



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 3 Tahun 2023 Page 7812-7824

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Pada Kelas X SMAN 11 Kota Jambi

Citra Annisa^{1✉}, Akmal Sutja², Siti Amanah³

Universitas Jambi

Email: citrannsa15@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Body Image merupakan konsep yang memiliki berbagai macam dimensi. Dimensi tersebut ditunjukkan dengan bagaimana individu merasakan, berpikir, berperilaku berdasarkan pengalaman psikologis seperti bagaimana penilaian individu terhadap penampilan fisiknya. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan atau kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri tumbuh dari kesadaran individu bahwa individu tersebut mempunyai kemauan yang kuat untuk melakukan segala sesuatu sehingga dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian korelasi dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan jumlah populasi sebanyak 109 orang siswi dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Berdasarkan perhitungan menggunakan uji korelasi, hasil yang didapatkan adalah hubungan memadai dengan tingkat korelasi kategori sedang sebesar 0,515%. Artinya semakin tinggi body image maka semakin tinggi pula kepercayaan diri remaja putri.

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

Abstract

Body Image is a concept that has various dimensions. This dimension is indicated by how individuals feel, think, behave based on psychological experiences such as how individuals evaluate their physical appearance. Self-confidence is one aspect of personality in the form of one's self-confidence or ability so that one is not influenced by other people and can act according to one's will, happy, optimistic, quite tolerant, and responsible. Self-confidence grows from the individual's awareness that the individual has a strong will to do everything so that he can achieve the desired goals. The type of research used in this study was correlation research using a quantitative approach, with a total population of 109 female students using simple random sampling technique. Based on calculations using the correlation test, the results obtained are an adequate relationship with a moderate category correlation level of 0.515%. This means that the higher the body image, the higher the self-confidence of young women.

Keywords: *Body Image, Confidence, Young Women*

PENDAHULUAN

Tahap remaja merupakan proses pendewasaan yang dilalui oleh tiap orang. Tahap remaja merupakan siklus perubahan yang terjadi di setiap diri semua orang yang bermula dari usia kanak-kanak menuju usia dewasa yang lebih sempurna, guna mempelajari yang boleh serta tidak boleh dilakukan pada suatu kejadian yang dialami, memahami peran dirinya ketika bersosialisasi, serta timbul rasa ingin mengenali lawan jenis (Jannah, 2016). Masa remaja bermula dari umur 0 sampai 13 tahun hingga pada usia sekitar 18 sampai 22 tahun (Santrock, 2007:20). Menurut Steinberg (dalam Indri, 2008:3) Ketika seseorang menginjak usia 15 hingga 18 tahun, mereka cenderung menghadapi berbagai perubahan baik itu dari segi kognitif, emosional, sosial, berpikir secara kompleks, maupun emosional yang lebih sensitif, selain itu, mereka juga cenderung lebih banyak meluangkan waktu mereka dengan bergaul dengan teman-teman mereka. Menurut penjelasan *World Health Organization* (WHO) masa remaja yaitu masa ketika seseorang menginjak usia antara 10 sampai 19 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Bencana Nasional (BKKBN) memaparkan bahwa masa remaja berada pada rentang usia 10 sampai 24 tahun dan tidak berkeluarga.

Tahap remaja berawal dengan cepatnya perubahan fisik, bertambahnya tinggi serta berat badan dengan sangat drastis, kontur tubuh yang bertambah, diikuti dengan perubahan karakteristik seksual. Individu yang termasuk dalam remaja akhir umumnya bersifat labil serta sensitif karena remaja menghadapi berbagai perubahan yang terjadi dengan cepat serta pencarian identitas dan kebebasan. Akibat psikologis yang tidak

diinginkan salah satunya fisik yang berubah, dimana mayoritas remaja sekarang cenderung memfokuskan pada fisik mereka dibandingkan dengan bagian lainnya, bahkan tidak sedikit jumlah remaja perempuan yang tidak menyukai bayangan mereka sendiri ketika sedang berkaca. menurut Papalia (2011:59) anak perempuan mempunyai rasa tidak nyaman atas keadaan fisik yang lebih banyak jika dibandingkan dengan anak laki-laki yang memperlihatkan bahwa tekanan kultural lebih besar terjadi pada atribut fisik wanita.

Tahap remaja, secara psikologis merupakan tahap yang penuh dengan ketidakstabilan serta kekhawatiran yang menuntut remaja untuk menempatkan diri sengan perbedaan fisik serta psikis yang dialami remaja. Keadaan mental yang labil, konflik batin, perasaan tidak tenang, rasa emosional yang tidak stabil serta besarnya perasaan ingin tahu, dan pencarian jati diri merupakan tanda-tanda yang dialami oleh remaja. Masalah tersebut dapat dialami ketika tahap remaja yang jika tidak teratasi dapat berdampak pada tahap perkembangan selanjutnya. Menurut penjelasan Wiranatha & Supriyadi (2015), rasa percaya diri adalah salah satu watak yang sangat vital pada tahap pertumbuhan dan perkembangan seorang remaja. Kepercayaan diri dapat dikatakan sebagai sebuah prinsip yang dipunya oleh seorang individu bahwa dirinya dapat bertingkah laku ssesuai yang dibutuhkan guna mendapat hal yang diinginkan yang bisa mempengaruhi kualitas hidup yang lebih berkualitas. Dampak dari semakin berkembangnya zaman, banyak remaja diketahui mengalami krisis kepercayaan diri yang tinggi pada diri mereka.

Sedangkan menurut Kartono "Lingkungan sekolah yang kurang baik dapat memberikan pengaruh besar yang bisa menjadi salah satu penyebab gangguan psikologis pada aspek sosial, budaya, dan psikologis" (Sunaryo:2004). Suasana kurang mendukung seperti penekanan pada aktivitas siswa, kurikulum yang sering berganti, guru yang kurang simpatik, tidak memiliki rasa humor serta emosi yang tidak stabil dapat menyebabkan gangguan emosional dan konflik yang menjurus pada gangguan mental.

Putri dan Darmawanti (2015) memaparkan bahwa akibat dari berkembangnya zaman, banyak remaja dinilai menghadapi krisis terhadap kepercayaan diri. Masalah ini dapat dikategorikan sebagai masalah besar pada kelompok remaja. Remaja berkaitan erat dengan berbagai permasalahan kompleks pada diri mereka, terutama pada pertumbuhan bagian fisik serta emosional. Karena hal ini, banyak remaja kesulitan untuk menemukan solusi atas kurangnya kepercayaan diri yang mereka miliki. Akibatnya, permasalahan ini berdampak pada timbulnya hambatan untuk diri sendiri maupun lingkungannya. Munculnya rasa percaya diri seseorang dimulai dari berkembangnya gambaran diri yang didapatkannya atas hasil interaksi dengan orang lain maupun kelompok (Nurhayati, 2008).

Body Image merupakan sudut pandang, keyakinan, pikiran, perasaan, serta tindakan yang dimiliki seseorang termasuk sudut pandang yang berkaitan erat terhadap kondisi fisik serta perilaku seseorang (Cash:2012). Menurut Cash dan Smolak (2011) *Body Image* merupakan sebuah bentuk gambaran yang terbagi atas beberapa dimensi. Dimensi tersebut mengandung bagaimana perasaan, pemikiran serta perlakuan individu atas hasil dari pengalaman psikologis dalam bentuk penilaian yang dilakukan seseorang pada bentuk fisik mereka.

Ketidakpuasan tentang perubahan fisik adalah konflik yang kompleks untuk remaja yang dapat memunculkan rasa stress, menghilangkan rasa percaya diri, kurang pasnya pembentukan konsep diri, yang dapat mengakibatkan mereka tidak dapat menghormati diri mereka sendiri (Anthony, 2009). Keadaan akan *body image* yang rendah mengacu pada perasaan tidak senang atas kondisi tubuh maupun penampilannya sendiri. Kebalikannya, jika remaja melihat *body image* sebagai suatu hal yang baik, remaja dinilai akan lebih mudah merasa senang dan percaya diri, mengesampingkan rasa khawatir yang dimiliki menurut (Dianningrum & Satwika 2021).

Faktanya remaja putri umumnya lebih sering menunjukkan rasa kurang menyukai kondisi fisiknya dibandingkan anak laki-laki, masalah ini disebabkan oleh, ketika tahap remaja, anak perempuan dihadapkan dengan perubahan berat badan yang berdampak pada perubahan bentuk tubuh yang jauh dari kata sempurna. Menurut hasil pengamatan dan wawancara peneliti dengan beberapa siswi di kelas X SMAN 11 Kota Jambi pada 29 November 2022 pada pukul 10.00 WIB, siswi mengatakan bahwa ada hubungannya *body image* dengan kepercayaan dirinya karna dia merasa kurang percaya diri dan hal ini dipengaruhi oleh faktor fisik yang ada pada diri sendiri juga orang lain. Anak perempuan umumnya kerap membandingkan diri mereka dengan orang yang mereka rasa lebih baik dari diri mereka, apabila mereka menemukan hal yang kurang dari dirinya dalam kondisi fisik akan membuat siswa merasa kurang percaya diri, terusik serta malu ketika berhadapan dengan orang lain. Berdasarkan pada studi lapangan yang dilaksanakan di SMAN 11 Kota Jambi di tanggal 29 November 2022 dari 20 remaja putri terdapat 4 remaja putri dengan bentuk fisik kurang sempurna, hal itu tentu membuat mereka merasa kurang percaya diri karna mereka merasa bahwa tubuhnya besar dan tinggi yang tidak sesuai dengan yang diinginkan, dan 5 remaja putri menganggap wajah yang berjerawat akan membuatnya tidak percaya diri dan untuk mencapai kondisi fisik yang ideal remaja putri akan melakukan diet dan berolahraga, juga melakukan perawatan wajah agar remaja putri lebih bersinar dan percaya diri.

Remaja pasti akan mendapat manfaat positif dari seseorang yang melihat dan mengevaluasi penampilan fisik mereka berdasarkan tujuan dan cita-cita standar mereka. Seorang remaja dengan *body image* yang baik maupun sehat mampu memiliki penilaian yang baik tentang bentuk dan ukuran tubuhnya, sehingga akan timbul rasa nyaman atas hal tersebut. Hal ini akan terlihat dalam sikap positif dan konsep diri yang sesuai. Remaja yang memperlakukan diri mereka dengan baik, misalnya, adalah mereka yang bisa menerima ciri-ciri fisik yang diberikan Tuhan kepadanya sebagai miliknya. Dengan ini, rasa bangga akan diri sendiri akan timbul, yang kemudian membuat mereka menghargai tubuh mereka sendiri, serta menentang segala sesuatu yang kurang baik bagi mereka menurut hasil penelitian Fauzana Alidia (2018). Krisis yang terjadi pada remaja saat ini dalam kondisi dimana remaja putri memerlukan pengakuan yang dicari dari berbagai hal, termasuk dari penampilan tubuh yang berkaitan dengan *body image*. Urgensi yang terdapat dalam penelitian ini adalah perempuan dimana saat ini penilaian orang pada penampilan perempuan yang dapat dilihat dari pertumbuhan skincare dan banyaknya model baju yang dipakai oleh perempuan sehingga dapat dilihat bahwa perempuan itu sangat mementingkan penampilan dirinya.

Menurut hasil penelitian Fenty (2019: 7787) mengungkapkan bahwa remaja dapat menunjukkan kehadiran mereka secara maksimal apabila rasa kepercayaan diri yang dimiliki oleh mereka tinggi, memiliki minat yang tinggi dalam bersosialisasi, dan tidak merasa kesusahan dalam berinteraksi karena kurangnya kepercayaan diri. Remaja yang kompeten akan memiliki perkembangan dalam berfikir dengan melakukan perubahan serta perbaruan pada penurunan keadaan baik dari segi fisik ataupun penampilan. Pada penelitian selanjutnya yang dilaksanakan oleh Mella, dkk (2022) menunjukkan hasil bahwa ada keterkaitan antara citra tubuh dengan rasa percaya diri siswa perempuan di Kelurahan Tlajung didapatkan data yaitu total sampel 39 responden dimana bisa dikatakan bahwa 9 responden (23%) merasakan citra tubuh buruk, dan 26 responden (66,7%) merasakan citra tubuh sedang, dan 4 responden (10,3%) merasakan *body image* tinggi. Dari penelitian tersebut, dapat dikatakan bahwa keterkaitan yang dimiliki antara *body image* dan rasa percaya diri sangatlah erat.

Kondisi inilah kemudian mendorong peneliti ingin mendalami dan memahami serta menggali lebih dalam bagaimana "*Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Pada Kelas X Di SMAN 11 Kota Jambi*".

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif yaitu dengan menggunakan teknik survey. dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah keseluruhan siswi kelas X IPA SMAN 11 Kota Jambi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Berdasarkan hasil yang didapat dengan memakai rumus formula dari solvin maka sampel yang didapatkan adalah 86 siswi. Dalam penelitian ini, studi terkait dengan cara mengumpulkan data langsung dari siswa mengenai *body image* dan hubungan kepercayaan dirinya. Data ini dikumpulkan melalui survei angket.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji normalitas data untuk mendapatkan kepastian apakah data memprasyaratkan distribusi normal sehingga dapat ditetapkan dalam teknik statistik. Uji normalitas penelitian ini menggunakan alat uji satu sampel *Kolmogorov Smirnov* (K-S), dihitung dengan bantuan *SPSS Statistic 20,00*. Hasil Uji *Kolmogorov Smirnov* (K-S) pada penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut ini.

Tabel Hasil Uji Normalitas berdasarkan Uji Kolmogorov-Smirnov
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		86
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.000000
	Std. Deviation	6.6755718
Most Extreme Differences	Absolute	.07
	Positive	.06
	Negative	-.07
Test Statistic		.07
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas data dari pengujian asumsi statistik dengan bantuan SPSS, diketahui nilai signifikansi (asym.sig) yang diperoleh pada variabel *Body Image* (X) dan variabel Kepercayaan Diri (Y) adalah sebesar 0,200 Dengan taraf signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan data berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas data digunakan untuk mengidentifikasi apakah kedua variabel memiliki keterkaitan yang searah atau tidak. Untuk dapat mengetahui hubungan antara variabel terikat maka penelitian ini uji linearitas menggunakan bantuan melalui program SPSS v.20.00 yang didasari pengambilan keputusan mengarah kepada nilai signifikansi *deviation from linearity*..

Tabel Hasil Uji linearitas berdasarkan Uji ANOVA

ANOVA Table

			Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sig.
Body Image * Kepercayaan Diri	Between Groups	(Combined)	3610.497	3	120.35	2.702	0.001
		Linearity	1618.285		1618.28	36.338	0.000
		Deviation from Linearity	1992.212	2	68.69	1.543	0.082
		Within Groups	2493.917	5	44.53		
Total			6104.414	8			

Nilai *Deviation from Linearity* pada penelitian ini yaitu 0,082 lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, maka dapat dimaknai bahwa antara variabel *Body Image* (X) dan variabel Kepercayaan Diri (Y) mempunyai keterkaitan atau berpola linear.

c. Uji Korelasi

Hasil uji korelasi menggunakan SPSS .20.00 pada penelitian dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel Hasil Uji Korelasi

Correlations

		Body Image	Kepercayaan Diri
Body Image	Pearson Correlation		.515**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	87	87
Kepercayaan Diri	Pearson Correlation	.515**	
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	87	87

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil yang didapatkan pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi pada korelasi antara Body Image dan Kepercayaan Diri r-hitung sebesar 0,515 lebih besar daripada r-tabel 0,200. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi sedang dan signifikan antara *Body Image* dengan Kepercayaan diri sebesar 0,515%.

Pembahasan Hasil Penelitian

1. *Body Image*

Hasil dari penelitian pada perhitungan persentase menunjukkan bahwa dari 87 responden bahwasannya *body image* yang dimiliki oleh seluruh responden yaitu sebesar 68,87% termasuk kedalam kategori "tinggi". Berdasarkan data ini maka dapat dikatakan bahwa salah satu faktor penyebabnya adalah jenis kelamin dan usia. Faktor usia dapat mempengaruhi *body image* atau gambaran dirinya dimana rata-rata usia pada responden di kelas X SMAN 11 Kota Jambi adalah 15-17 tahun dimana fase ini remaja putri mengalami fase pubertas yaitu mengalami perubahan dengan bentuk fisiknya. Pada usia ini remaja putri mulai mencari jati dirinya. Hal ini juga didukung dengan penelitian (Rofiatul Khikmah, 2017) faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* meliputi jenis kelamin dan Usia. Pada umumnya wanita kurang puas dengan kondisi tubuhnya sehingga memiliki *body image* negatif.

Menurut Melliana (2006), bahwasanya seseorang yang mampu mengevaluasi bentuk fisiknya secara positif, membuat seseorang dapat merasakan nyaman dan juga percaya diri. Citra tubuh yang positif yaitu merasa puas terhadap bentuk tubuhnya, memiliki penerimaan diri yang bagus pada tubuh, menghargai serta mempunyai perasaan

nyaman dan juga percaya diri.

2. Kepercayaan Diri (Y)

Hasil dari penelitian pada perhitungan persentase menunjukkan bahwa dari 87 responden bahwasannya *body image* yang dimiliki oleh seluruh responden yaitu sebesar 58,58% termasuk kedalam kategori "Sedang". Berdasarkan data tersebut kepercayaan diri yang sedang menunjukkan ada rasa percaya diri yang cukup, membuat siswa mempunyai perilaku yang baik akan dirinya dan lingkungan, tidak ketergantungan dengan orang lain dan mempunyai sikap mandiri untuk sesuatu yang diharapkan.

Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa pentingnya kepercayaan diri remaja dapat memberikan stimulus yang positif terhadap remaja tersebut. Kepercayaan diri pada remaja terlihat dari sikap menerima sebagaimana adanya (Irdil, Denich, dan Ilyas, 2017:109). Penerimaan diri merupakan keadaan sikap yang tampak tenang terhadap kenyataan diri. Remaja yang merasa puas terhadap kualitas diri akan cenderung merasa aman, tidak kecewa dan mengerti apa yang dibutuhkannya sehingga dapat bertindak mandiri serta tidak tergantung pada orang lain dalam memutuskan sesuatu.

3. Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri

Body Image akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Adams, dkk (dalam Santrock, 2003) mengungkapkan bahwa citra tubuh sangat berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang didasarkan bagaimana seseorang tersebut melihat bagaimana fisiknya yang berupa bentuk tubuh maupun berat tubuh yang dimiliki serta bagaimana penilaian seseorang tentang fisik yang dimilikinya dan bagaimana bentuk tubuh yang ia inginkan. Mikessel dan Foster (dalam Wiranatha & Supriyadi, 2015) mengungkapkan penampilan fisik ataupun daya tarik fisik mempunyai kaitan yang sangat erat terhadap rasa percaya diri seseorang sehingga mampu membuat seseorang akan melakukan berbagai macam usaha supaya terlihat menarik, sehat serta bugar sehingga dapat menimbulkan kepercayaan diri seseorang untuk melakukan berbagai aktivitas.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat Hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. Hasil dari pengolahan SPSS 20.00 nilai signifikansi pada korelasi antara *body image* dan kepercayaan diri adalah 0,000. jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka kedua variabel berkorelasi. Berdasarkan hasil yang didapat diketahui bahwa r-hitung sebesar 0,515 lebih besar dari pada r-tabel 0,200. dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri sebesar 0,515%. Menurut Sutja,Dkk (2017-100) nilai 0,515 berada pada kriteria korelasi "Sedang" : hubungan memadai.

Dari hasil pengolahan data *r*-hitung menunjukkan angka yang positif berarti koefisien yang dihasilkan menunjukkan bahwa semakin tinggi *body image*, maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja putri, demikian sebaliknya, semakin rendah *body image*, maka semakin rendah kepercayaan diri pada remaja putri dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Menurut Harter dalam (Aditya and Suleeman, 2014), menyatakan bahwa penampilan fisik secara konsisten berkorelasi kuat dengan rasa percaya diri. Salah satu faktor penting yang dimiliki individu agar dapat diterima oleh lingkungannya adalah kepercayaan diri yang tinggi sehingga individu tersebut tidak takut untuk memulai suatu hubungan dengan orang lain.

Seseorang yang memiliki *body image* yang positif, memiliki rasa positif terhadap dirinya sendiri. Merasa memiliki kualitas diri yang baik. Merasa menjadi seseorang yang berharga, dan mampu melakukan segala tantangan sehingga tidak membandingkan dirinya dengan lingkungannya. Dengan adanya hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri, maka semakin tinggi *body image* atau penerimaan terhadap bentuk tubuh diri sendiri akan membuat semakin percaya diri. Remaja putri yang memandang tubuhnya tidak ideal seperti wajahnya kurang menarik, badannya terlalu gemuk atau kurus dan lain sebagainya, mereka menjadi sibuk memikirkan kondisi fisiknya, sehingga *body image* yang terbentuk menjadi negatif dan dapat dikatakan tidak memiliki kepercayaan diri.

Hal tersebut menyebabkan para remaja putri cenderung menilai dirinya sendiri melalui sudut pandang orang lain seperti teman-teman sepergaulannya. Berangkat dari penampilan fisik, remaja mulai membentuk gambaran dan kesan mengenai bentuk dan ukuran tubuh pada dirinya, yang selanjutnya beranjak pada penampilan fisik orang lain sehingga menjadi sebuah standar tubuh yang wajib dimiliki oleh setiap perempuan. Sejalan dengan teori dari Honigam dan Castle (dalam Januar & Putri 2011) *body image* merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempresepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya.

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya oleh peneliti, adapun uraian dari hasil penelitian ini yang mengacu kepada

rumusan masalah yaitu:

1. Pada variabel *body image* (X) remaja putri, berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan bahwa *body image* remaja putri kelas X di SMAN 11 Kota Jambi dengan perhitungan presentase sebesar 68,87% berada dalam kategori "Tinggi".
2. Pada variabel kepercayaan diri (Y) remaja putri, berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan bahwa kepercayaan diri remaja putri kelas X di SMAN 11 Kota Jambi dengan perhitungan persentase sebesar 58,58% berada dalam kategori "Sedang".
3. Berdasarkan hasil uji korelasi pada aspek *body image* dengan kepercayaan diri remaja putri kelas X di SMAN 11 Kota Jambi, terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut sebesar 0,515% yang menunjukkan bahwa hubungan keduanya berada pada kriteria "Sedang" yaitu hubungan memadai dan dari hasil r-hitung menunjukkan angka positif, maka dapat disimpulkan bahwa semakin positif *body image*, maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja putri. Demikian sebaliknya, semakin negatif *body image*, maka semakin rendah kepercayaan diri pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). Psikologi Kepribadian. Malang: UMM pers.
- Amalia, Winda, and Garry Vebrian. 2022. "Hubungan Antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Remaja Pada Korban Body Shaming Di SMK AL-GINA." Nusantara Hasana Journal 1(8): 129–35
- Anthony, R. (2009). Rahasia Puncak Percaya Diri Total. Jakarta: Mitra Sejati
- A.Sutja. (2017). Pelnulisan Skripsi untuk Proldi Bimbingan dan Kolnselling. Wahana Relsollusi.
- Bachtiar, A. (2020). Obat Minder: Rahasia Menjadi Pribadi Percaya Diri. Yogyakarta:
- Araska Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Body Image : A Handbook Of Science. Practice And Prevention (2nd Ed). New York : The Guildford Press.
- Fatimah, E. (2010). Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik). Bandung: Pustaka Setia.
- Ghufron, M.N. & Risnawati, RS. (2014). Teori-teori psikologi. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media.
- Hurlock, E., B. (2010). Psikologi Perkembangan (D. R. M. Sijabat Ed.). Jakarta: Erlangga.
- Jannah, Miftahul. (2016). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam Islam. Jurnal Psikoislampedia. 1(1).
- Januar, V., & Putri, D. E. (2011). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan memiliki anak. Jurnal Psikologi, 1 (1).

- Kiki Wahyuni, "Hubungan Antara Body image dan Imaginary Audience Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri", Skripsi (Universitas Islam Negeri Raden Inten, Lampung 2019).
- Lauster, P. 2003. Tes Kepribadian (alih bahasa: D. H. Gulo). Jakarta: Bumi Aksara
- Lilishanty, E. D., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Dengan Psychological Well Being Pada Remaja Kelas 11 Di SMAN 21 Jakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 3(9), 4. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Papalia, Diane E., et al. (2011). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana
- Pratiwi, I. D., & Laksmiwati, H. (2016). Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri "X." *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(1), 43. <https://doi.org/10.26740/jptt.v7n1.p43-49>
- Prayitno, Erman. 2016. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Putri, W.S.R., Nurwati, N.R., & Budiarti, M.S. Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja. *Prosiding KS: Riset & PKM*. 3(1).
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *APLIKASI: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, Volume 17, Nomor 1, 2017 page : 25-32.
- Santrock, J. W. (2007a). *Psikologi Perkembangan*. In M.. Wibi Hardani (Ed.), *Child Development*, eleventh edition (John W. Sa, p. 20). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sifatun Rif'ah Nur Hidayati, "Hubungan Antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya", *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 08, No. 03, (2021).
- Sunaryo. 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: ECG
- Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Biotek. Tambunan*, Veny Anggreini, Amanda Pasca Rini, and Nindia Pratitis. 2021. "Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri."
- WHO. (2015). *Adolescent development: Topics at glance from* https://www.who.int/maternal_child_adolescent/ akses: 03-11-2022
- Wiranatha, F. W., & Supriyadi. (2015). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Putri di Kota Denpasar: *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1).
- Zahara, F. (2019). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Interaksi Sosial

Pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. Jurnal Psikologi Kognisi,
2(2), 77-87.