & Eka. (2025). Membentuk Jati Diri Remaja Yang Kuat : Cipta, Rasa, Karsa dan Pengendalian Diri. *WISSEN : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 274–286. <https://doi.org/10.62383/wissen.v3i1.593>
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sulhan, N. A. A., Ardaniah, N. H., Nasrullah, & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi Perkembangan Anak Pada Masa Remaja: Tinjauan Psikologi. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 1(1), 9–36. <https://jurnal.stainmajene.ac.id/index.php/bkpi/article/view/1332>
- Wolf, N. (2002). *The Beauty Myth: How Imaged of Beauty Are Used Against Women*. HarperCollins Publishers.

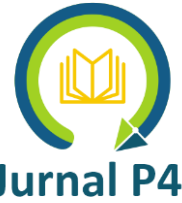


PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Vol. 5, No. 4, Desember 2025

e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336

Online Journal System : <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy>



Yulianti, Viannisatama, H., Febriani, R., & Rahmatullah, H. A. (2024). Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *CONSILIUM Journal : Journal Education and Counseling*, 146–153. <https://doi.org/10.36841/consilium.v5i1.5382>