



PENGARUH CITRA TUBUH DAN PENGELOLAAN DIRI TERHADAP KEMAMPUAN BEKERJASAMA DALAM PEMBELAJARAN EKONOMI

Yerico Yeriadi¹ & Yohanes Harsoyo²

¹²Universitas Sanata Dharma

Correspondence: yyeriadi@gmail.com

<https://doi.org/10.24071/jpea.v16i1.7078>

Abstract

This study aims to determine and analyze the effect of body image and self-management on student ability to cooperate in economics learning.

This research is explanatory study conducted in July-August 2022 in SMA BOPKRI 2 Yogyakarta. The research population were students of class XI IPS 1 and XI IPS 2 covered 44 students. The research sample was 44 students. The research sampling technique was saturated sampling technique. The data collection technique was a questionnaire. The data analysis technique was multiple linear regression.

The results of data analysis showed that: (1) body image had no effect on student ability to cooperate; (2) self-management had effect on student ability to cooperate; and (3) body image and management could be predictors of student ability to cooperate.

Keywords: *body image, self management, ability to cooperate*

PENDAHULUAN

Fenomena yang terjadi saat ini adalah individu dituntut untuk mampu bekerjasama satu dengan yang lainnya. Menurut Syani, (2002:156) kerjasama adalah suatu bentuk proses sosial, yang mana didalamnya terjadi aktifitas saling membantu dan saling memahami satu dengan yang lain dengan tujuan mencapai tujuan bersama. Adanya kerjasama antar siswa dapat memberi kesempatan untuk siswa dalam mengembangkan diri dalam kegiatan belajar sekaligus menyiapkan kompetensi bagi siswa untuk terjun menjadi tenaga kerja yang kompetitif di abad ke 21. Menurut Tama (2018) pentingnya kemampuan bekerjasama yakni supaya seseorang dapat bersosialisasi, peka terhadap lingkungan sekitar, dan dapat mengendalikan emosi. Dengan demikian kemampuan bekerjasama menjadi keterampilan yang sangat penting dimiliki siswa guna mampu bersinergi bersama berbagai elemen masyarakat dan juga mampu menyiapkan pribadi yang kompetitif dalam menjawab tantangan tenaga kerja di abad ke 21.

Sejalan dengan itu perkembangan teknologi zaman ini begitu pesat, Gates (Trilling and Hood: 1999-21) menyatakan cepatnya peningkatan pengetahuan tentunya di dukung dengan penerapan media dan teknologi digital yang biasa di sebut *information super gigway*. Hal ini tentu menjadi kesempatan dan tantangan tersendiri bagi individu terkhusus siswa untuk beradaptasi dan memanfaatkan kesempatan yang ada guna memperoleh pengetahuan dan informasi yang ingin di pelajari.

Namun seiring berjalannya waktu tuntutan ini menyebabkan perubahan dalam diri siswa terutama melahirkan siswa yang cenderung memiliki sikap soliter. Sikap soliter adalah sikap

dimana seseorang cenderung melakukan kegiatan secara menyendiri atau sepasang-sepasang, dan tidak berkelompok. Artinya disini sikap soliter menciptakan individu yang dalam proses penyelesaian masalah dilakukan secara individu dan mandiri tanpa campur tangan orang lain ataupun kelompok lain.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara bersama guru di salah satu sekolah yakni SMA Bopkri 2 yang menerangkan bahwa siswa tidak memiliki kemampuan bekerjasama yang baik. Hal ini terlihat dari kegiatan interaksi dan komunikasi yang masih pasif dan dalam menanggapi pertanyaan ataupun jawaban seringkali masih malu-malu dan tidak percaya diri. Dari hal ini peneliti ingin melihat faktor apa saja yang mempengaruhi kemampuan bekerjasama.

Yang pertama adalah citra tubuh. Menurut James dalam Wood-Barcalow (2010) citra tubuh (*body image*) adalah bagaimana individu menggambarkan dirinya dari kondisi fisik yang didasarkan pada penilaian atau pendapat orang lain secara subjektif.

Citra tubuh (*body image*) menjadi aspek yang perlu diperhatikan dalam terciptanya kemampuan bekerjasama. Seringkali remaja berpandangan bahwa tanggapan orang lain berkaitan dengan tubuh mereka, menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam bergaul. Memiliki kondisi fisik yang berbeda dari pada umumnya menyebabkan remaja seringkali berfikir jika ia tidak layak berada dikalangan teman sebayanya dan menjadikan remaja tersebut takut untuk beradaptasi dan bersosialisasi.

Yang kedua adalah pengelolaan diri. Menurut Briesch dan Daniels (2013) pengelolaan diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengendalikan emosi juga perbuatannya dengan jujur serta integritas dalam menyesuaikan diri dalam berbagai hal. Elvina (2019) pengelolaan diri ialah sebuah prosedur dimana seseorang dapat mengatur perilakunya sendiri.

Dapat disimpulkan bahwa pengelolaan diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam mengendalikan dan mengatur perbuatan dan perilakunya dalam aktivitas yang dilaksanakannya. Pengelolaan diri menjadi aspek yang juga harus diperhatikan dalam terciptanya kemampuan bekerjasama.

Terciptanya kemampuan bekerjasama antar masing-masing individu harus dimulai dari bagaimana individu itu sendiri dapat mengatur dan mengelolan diri mereka dengan baik agar tujuan yang hendak dicapai dapat berjalan sebagaimana mestinya. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dirumuskan masalah “apakah ada pengaruh citra tubuh terhadap kemampuan bekerjasama?, Apakah ada pengaruh pengelolaan diri terhadap kemampuan bekerjasama? dan apakah ada pengaruh citra tubuh dan pengelolaan diri terhadap kemampuan bekerjasama?”

KERANGKA TEORITIS

Kemampuan Bekerjasama

Menurut Soekanto, (1989: 60) kerjasama terjadi ketika individu menyadari mereka memiliki kepentingan yang sama dan disertai pengetahuan yang cukup serta memiliki pengendalian diri pada diri sendiri dalam memenuhi kepentingan-kepentingan yang diharapkan. Menurut Syani, (2002:156) menjelaskan kerjasama adalah suatu bentuk proses sosial, yang mana didalamnya terjadi aktifitas saling membantu dan saling memahami satu dengan yang lain dengan tujuan adalah mencapai tujuan bersama. Menurut Rukiyati dan kawan-kawan (Yulianti, dkk, 2016) kerjasama menjadi hal yang terpenting untuk setiap siswa guna mampu mengajarkan mereka untuk saling mengerti, merasakan, dan melakukan kegiatan kerjasama dalam mencapai tujuan bersama.

Maasawet (2011) menjelaskan kemampuan bekerjasama dapat diukur dengan indikator yakni 1) saling memberi informasi pada teman kelompok, 2) saling membantu menyelesaikan perselisihan, 3) saling menciptakan suasana yang akrab, 4) saling bertukar ide dan pendapat

kepada teman kelompok, 5) saling mendukung keputusan yang dibuat kelompok, 6) menghargai masukan dan keahlian teman kelompok lain, 7) berpartisipasi dalam melaksanakan tugas, 8) menghargai hasil kerja kelompok. Disimpulkan kemampuan bekerjasama adalah suatu kegiatan dan usaha yang dilakukan dan ditangani oleh dua orang atau lebih yang aktifitasnya adalah saling mengerti, merasakan, dan melakukan kegiatan kerjasama dalam mencapai tujuan bersama.

Eggen dan Kauchak (Pratiwi, dkk 2018), juga menjelaskan indikator dalam kemampuan bekerjasama yakni 1) Sopan dalam memberikan pendapat dan akan berpendapat setelah orang lain orang lain selesai berpendapat, 2) berinterupsi dengan sopan, 3) menghargai ide atau pendapat orang lain 4) Menangkap ide terlebih dahulu sebelum menyatakan tidak setuju, 5) mendukung keputusan kelompok, 6) menghargai masukan dan keahlian anggota kelompok, 7) berpartisipasi dalam pelaksanaan tugas, dan 8) menghargai hasil kerja kelompok.

Pada penelitian ini peneliti akan mengembangkan indikator dari kemampuan bekerja sama antara lain 1) saling memberi informasi, 2) menghargai pendapat orang lain, 3) saling diskusi dalam menyelesaikan tugas, 4) berpartisipasi aktif dalam menyelesaikan tugas, dan 5) kekompakan dalam menyelesaikan tugas.

Citra Tubuh

Menurut Grogan (2008: 3) istilah citra tubuh atau biasa disebut *body image* ialah: “A person perceptions, thoughts and feelings about his or her body”, yang artinya citra tubuh adalah persepsi, pikiran dan perasaan seseorang tentang tubuhnya. Schilder (dalam Grogan, 2008:3) mengartikan citra tubuh adalah: “The picture of our body which we form in our mind, that is to say, the way in which the body appears to ourselves”, yang artinya citra tubuh sebagai gambaran tentang tubuh seseorang yang muncul dalam pikiran individu itu sendiri atau dapat sebut juga dengan gambaran tentang tubuh individu menurut individu itu sendiri. Rice dalam Melliana, (2006: 82-83) menyatakan bahwa citra tubuh adalah gambaran tentang mental seseorang yang terdiri dari pikiran individu, perasaan individu, persepsi individu, penilaian individu, dan perilaku individu tentang yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat, hal tersebut berasal dari interaksi sosial seseorang dalam lingkungannya yang dimunculkan dari adanya respon atau umpan balik (*Feedback*). Annastasia (dalam Andiyati, 2016: 4-5), menjelaskan bahwa citra tubuh (*body image*) ialah pengalaman psikologis yang berfokus pada sikap dan perasaan individu terhadap keadaan tubuhnya. Schilder (dalam Cash, 2002:22) citra tubuh atau *body image* digambarkan sebagai “citra tridimensional yang ada dan dimiliki individu itu sendiri”. Artinya seseorang dapat memvisualisasikan tubuhnya dari sisi depan, samping, dan bahkan belakang, meskipun tidak semua dapat dilihat pada saat yang sama atau seseorang dapat merasakan tubuhnya sebagai persepsi terpadu, tanpa mengalami perpecahan antara kontribusi dari sentuhan, posisi, dan keseimbangan. Arthur (dalam M. Ramadhani, 2017: 9) adalah imajinasi secara subjektif yang dinilai oleh individu itu sendiri tentang tentang tubuhnya berdasarkan penilaian dan pendapat orang lain. Dengan demikian citra tubuh adalah penilaian seseorang mengenai tubuhnya sendiri secara penampilan fisik secara keseluruhan. Penilaian individu ini akan menciptakan imajinasi yang secara subjektif bagi individu untuk memberikan penilaian bahwa tubuhnya dinilai oleh orang lain.

Cash, (2002 :146) menjelaskan indikator dari citra tubuh dikembangkan dari aspek-aspek dalam citra tubuh (*body image*) yakni evaluasi terhadap penampilan diri sendiri, evaluasi terhadap penampilan orang lain, berusaha untuk memperbaiki penampilan, perhatian individu untuk berusaha memperbaiki penampilan, puas terhadap penampilan muka dan area kepala, puas terhadap penampilan anggota tubuh, cemas terhadap kegemukan, membatasi pola makan, penilaian terhadap berat badan, dan penilaian terhadap tinggi badan.

Pengelolaan Diri

Menurut Goleman (dalam Giorgi dkk, 2016) menyatakan bahwa pengelolaan diri

merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola impuls dan sumber daya internal, menjaga emosi dan impuls yang mengganggu sehingga dapat terkendali, mempertahankan standar kejujuran dan integritas, bertanggung jawab dari kinerja pribadi, menangani perubahan, dan merasa nyaman dengan hal-hal baru. Manz (dalam Eroskun, 2016) menyatakan pengelolaan diri sebagai serangkaian strategi yang memfasilitasi perilaku yang fungsinya adalah untuk mengurangi penyimpangan dari standar yang ada agar individu dapat mengelola perilakunya sendiri. Gie (2000) menyatakan pengelolaan diri akan mendorong individu untuk maju, mengatur kemampuan pribadi secara keseluruhan, kemampuan dalam mengembangkan hal-hal yang baik yang sudah dicapai dalam upaya menjadi pribadi yang lebih sempurna. Disimpulkan pengelolaan diri adalah serangkaian kemampuan individu dalam mengelola prilakunya agar mengurangi prilaku menyimpang dan mendorong individu untuk maju dan mencapai hal-hal baik dalam hidup.

Goleman, dkk (Cherniss & Goleman, 2001) menjelaskan indikator dari pengelolaan diri dikembangkan dalam pengelolaan diri yakni pengelolaan emosi dalam menghadapi masalah, berusaha berfikir dengan tenang dan berfikir jernih dalam menghadapi masalah, bersikap konsisten dalam memberi penilaian, perhatian individu untuk memiliki sikap bertanggung jawab dalam menghadapi masalah, perhatian individu untuk berusaha menyelesaikan masalah, bersikap terbuka akan informasi baru, bersikap tertutup akan informasi baru, perhatian individu untuk berani mengambil risiko dalam mengambil keputusan, dan berusaha untuk terus berinovasi dalam setiap kegiatan.

Hubungan antara variabel penelitian

1) Hubungan Citra tubuh dengan Kemampuan Bekerjasama

Citra tubuh adalah bagaimana individu menggambarkan dirinya dari penampilan fisik, berat tubuh, dan secara keseluruhan yang didasarkan pada penilaian atau pendapat orang lain secara subjektif. Apabila individu memiliki citra tubuh yang negatif maka individu akan kesulitan untuk beradaptasi dan bersosialisasi dan begitu juga sebaliknya. Menurut Schneiders (dalam Sari&Siregar, 2012) menyatakan bahwa citra tubuh memiliki dampak terhadap penyesuaian diri seseorang dalam kelompok tertentu. Dampak yang dimunculkan dapat memicu perilaku minder atau rendah diri yang menyebabkan individu sulit bekerjasama dalam kelompok (Maghfur, 2018).

Dari pernyataan di atas menunjukan bahwa citra tubuh memiliki pengaruh terhadap kemampuan bekerjasama seseorang. Bilamana seseorang dengan citra tubuh positif dan baik akan membuat individu lebih percaya diri dan nyaman dalam melakukan interaksi dan komunikasi dengan individu lain sehingga kemampuan bekerjasama terjadi.

2) Hubungan Pengelolaan Diri dengan Kemampuan Bekerjasama

Pengelolaan diri adalah kemampuan seseorang dalam mengelola perilaku yang dalam hal ini adalah emosi dan impuls yang mengganggu, mempertahankan integritas, bertanggung jawab atas kinerja pribadi, menangani perubahan, serta merasa nyaman dengan hal baru. Menurut Jazimah (2015) menyatakan bahwa pengaturan diri berguna dalam memecahkan masalah akademik dan masalah sosial.

Dari hal itu, pengelolaan diri menjadi sangat untuk menyelesaikan pekerjaan seperti tugas kelompok dan masalah yang sedang dihadapi individu. Chundari (2016) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kecapakan dalam pengelolaan diri akan memiliki kecerdasan sosial yang kaitannya dengan kemampuan untuk berinteraksi dan bekerjasama secara baik bersama orang lain. Dari pernyataan di atas menunjukan bahwa ketika hubungan sosial individu berjalan baik yang terbentuk dalam kerjasama tim menggambarkan kemampuan pengelolaan diri yang baik pada individu. Dengan pengelolaan diri yang baik akan memudahkan individu untuk menjalin komunikasi dan interaksi dengan individu lain sehingga kemampuan bekerjasama dapat terjadi.

METODE

Jenis dalam penelitian ini adalah *Ex Post Facto*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksplanatori. Penelitian ini dilaksanakan di SMA BOPKRI 2 Yogyakarta pada bulan Juli - Agustus 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI dengan jurusan IPS di SMA BOPKRI 2 Yogyakarta. Sampel yang diambil pada penelitian ini adalah siswa kelas XI jurusan IPS di SMA BOPKRI 2 Yogyakarta.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1) Pengaruh citra tubuh terhadap kemampuan bekerjasama

Uji Parsial (Uji t)

Tabel 1. Hasil Uji t

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	31.345	7.195		4.356	.000
1 Citra tubuh	.128	.080	.232	1.588	.120
Pengelolaan diri	.234	.111	.307	2.102	.042

a. Dependent Variable: Kemampuan bekerjasama

Sumber: Hasil Pengelolaan Data Output SPSS V.20

$$\begin{aligned}
 t_{\text{tabel}} &= (\alpha/2; n-k-1) \\
 &= (0,05; 44-2-1) \\
 &= (0,025; 41) \\
 &= 2,020
 \end{aligned}$$

Ketentuan Uji t sebagai berikut:

Jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, maka H_0 ditolak H_1 diterima.

Jika $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$, maka H_0 diterima H_1 ditolak.

Kategorisasi Citra tubuh

Tabel 2 Kategori Citra Tubuh

Interval	Frekuensi	Presentasi	Citra tubuh
68 – 82	3	6,82%	Sangat tinggi
55 – 67	30	68,18%	Tinggi
42 – 54	11	25%	Sedang
29 – 41	0	0%	Rendah
16 – 28	0	0%	Sangat rendah
Jumlah	44	100%	

Dari tabel 2 peserta didik dengan kategori sangat tinggi berjumlah 3 orang, kategori tinggi berjumlah 30 orang, kategori sedang berjumlah 11 orang, kategori rendah berjumlah 0 orang dan kategori sangat rendah berjumlah 0 orang.

2) Pengaruh pengelolaan diri terhadap kemampuan bekerjasama

Uji Parsial (Uji t)

Tabel 3 Hasil Uji t

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	31.345	7.195		4.356	.000
1 Citra tubuh	.128	.080	.232	1.588	.120
Pengelolaan diri	.234	.111	.307	2.102	.042

a. Dependent Variable: Kemampuan bekerjasama

Sumber: Hasil Pengelolaan Data Output SPSS V.20

$$t_{\text{tabel}} = (\alpha/2; n-k-1)$$

$$= (0,05; 44-2-1)$$

$$= (0,025; 41)$$

$$= 2,020$$

Ketentuan Uji t sebagai berikut:

Jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, maka H_0 ditolak H_1 diterima.Jika $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$, maka diterima ditolak.

Kategorisasi Pengelolaan Diri

Tabel 5 Kategori Pengelolaan Diri

Interval	Frekuensi	Presentasi	Pengelolaan Diri
63 – 75	17	38,64%	Sangat tinggi
51 – 62	27	61,36%	Tinggi
39 – 50	0	0%	Sedang
27 – 38	0	0%	Rendah
15 – 26	0	0%	Sangat rendah
Jumlah	44	100%	

Dari tabel 4 peserta didik dengan kategori sangat tinggi berjumlah 17 orang, kategori tinggi berjumlah 27 orang, kategori sedang berjumlah 0 orang, kategori rendah berjumlah 0 orang dan kategori sangat rendah berjumlah 0 orang.

3) Pengaruh citra tubuh dan pengelolaan diri terhadap kemampuan bekerjasama

Uji Simultan (Uji F)

Tabel 6 Hasil Uji F

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	128.039	2	64.019	4.694	.015 ^b
1 Residual	559.143	41	13.638		
Total	687.182	43			

a. Dependent Variable: Kemampuan bekerjasama

a. Predictors: (Constant), Pengelolaan Diri, Citra Tubuh

$$\begin{aligned}
 F_{\text{tabel}} &= (k; n-k) \\
 &= (2; 44-2) \\
 &= (2; 42) \\
 &= 3,220
 \end{aligned}$$

Ketentuan variabel memiliki pengaruh apabila hasil $>$ dan angka Sig $< 0,05$.

Koefisien Determinasi (R^2)

Tabel 7 Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.432 ^a	.186	.147	3.693

a. Predictors: (Constant), Pengelolaan diri, Citra tubuh

Koefisien determinasi/KD/ *R square* sebesar 0,186 (18,6%) variabel citra tubuh (X_1) dan pengelolaan diri (X_2) artinya berpengaruh sebesar 18,6% terhadap kemampuan bekerjasama (Y), sisanya yaitu sebesar 81,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pembahasan

1) Pengaruh citra tubuh terhadap kemampuan bekerjasama

Hasil analisis data dalam pengujian hipotesis koefisien (uji t) menunjukkan bahwa nilai citra tubuh ($1,588 < (2,020)$) maka ditolak dan diterima. Artinya citra tubuh tidak berpengaruh terhadap kemampuan bekerjasama dalam pembelajaran ekonomi. Selain itu variabel citra tubuh tidak berpengaruh terhadap kemampuan bekerjasama juga didukung dari hasil analisis Sig. citra tubuh yakni Sig. citra tubuh ($0,120 > (0,05)$), maka ditolak dan diterima yang berarti Sig. citra tubuh lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan citra tubuh tidak berpengaruh terhadap kemampuan bekerjasama. Apabila siswa memiliki citra tubuh yang positif, maka siswa akan mudah dalam aktivitas kerjasama. Citra tubuh yang positif berarti pandangan siswa akan tubuh mereka sendiri baik adanya, hal ini akan memunculkan rasa percaya diri dalam diri siswa sehingga tidak menghambat aktivitas interaksi dan komunikasi yang pada akhirnya kelancaran dalam aktivitas kerjasama antara satu siswa dengan siswa lainnya.

Hal ini juga di pertegas dari hasil penelitian dikelas XI IPS 1 dan kelas XI IPS 2 SMA BOPKRI 2 Yogyakarta yang mana citra tubuh yang dimiliki siswa menunjukkan kategori tinggi yang artinya siswa memiliki tingkat keyakinan yang baik pada dirinya sendiri sehingga siswa merasa sudah memiliki rasa percaya diri yang baik dan sudah puas dengan apa yang mereka miliki sehingga tidak membuat mereka merasa tidak percaya diri dalam aktivitas bekerjasama.

Sejalan dengan itu berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Fenti Ameliana, & Dwi Yuwono Puji Sugiharto (2021) bahwa citra tubuh tidak memiliki pengaruh terhadap kemampuan bekerjasama. Dalam penelitian ini juga menjelaskan variabel lainlah yang memiliki pengaruh terhadap kemampuan bekerjasama seperti variabel penyesuaian diri yang bilamana semakin tinggi penyesuaian diri siswa maka semakin tinggi pula kemampuan kolaborasinya.

2) Pengaruh pengelolaan diri terhadap kemampuan bekerjasama

Hasil analisis data dalam pengujian hipotesis koefisien (uji t) menunjukkan bahwa Nilai pengelolaan diri ($2,102 > (2,020)$) maka diterima dan ditolak. Artinya pengelolaan diri berpengaruh terhadap kemampuan bekerjasama dalam pembelajaran ekonomi. Selain itu, variabel pengelolaan diri berpengaruh signifikan terhadap kemampuan bekerjasama juga didukung dari hasil analisis Sig. pengelolaan diri yakni Sig. pengelolaan diri ($0,042 < (0,05)$),

maka diterima dan ditolak yang berarti Sig. pengelolaan diri lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan pengelolaan diri berpengaruh terhadap kemampuan bekerjasama. Apabila siswa memiliki pengelolaan diri baik, kemampuan bekerjasama siswa akan meningkat. Pengelolaan diri yang baik berarti siswa memiliki kemampuan dan pemahaman dalam mengatur dan mengelola diri mereka. Pengelolaan diri yang semakin baik akan memunculkan pandangan positif bagi siswa, terutama memunculkan minat untuk terus berusaha semakin baik mengelola diri sehingga aktivitas kerjasama yang dilakukan semakin lancar.

Berdasarkan hasil penelitian di kelas XI IPS 1 dan kelas XI IPS 2 SMA BOPKRI 2 Yogyakarta, pengelolaan diri yang dimiliki siswa menunjukkan kategori tinggi yang artinya siswa memiliki tingkat keyakinan pengelolaan diri yang baik seperti pengendalian emosi dalam menghadapi masalah, berusaha berfikir dengan tenang dan berfikir jernih dalam menghadapi masalah, bersikap konsisten dalam memberi penilaian, perhatian individu untuk memiliki sikap bertanggung jawab dalam menghadapi masalah perhatian individu untuk berusaha menyelesaikan masalah, bersikap terbuka akan informasi baru, perhatian individu untuk berani mengambil risiko dalam mengambil keputusan dan berusaha untuk terus berinovasi dalam setiap kegiatan.

Hal ini juga didukung dari hasil kuisioner dengan salah satu indikator pengelolaan diri yakni pengendalian emosi dalam menghadapi masalah. Hasilnya menunjukkan bahwa pengendalian emosi dalam menghadapi masalah pada siswa menunjukkan kategori tinggi yang artinya siswa memiliki kemampuan pengendalian emosi yang baik dalam menghadapi masalah sehingga hal ini dapat mempengaruhi kemampuan bekerjasama siswa. Selain itu, hasil pengisian kuisioner dalam salah satu indikator yang lain yakni sikap tanggung jawab yang dimiliki siswa berada pada kategori tinggi yang mana artinya dalam menyelesaikan masalah dapat dipastikan siswa ikut serta dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi karena siswa memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi akan masalah yang dihadapi dan pastinya ada kontribusi yang diberikan sehingga akan mempengaruhi aktivitas bekerjasama.

Sejalan dengan itu berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Anita Eka Rahmadhani, Aulia Yogi Septia, Ririn Wijayanti, & Arina Septianingtias (2021) bahwa pengelolaan diri berpengaruh terhadap kemampuan bekerjasama. Hal ini dikarenakan tiap partisipan dalam penelitian sudah memiliki pengelolaan diri yang baik terlihat dari bagaimana tiap partisipan mengatasi berbagai permasalahan terkait dengan kerjasama tim. Selain itu partisipan juga sudah tahu bagaimana cara mengelola waktu dan memilah prioritas sehingga komunikasi antar tim dapat berjalan dengan lancar dan kerjasama dapat terwujud.

3) Pengaruh citra tubuh dan pengelolaan diri terhadap kemampuan bekerjasama

Hasil analisis data dalam uji F menunjukkan bahwa nilai F hitung sebesar 4,694 yang lebih besar dari F tabel sebesar 3,220, maka ditolak dan diterima. Artinya citra tubuh dan pengelolaan diri secara bersama-sama mempunyai pengaruh terhadap variabel kemampuan bekerjasama. Apabila citra tubuh dan pengelolaan diri semakin baik, maka kemampuan bekerjasama siswa akan meningkat. Siswa yang memiliki citra tubuh dan pengelolaan diri yang baik akan memiliki pandangan positif dalam aktivitas kerjasama. Pandangan positif ini dapat memunculkan sikap percaya diri bagi siswa dan akan menjadi modal terutama dalam mengatur dan mengelola diri mereka dalam aktivitas interaksi dan komunikasi yang mereka jalani. Dengan adanya kepercayaan diri yang baik, dapat mengatur dan mengelola diri dengan baik maka aktivitas kemampuan bekerjasama akan berjalan dengan lancar.

Dari hasil koefisien determinasi (*R square*) menunjukkan bahwa citra tubuh dan pengelolaan diri memberikan pengaruh sebesar 18,6% terhadap kemampuan bekerjasama siswa dalam pembelajaran ekonomi. Artinya 81,4% dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini seperti citra tubuh dan pengelolaan diri.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI PENELITIAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas mengenai pengaruh citra tubuh dan pengelolaan diri terhadap kemampuan bekerjasama, maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Citra tubuh tidak berpengaruh signifikan terhadap kemampuan bekerjasama dalam pembelajaran ekonomi.
- 2) Pengelolaan diri berpengaruh positif terhadap kemampuan bekerjasama dalam pembelajaran ekonomi.
- 3) Citra tubuh dan pengelolaan diri secara bersama-sama berpengaruh positif terhadap kemampuan bekerjasama.

Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan diatas maka saran yang dapat diberikan dari hasil penelitian antara lain:

- 1) Bagi Siswa

Dikarenakan variabel pengelolaan diri memiliki pengaruh terhadap kemampuan bekerjasama, maka berbagai aktivitas yang meningkatkan pengelolaan diri seperti refleksi, evaluasi, dan partisipasi untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran perlu ditingkatkan. Dengan melakukan berbagai kegiatan diatas, kemampuan bekerjasama dapat ditingkatkan.

- 2) Bagi Guru

Dikarenakan variabel pengelolaan diri memiliki pengaruh terhadap kemampuan bekerjasama, diharapkan untuk para guru senantiasa mendampingi dan memberi dorongan dalam aktivitas peningkatan pengelolaan diri seperti setiap refleksi, evaluasi, dan partisipasi untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran agar kemampuan bekerjasama dapat ditingkatkan.

- 3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Dalam uji koefisien determinasi (R^2) diketahui R^2 dalam penelitian ini adalah 0,186 (18,6%) artinya variabel citra tubuh dan pengelolaan diri berpengaruh sebesar 18,6% terhadap kemampuan bekerjasama dan sisanya yaitu sebesar 81,4% di pengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hal ini menunjukkan bahwa ada faktor lain sebesar 81,4% yang memberi pengaruh pada kemampuan bekerjasama siswa, sehingga peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap kemampuan bekerjasama seperti penyesuaian diri.

DAFTAR RUJUKAN

- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Di SMA Negeri Bantul. In *Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta.
- Briesch, A. M., & Daniels, B (2013). Using Pengelolaan diri Interventions to Address General Educacion Behavioral Needs: Assessment of Effectiveness and Feasibility. *Psychology in the Schools*, 50 (4). DOI: 10.1002/pits.21679.
- Cash. (2002). *Body Image: A Handbook Of Theory, Research and Practice*. New York: Guilford Publications.
- Cherniss, C., & Goleman, D. (2001). *The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and inprove emotional intelligence in individuals, group and organization*. San Francisco: Jpssey-Bass A Willey Company.
- Chundari, I.N. (2016). Program Pelatihan Dan Pengelolaan Diri (Pengelolaan Diri) Dengan Teknik Kognitif. *Edusentris: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*, 3(3), 243-255. DOI:

- 10.17509/edusentris.v3i3.235
- Elvina, S. N. (2019). Teknik Self Managemen dalam Pengelolaan Strategi Waktu Kehidupan Pribadi Yang Efektif. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 123. DOI: 10.29240/jbk.v3i2.1058.
- Ercoskun, M. H (2016). Adaptation of self-control anda self-management scale (SCMS) into Turkish culture: a study on reliability and validity. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 16, 1125-1145. Doi: 10.12738/estp.2016.4.2725
- Gie, The Lian. (2000). *Cara belajar yang baik bagi mahasiswa edisi kedua*. Yogyakarta: Gadjah Mada University press.
- Giorgi, G., Perminiene, M., Francesco, M., Perez, J. F., Mucci, N., & Arcangeli, G. (2016). Detrimental effect of workplace bullying: impediment of self-management competence via psychological distress. *Frontiers in Psychology*, 7(60), 1-11. Doi: 10.3389/fpsyg.2016.00060
- Grogan, S. (2008). *Body Image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (2nd ed.). New Yoek: Routledge.
- Jazimah, H. (2015). Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Pendidikan Islam. *MUDARRISA: Journal of Islamic Education*, 6(2), 221.DOI: 10.18326/mdr.v6i2.765
- Maasawet, E. T. (2011). Meningkatkan Kemampuan Kerjasama Belajar Biologi Melalui Penerapan Strategi Inkuiri Terbimbing Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri Vi Kota Samarinda Tahun Pelajaran 2010/ 2011. *BIOEDUKASI (Jurnal Pendidikan Biologi)*. <https://doi.org/10.24127/bioedukasi.v2i1.197>
- Maghfur, S. (2018). Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri santri Pondok Pesantren Al-Ishlah Darussalam Semarang. *Jurnal Dakwah dan Komunkasi*, 12(1).
- Melliana. (2006). *Menjelajah Tubuh: Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: Lkis Yogyakarta.
- Pratiwi, A.I., dkk. (2018). "Peningkatan Kemampuan Kerjasama Melalui Model Project Based Learning (Pjbl) Berbantuan Metode Edutainment Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial". *Jurnal Refleksi Edukatika*. Volume 8, No. 2, (hlm.178-182).
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22. <https://doi.org/10.30738/spirits.v4i2.1117>
- Sari, S. H & Siregar, A. R. (2012). Peran *Body-Image* terhadap Penyesuaian Diri Perempuan Dewasa Dini Pada Kehamilan Pertama. *Psikologia-Online*, 7(2), 50-51.
- Septianingtias Ariana (DKK) (2021). Pengelolaan Diri sebagai upaya membangun Kerjasama dalam Pertukaran Pelajar di Perguruan tinggi. *Perspektif Ilmu Pendidikan*. (Volume 35 Nomor 1) DOI: doi.org/10.21009/PIP.351.8
- Soekanto, Soerjono. 1989. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiharto Dwi Y. P., & Ameliana Fenti (2021). Pengaruh *Body Image* dan Penyesuaian Diri terhadap Kemampuan Kolaborasi Siswa. *Journal of Education and Counseling*, (Vol. 1, No. 2) Hlm. 90 – 97
- Syani, Abdul. 2002. *Sosiologi Skematika Teori dan Terapan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Tama, D. (2018). *Proses Pembuatan Lagu Anak melalui Metode Tadasa Sesuai dengan Kecakapan Abad-21*. Bandung: Universitas Pasundan.
- Trilling, Bernie and Hood, Paul. 1999. *Learning, Technology, and Education Reform In The Knowledge Age*, (Online), ([https://www.wested.org/online_pubs/ learning_technology.pdf](https://www.wested.org/online_pubs/learning_technology.pdf)), diakses tanggal 11 Mei 2016
- Wood-Barcalow, N. L., Tylka, Tracy L., & Augustus-Horvath, C. L. (2010). *But I Like My Body*":

Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. The Ohio State University, United States:7.

Yulianti, S. D., Djatmika, E. T., & Santoso, A. (2016). Pendidikan karakter kerja sama dalam pembelajaran siswa sekolah dasar pada kurikulum 2013. *Jurnal Teori dan Prakteks pembelajaran IPS*, 1 (1), 33-38.