

ABSTRAK

Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Putri yang *Overweight*

Oleh: Dwidia Jezy Putri

Remaja yang memiliki kelebihan berat badan seringkali malu terhadap bentuk tubuhnya, yang menyebabkan mereka menjadi minder dan memiliki kepercayaan diri yang buruk. Salah satu penyebab remaja merasa rendah diri, disebabkan oleh ketidakpuasan remaja terhadap tubuhnya. Oleh sebab itu, rendahnya rasa percaya diri remaja yang *overweight* disebabkan oleh pandangan negatif remaja terhadap tubuhnya. Pandangan remaja terhadap tubuhnya ini yang dikenal sebagai citra tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri yang *overweight*.

Sampel penelitian adalah remaja putri di kota Bukittinggi yang termasuk dalam kategori *overweight*. Pengumpulan data menggunakan angket berskala citra tubuh dan kepercayaan diri, dan juga menggunakan tes grafis (*draw a person*) sebagai alat konfirmasi data. Sampel penelitian sebanyak 36 orang yang telah konsisten hasil skor skala kepercayaan diri nya dengan skor tes grafis (*draw a person*). Data diolah dengan menggunakan teknik statistik deskriptif (mean dan SD) serta korelasi *product moment*.

Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri *overweight* dengan $r=0,706$ dan $p=0,000$ ($p<0,01$), yang berarti jika citra tubuh positif, maka kepercayaan diri nya tinggi. Begitu pula sebaliknya, jika citra tubuh negatif, maka kepercayaan diri nya rendah.