

HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* (CITRA TUBUH) DENGAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI

Made Dwi Cahyaningrum

ABSTRAK

Pada masa remaja, yang berkembang bukan hanya fisiknya saja tetapi juga kognitif, hubungan sosial, kemandirian, dan harga diri. Oleh karenanya para remaja berupaya untuk melakukan apapun untuk meningkatkan kepercayaan dirinya. Banyak remaja yang mengalami krisis kepercayaan diri, baik dalam diri sendiri maupun lingkungan sosial pergaulannya. Kepercayaan diri diperlukan remaja dalam menjalani transisi kehidupan, yang mengalami berbagai perubahan. Perubahan tersebut meliputi masa pubertas dan hal-hal yang berkaitan dengan citra tubuh. Berkenaan dengan hal tersebut maka tujuan dari penelitian ini adalah hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Metode penelitian yang digunakan adalah bersifat Eksplanatif dengan pendekatan kuantitatif. *Body image* adalah sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif, terkait dengan komponen citra tubuh pada remaja meliputi: *Evaluation* (Evaluasi Penampilan), *Appearance Orientation* (Orientasi Penampilan), *Body Areas Satisfaction* (Kepuasan terhadap Bagian Tubuh), *Overweight Preoccupation* (Kecemasan Menjadi Gemuk), *Self-Clasified Weight* (Persepsi terhadap Ukuran Tubuh). Sedangkan kepercayaan diri adalah salah satu aspek psikis manusia yang sangat penting untuk dipupuk dan dikembangkan, terkait dengan Keyakinan terhadap kemampuan diri, Kemampuan bersosialisasi, dan Ketenangan sikap. Objek penelitiannya adalah siswa SMK Telkom Sandy Putra Jakarta, yang berjumlah 100 orang. Sedang teknik pengambilan samplangnya menggunakan *simple random sampling*. Tehnik pengumpulan data dilakukan dengan tehnik penyebaran angket pada responden dan kepustakaan dari literatur yang ada. Hasil analisa data didapatkan nilai koefisien korelasi (r) antara variabel X (*Body Image*) dengan variabel Y (*Kepercayaan Diri*) sebesar **0,566**, yang berarti ada hubungan yang **Sedang** dan arah hubungannya **positif**. Selain itu, hasil perhitungan t_{hitung} didapat sebesar **6,792** lebih besar dari t_{tabel} dengan $n = 100$ dan df 5% (0,05) diperoleh t_{tabel} sebesar **1,989**. Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dari variabel X terhadap variabel Y .

Kata Kunci : *Body Image*, Kepercayaan Diri, Remaja Putri.

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE YOUNG WOMEN WITH CONFIDENCE

Made Dwi Cahyaningrum

ABSTRACT

In adolescence, which develops not only physical but also cognitive, social relationships, independence, and dignity. Therefore the teens tried to do anything to boost her confidence. Many teens are experiencing a crisis of confidence, either in themselves or the social environment interaction. Confidence necessary to live a teenage life transition, which underwent several changes. These changes include puberty and matters relating to body image. In this regard, the purpose of this study is the relationship between body image and self-esteem in adolescent girls. The method used is quantitative approach is explanatory. Body image is the attitude a person has towards his assessment that can be either positive or negative, associated with components of body image in adolescents include: Evaluation (Evaluation Form), Appearance Orientation (Orientation look), Body Areas Satisfaction (Satisfaction of Body Parts), Overweight Preoccupation (Anxiety Being Fat), Self-classified Weight (Perception of Body Size). While self-confidence is one of the aspects of the human psyche is very important to be nurtured and developed, associated with the ability of self-confidence, ability to socialize, and Tranquility attitude. The research object is a student of SMK Telkom Sandy Putra Jakarta, totaling 100 people. 're Taking sampling techniques using simple random sampling. Techniques of data collection is done by distributing questionnaires to the respondents technique and literature from the existing literature. Results of analysis of data obtained koefisian correlation values (r) between the variables X (Body Image) with a variable Y (Confidence) of 0.566, which means that there is a relationship Medium relationship and positive direction. In addition, the calculation results obtained at 6.792 t greater than t table with $n = 100$ and df 5% (0.05) obtained t table 1,989. Because $t > t$ table then these results indicate that there is a significant relationship of variable X to variable Y.

Keywords : Body Image, Self Confidence, Young Women.