

**Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin**  
**Volume 2, Nomor 9, September 2024, Halaman 133-139**  
 Licenced by CC BY-SA 4.0  
 E-ISSN: 2986-6340  
 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13736824>

## Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Putri di SMA X

Yosa Afriany<sup>1</sup>, Rijal Abdillah<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jl. Harsono RM No.67, Ragunan, Pasar Minggu, Kota Jakarta Selatan, Jakarta, Indonesia 12550

\*Email korespondensi: [rijal.abdillah@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:rijal.abdillah@dsn.ubharajaya.ac.id)

### Abstract

*Physical development will develop very quickly and significantly during adolescence, and this is very identical to puberty. During this phase, adolescent girls become much more sensitive to their physical appearance because there are so many changes in them. This dissatisfaction ultimately motivates adolescent girls to continuously enhance their physical appearance. This study is a correlational quantitative study that aims to determine the effect of self-confidence on body dissatisfaction in adolescent girls at SMA X. The sampling technique used was cluster random sampling. The sampling technique used was cluster random sampling with a research sample of 238 female students. The analysis method used is simple linear regression analysis, and the results of the analysis show that there is an influence of self-confidence on body dissatisfaction in adolescent girls at SMA X. Self-confidence contributes an influence of 17.7% to body dissatisfaction. Then, according to the results of the categorization of self-confidence and body dissatisfaction in adolescent girls at SMA X, the majority are in the moderate category.*

**Keywords:** Self-Confidence, Body Dissatisfaction, and Adolescent Girls.

### Abstrak

Perkembangan fisik akan berkembang sangat cepat dan signifikan pada masa remaja dan hal ini sangat identik dengan masa pubertas. Tak heran jika pada fase ini remaja putri menjadi jauh lebih sensitif terhadap penampilan fisiknya karena terdapat banyak sekali perubahan pada dirinya. Dari ketidakpuasan inilah yang pada akhirnya mendorong remaja putri untuk terus menerus memperbaiki penampilan fisiknya. Timbulnya perasaan tersebut dikarenakan remaja putri menemukan bahwa dirinya tidak selaras dengan standar masyarakat hingga merasa tidak percaya diri. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA X. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling* dengan sampel penelitian sebanyak 238 siswi. Metode analisis yang digunakan yaitu analisis regresi linier sederhana dan hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA X. Kepercayaan diri memberikan sumbangan pengaruh sebesar 17,7% terhadap *body dissatisfaction*. Lalu, hasil kategorisasi kepercayaan diri dan *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA X, mayoritas berada pada kategori sedang.

**Kata kunci:** Kepercayaan Diri, Ketidakpuasan Tubuh, dan Remaja Putri.

---

### Article Info

Received date: 15 Agustus 2024

Revised date: 30 Agustus 2024

Accepted date: 04 September 2024

### PENDAHULUAN

Terdapat berbagai fase dalam pertumbuhan dan perkembangan yang akan dilewati oleh manusia, yaitu mulai dari fase bayi hingga fase lanjut usia. Diantara fase tersebut, terdapat fase peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang kerap disebut dengan fase remaja. Kosakata *adolescence* atau remaja yang berdasar dari bahasa Latin "*adolescere*" memiliki arti beranjak menjadi dewasa (Marliani, 2015). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa fase remaja adalah fase kelanjutan dari masa anak-anak yang harus ditempuh oleh individu sebelum memasuki

fase dewasa dan individu akan mulai meninggalkan masa anak-anak dan perlahan-lahan beranjak menuju tahap kedewasaan.

Berbanding terbalik dengan masa anak-anak, pada masa remaja fisik akan berkembang sangat cepat dan signifikan yang mana hal ini identik dengan masa pubertas (Salsabilla & Maryatmi, 2023). Individu akan mulai mengalami perubahan secara fisik dan mengalami perkembangan fungsi-fungsi psikologis. Menurut Hartini (2017) banyaknya transformasi yang berlangsung ketika fase remaja akan menyebabkan individu mengalami kebingungan, keraguan, ketakutan, hingga kecemasan dan jika pada fase ini terjadi hambatan, maka akan menghambat tugas perkembangan fase selanjutnya. Tahapan perkembangan pada fase ini harus diselesaikan oleh individu dengan baik agar pertumbuhan fisik dan perkembangan fungsi psikologis menjadi matang.

Selain itu, Rahmadiyahanti (2020) menyatakan bahwa remaja putri cenderung memiliki ketidakpuasan terhadap tubuh yang dimiliki dan hal ini dikarenakan bentuk tubuh yang besar, tidak tinggi, wajah yang kurang cantik, dan berjerawat seringkali dijadikan bahan ejekan hingga dianggap kurang menarik oleh individu lain. Tak heran jika pada fase ini remaja putri menjadi jauh lebih sensitif terhadap penampilan fisiknya karena terdapat banyak sekali perubahan pada dirinya.

Perundungan dan ejekan dari teman dapat berdampak besar pada persepsi remaja tentang diri mereka sendiri, mulai dari merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya hingga dapat mendorong mereka untuk melakukan perubahan agar dapat diterima oleh teman-temannya. Hal ini juga dikemukakan oleh Phillips (2018) bahwa masalah citra tubuh lebih sering terjadi pada saat remaja, kala individu tersebut mulai membandingkan dirinya dengan teman-temannya. Remaja putri yang cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain akan terus merasa tidak mampu dan sulit menerima dirinya sendiri (Rahmadiyahanti et al., 2020). Dari ketidakpuasan inilah yang pada akhirnya mendorong remaja putri untuk terus menerus memperbaiki penampilan fisiknya. Timbulnya perasaan tersebut dikarenakan remaja putri menemukan bahwa dirinya tidak selaras dengan standar masyarakat hingga merasa tidak percaya diri.

Remaja yang percaya diri niscaya akan memiliki cara berpikir ke arah yang lebih maju, yaitu dengan menilai dan memperbaiki berbagai kondisi gangguan yang terjadi sebelumnya, baik itu dari segi fisik maupun penampilan (Ramadhani, 2014). Hilangnya kepercayaan diri pada remaja putri disebabkan karena mereka merasa tidak sesuai dengan standar yang ada pada masyarakat hingga timbul pemikiran dan memandang diri mereka memiliki banyak kekurangan yang dianggap sebagai penampilan fisik yang cacat. Kepercayaan diri yang rendah terbentuk jika seseorang mengalami *body dissatisfaction* (Fauziyah, 2022). Dengan demikian kepercayaan diri sangat berperan besar dalam penerimaan penampilan fisik pada remaja putri.

Remaja putri kerap ketakutan memiliki bentuk tubuh jauh dari yang mereka inginkan, kurang tinggi memiliki wajah yang tak cantik, dan berjerawat karena hal-hal ini seringkali dijadikan ejekan dan dipandang tidak menarik oleh individu lain (Rahmadiyahanti et al., 2020). Pernyataan tersebut sependapat dengan Kearney (2002) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai tingkat ketidakpuasan tubuh yang tinggi memiliki riwayat pernah diejek sejak kecil. Dapat dikatakan hal-hal seperti ejekan dan komentar negatif dapat menjadi pemicu terjadinya ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja.

Menurut Safarina & Rahayu (2019) masa pubertas merupakan fase ketika remaja putri memiliki kerentanan yang tinggi dengan *body dissatisfaction*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Carvalho et al. (2020) yang menunjukkan bahwa 75% dari 1.019 remaja yang menjadi responden penelitian yang dilakukan olehnya menunjukan *body dissatisfaction*. Dengan demikian, remaja lebih condong mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh. Ketidakpuasan yang terjadi pada remaja menandakan adanya perasaan serta timbulnya penilaian negatif terhadap dirinya. Jika ketidakpuasan terus berlanjut maka *body dissatisfaction* akan mengalami kenaikan (Fauziyah, 2022).

Peneliti melakukan survei kepada 20 remaja putri di SMA X guna memperkuat fenomena yang terjadi. Berdasarkan hasil survei yang diperoleh, sebanyak 15 remaja putri (75%) di SMA X membandingkan fisik mereka dengan fisik orang lain Lalu, sebanyak 16 remaja putri (80%) merasa khawatir akan penampilan fisik maupun wajah mereka. Sebanyak 16 remaja putri (80%) merasa tidak percaya diri dengan fisik mereka, 19 remaja putri (95%) sering kali memeriksa penampilan mereka di cermin. Selain itu, karena merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya sebanyak 13 remaja putri (65%) di SMA X berusaha menyembunyikan kekurangan dengan cara tertentu misalnya, seperti

mengenakan masker atau memakai make up, 10 remaja putri (50%) diantaranya mengenakan baju oversize untuk menutupi bagian tubuh yang mereka anggap tidak menarik.

Berdasarkan hasil survei tersebut diperoleh kesimpulan bahwa remaja putri sering kali memikirkan terkait penampilan fisiknya, membandingkan diri dengan temannya, dan memiliki ketidakpuasan karena merasa ada kekurangan fisik pada dirinya. Sehingga, mencoba melakukan berbagai upaya untuk memperbaiki penampilan fisiknya. Ketika remaja tidak dapat menerima dan merasa tidak puas dengan keadaan fisiknya, serta berpandangan bahwa fisiknya tidak sesuai dengan keinginannya, maka dalam hal ini terdapat ketidakpuasan bentuk tubuh atau *body dissatisfaction*. Jika remaja putri tidak mampu menerima keadaan fisiknya, tidak mampu melewati tantangan tersebut dengan baik, tidak bisa menerima, dan tidak bisa mencintai dirinya sendiri, hal ini akan berdampak pada terhambatnya tugas-tugas perkembangan, mengganggu perkembangan psikologis yang sehat di fase remaja, hingga terganggunya tahapan perkembangan pada fase selanjutnya yaitu fase dewasa awal.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mardiyanti et al. (2022) melibatkan *Body Dissatisfaction* sebagai variabel yang memengaruhi dan Kepercayaan Diri sebagai variabel yang dipengaruhi memiliki hasil bahwa *body dissatisfaction* tidak memiliki hubungan dengan kepercayaan diri. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziyah (2022) yang menggunakan variabel yang sama dan memiliki hasil bahwa ketidakpuasan tubuh tidak berpengaruh terhadap kepercayaan diri serta kedua variabel yang telah diteliti tidak mempunyai hubungan.

Berbeda dengan kedua penelitian sebelumnya, hasil penelitian yang dilakukan oleh Opsiviantoto et al. (2023) yang melibatkan dua variabel x yaitu perbandingan sosial serta ketidakpuasan tubuh untuk diuji pengaruhnya terhadap kepercayaan diri, menyatakan ada korelasi dengan hubungan negatif antara kedua variabel yang memengaruhi terhadap kepercayaan diri dengan nilai pengaruh sebesar 52,4%. Dengan demikian, terdapat inkonsistensi pada hasil penelitian dan dapat diungkapkan ada ketidaksamaan dan beberapa kebaruan pada penelitian yang akan peneliti laksanakan. Lalu, mengacu pada fenomena yang ada dilapangan, tepatnya di SMA X, maka peneliti tertarik mengangkat fenomena tersebut untuk diteliti lebih lanjut mengenai pengaruh kepercayaan diri terhadap *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA X dan diharapkan remaja putri dapat lebih menghargai dan mencintai apapun keadaan tubuhnya saat ini dan meningkatkan rasa kepercayaan diri terutama mengenai penampilan fisiknya agar menghindari serta meminimalisir terjadinya ketidakpuasan tubuh.

## METODE

Penelitian ini dilakukan kepada remaja putri di SMA X dengan menggunakan dua variabel yang terdiri dari kepercayaan diri sebagai variabel bebas dan *body dissatisfaction* sebagai variabel terikat. Responden pada penelitian ini dipilih dengan metode *cluster random sampling* dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 238 siswi kelas X dan kelas XI dengan rentang usia 15-17 tahun dengan total jumlah responden sebanyak 238 remaja putri. Diperoleh presentase responden kelas X sebesar 52,9% dan presentase kelas XI sebesar 47,1%. Lalu berdasarkan usia diperoleh presentase responden berumur 15 tahun memperoleh 38,2%, usia 16 tahun 42,0%, serta usia 17 tahun memperoleh sebesar 19,7%.

Alat ukur pada penelitian ini menggunakan model skala likert dengan format 4 pilihan dan menghilangkan jawaban netral guna mendapatkan hasil yang lebih akurat dengan bentuk pilihan yang terdiri dari: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Untuk mengukur *body dissatisfaction* menggunakan skala *body dissatisfaction* yang disusun dan dimodifikasi berdasarkan komponen yang dikemukakan oleh Thompson & Berg (2002) yang terdiri dari komponen kognitif, komponen afektif, komponen perilaku, dan komponen ketidakpuasan atau gangguan subjektif, dengan nilai reliabilitas skala *body dissatisfaction* sebesar 0.879. Lalu, kepercayaan diri diukur menggunakan skala kepercayaan diri yang disusun dan dimodifikasi berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Lauster (dalam Ghufon & Risnawita, 2016) yang terdiri dari yakin terhadap kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis dengan nilai reliabilitas sebesar 0.917.

Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis data uji *simple regression* dan untuk menganalisis data statistik regresi, peneliti menggunakan alat bantu yang berupa program *software* SPSS 27.0 for windows.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Uji Asumsi

Pengujian asumsi penelitian dilakukan dengan menggunakan bantuan *software* IBM SPSS versi 27 *for windows*. Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh hasil nilai signifikansi uji normalitas sebesar 0.089 untuk variabel kepercayaan diri dan 0.200 untuk variabel *body dissatisfaction*. Maka dapat disimpulkan bahwa uji asumsi pada penelitian ini terpenuhi dan data terdistribusi normal. Lalu, hasil uji linearitas pada penelitian ini memperoleh hasil signifikansi 0.296. Hal ini menunjukkan bahwa signifikansi  $p > 0.05$  dan dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang bersifat linear antara variabel kepercayaan diri dengan variabel *body dissatisfaction*.

Tabel 1. Hasil Uji Asumsi Penelitian

|            | Uji Normalitas<br><i>Kolmogorov-Smirnov</i>                     | Uji Linearitas<br><i>Deviation form Linierity</i> |
|------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Sig.       | Kepercayaan Diri : 0.089<br><i>Body Dissatisfaction</i> : 0.200 | 0.296                                             |
| Keterangan | Uji asumsi terpenuhi                                            | Uji asumsi terpenuhi                              |

### Kategorisasi

Tabel kategorisasi mengenai kepercayaan diri di bawanh ini menunjukkan nilai skor kategorisasi kepercayaan diri dengan nilai  $x \leq 76$  untuk kategori rendah, untuk kategorisasi sedang  $76 \leq x \leq 100$ , dan kategorisasi tinggi memiliki batas nilai  $x > 100$ . Berdasarkan hasil kategorisasi tersebut, diketahui bahwa sebanyak 8.8% yaitu sebanyak 21 subjek memiliki kepercayaan diri yang rendah. Sedangkan 48.3% yaitu sebanyak 115 subjek memiliki kepercayaan diri ditaraf sedang dan sebanyak 102 atau 42.9% diantaranya memiliki kepercayaan diri pada kategori tinggi.

Tabel 1. Kategorisasi Kepercayaan Diri

| Kategori     | Batas Nilai          | N   | Presentase |
|--------------|----------------------|-----|------------|
| Rendah       | $x \leq 76$          | 21  | 8.8%       |
| Sedang       | $76 \leq x \leq 100$ | 115 | 48.3%      |
| Tinggi       | $x > 100$            | 102 | 42.9%      |
| <b>Total</b> |                      | 238 | 100%       |

Nilai skor kategorisasi *body dissatisfaction* memperoleh nilai  $x \leq 44$  untuk kategori rendah, untuk kategorisasi sedang  $44 \leq x \leq 66$ , dan kategorisasi tinggi memiliki batas nilai  $x > 66$ . Lalu, berdasarkan hasil kategorisasi tersebut diketahui bahwa 24.8% yaitu sebanyak 59 subjek memiliki *body dissatisfaction* yang rendah. Sedangkan 53.4% yaitu sebanyak 127 subjek memiliki *body dissatisfaction* ditaraf sedang dan sebanyak 52 atau 21.8% diantaranya memiliki *body dissatisfaction* pada kategori tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi *Body Dissatisfaction*

| Kategori     | Batas Nilai         | N   | Presentase |
|--------------|---------------------|-----|------------|
| Rendah       | $x \leq 44$         | 59  | 24.8%      |
| Sedang       | $44 \leq x \leq 66$ | 127 | 53.4%      |
| Tinggi       | $x > 66$            | 52  | 21.8%      |
| <b>Total</b> |                     | 238 | 100%       |

Berdasarkan hasil kategorisasi kedua variabel apat disimpulkan bahwa hasil kategorisasi *body dissatisfaction* maupun kepercayaan diri remaja putri di SMA X dominan berada pada kategori sedang.

## Uji Hipotesis

Tabel 3. Uji Hipotesis Penelitian

| Uji Korelasi<br><i>product moment pearson</i> |                      |
|-----------------------------------------------|----------------------|
| Pearson Correlation                           | -0.420               |
| Sig.                                          | <0.001               |
| Keterangan                                    | Uji asumsi terpenuhi |

Berdasarkan uji hipotesis pertama yang dilakukan menggunakan metode korelasi parametrik dengan teknik korelasi *product moment pearson*, telah diperoleh nilai signifikansi sebesar <0.001 yang artinya terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction*. Lalu telah diperoleh nilai *pearson correlation* sebesar -0.420 dan berdasarkan hasil tersebut didapatkan nilai negatif (-) pada nilai koefisien korelasi dan hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* dengan nilai korelasi yang cukup.

Tabel 4. Uji Regresi Anova

| Model      | Sum of Squares | df  | Mean Square | F      | Sig.                 |
|------------|----------------|-----|-------------|--------|----------------------|
| Regression | 7843.611       | 1   | 7843.611    | 50.653 | < 0.001 <sup>b</sup> |
| Residual   | 36544.389      | 236 | 154.849     |        |                      |
| Total      | 44388.000      | 237 |             |        |                      |

Pada hasil analisis data uji regresi mengenai pengaruh kepercayaan diri terhadap *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA X, didapatkan nilai F hitung sebesar 50.653 dengan nilai signifikansi sebesar <0.001 ( $p < 0.05$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh variabel kepercayaan diri terhadap variabel *body dissatisfaction*.

Tabel 5. Model Summary (Sumbangan Efektif)

| Model | R     | R Square | Adjusted Square | R | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------|----------|-----------------|---|----------------------------|
| 1     | 0.420 | 0.177    | 0.173           |   | 12.444                     |

Lalu, didapatkan nilai R Square atau koefisien determinasi yakni sebesar 0.177. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri memberikan pengaruh sebanyak 17.7% terhadap *body dissatisfaction*, sedangkan sisanya di pengaruhi oleh faktor lain diluar dari faktor yang diteliti.

Tabel 6. Hasil Persamaan Regresi

| Model            | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t      | Sig.   |
|------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|--------|
|                  | B                           | Std. Error | Beta                      |        |        |
| (Constant)       | 94.868                      | 5.659      |                           | 16.763 | <0.001 |
| Kepercayaan Diri | -0.417                      | 0.059      | -0.420                    | -7.117 | <0.001 |

Pada hasil dari uji regresi linear sederhana dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh ke arah negatif antara kepercayaan diri dan *body dissatisfaction* dengan nilai signifikansi sebesar <0.001 ( $p < 0.05$ ). Sedangkan, koefisien regresi memperoleh nilai sebesar -0.417. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa koefisien bernilai negatif maka memiliki arti arah hubungan variabel kepercayaan diri dan *body dissatisfaction* memiliki arah yang berlawanan, artinya jika kepercayaan diri meningkat maka akan menurunkan terjadinya *body dissatisfaction* dan hal ini selaras dengan studi terdahulu yang dilakukan Opsiviantoto et al. (2023) menyatakan kedua variabel ini

menunjukkan hubungan yang berlawanan. Dengan kata lain, setiap kenaikan 1% pada variabel kepercayaan diri maka akan menurunkan terjadinya *body dissatisfaction* sebesar 0.417%. Dapat disimpulkan, bahwa semakin tinggi kepercayaan diri maka akan semakin rendah *body dissatisfaction* dan begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan data yang diperoleh dari kuesioner penelitian, terdapat profil responden paling banyak berada pada usia 16 tahun yaitu 100 orang dan pada kelas X yaitu 124 orang. Selain itu, hasil kategorisasi mengenai *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA X dominan berada pada kategori sedang dengan subjek sebanyak 127 subjek. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Santika & Bawono (2022) dengan hasil penelitian bahwa remaja putri dengan usia  $\leq 18$  tahun memiliki ketidakpuasan tubuh dalam kategori sedang. Menurut Safarina & Rahayu (2019) remaja putri memiliki kerentanan yang tinggi untuk mengalami *body dissatisfaction*. Lalu, Phillips (2018) mengemukakan bahwa masalah citra tubuh lebih sering terjadi pada saat remaja, kala individu tersebut mulai membandingkan dirinya dengan teman-temannya. Hal ini sependapat dengan Rahmadiyah et al. (2020) yang menyatakan bahwa remaja putri cenderung memiliki ketidakpuasan terhadap tubuh yang dimiliki.

Hasil kategorisasi dari penelitian ini mengenai kepercayaan diri pada remaja putri di SMA X dominan berada pada kategori sedang dengan subjek sebanyak 115 memiliki kepercayaan diri yang sedang. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Irdil et al. (2017) yang mengungkapkan kondisi kepercayaan diri remaja putri pada umumnya berada pada kategori sedang. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti orang tua, rasa aman, penampilan fisik, dan kesuksesan (Hurlock, 2006) serta aspek-aspek penyusun kepercayaan diri.

Berdasarkan pembahasan mengenai hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa hasil kategorisasi *body dissatisfaction* maupun kepercayaan diri remaja putri di SMA X dominan berada pada kategori sedang. Lalu, berdasarkan hasil survei terdapat faktor lain di dalam ruang lingkup sekolah yang menjadi fokus remaja putri di SMA X sehingga hasil kategorisasi kedua variabel berada di kategori sedang yaitu terdiri dari prestasi akademik yang menjadi urutan pertama, lalu diikuti dengan penyesuaian diri di sekolah, dukungan sosial teman sebaya, hingga keadaan ekonomi. Selain itu, hasil penelitian ini menyatakan bahwa kepercayaan diri menjadi salah satu faktor yang memengaruhi dan menyebabkan terjadinya *body dissatisfaction* dengan memberikan pengaruh sebanyak 17.7%, sedangkan sisanya di pengaruhi oleh faktor lain diluar dari faktor yang diteliti seperti *self-esteem*, adanya keinginan untuk kurus dan berotot, *social comparison*, *self-objectification*, *self-efficacy*, *body appreciation*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA X, yang artinya tujuan dari penelitian ini telah terjawab. Selain itu, hubungan serta pengaruh dengan arah yang negatif dan hal ini dapat dilihat berdasarkan koefisien regresi yang didapat, yaitu bernilai negatif. Dengan demikian semakin tinggi kepercayaan diri maka akan semakin rendah *body dissatisfaction* remaja putri di SMA X. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri maka akan semakin tinggi terjadinya *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA X. Kepercayaan diri mampu memberikan pengaruh sebesar 17.7%, sedangkan sisanya di pengaruhi oleh faktor lain diluar dari faktor yang diteliti seperti *self-esteem*, adanya keinginan untuk kurus dan berotot, *social comparison*, *self-objectification*, *self-efficacy*, *body appreciation*.

Peneliti berharap, penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti selanjutnya dapat meneliti variabel yang sama dengan mengganti subjek penelitian atau karakteristik subjeknya lebih dikerucutkan lagi. Misalnya seperti, remaja putri yang melakukan *workout* atau diet. Saran selanjutnya peneliti tujukan untuk subjek penelitian, yaitu diharapkan remaja putri dapat lebih mencintai apapun keadaan tubuhnya saat ini dan meningkatkan rasa kepercayaan diri terutama mengenai penampilan fisiknya agar menghindari serta meminimalisir terjadinya ketidakpuasan tubuh.

## DAFTAR PUSTAKA

Carvalho, G. X., Nunes, A. P. N., Moraes, C. L., & da Veiga, G. V. (2020). Body image dissatisfaction and associated factors in adolescents. *Ciencia e Saude Coletiva*, 25(7), 2769–

2782. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.27452018>
- Fauziyah, I. (2022). Pengaruh Body Dissatisfaction Terhadap Kepercayaan Diri Pada Anggota Senam Di Sanggar Senam X. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 17(2), 122. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v17i2.4586>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2016). *Teori-teori Psikologis*. AR-RUZZ MEDIA.
- Hartini, H. (2017). Perkembangan Fisik Dan Body Image Remaja. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 27. <https://doi.org/10.29240/jbk.v1i2.329>
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Ifdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(3), 107–113.
- Kearney, A. (2002). Familial Influences on Body Image Development. In *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. The Guilford Press.
- Mardiyanti, R., Fikrulia, P., & Talita, A. A. (2022). Body Dissatisfaction Dan Kepercayaan Diri Pada Siswi Kelas X Smkn 4 Surabaya. *Prosiding Seminar Nasional & Call for Paper "Peran Perempuan Sebagai Pahlawan Di Era Pandemi" PSGESI LPPM UWP*, 9(01), 104–109. <https://doi.org/10.38156/gesi.v9i01.188>
- Marliani, R. (2015). *Psikologi Perkembangan*. CV PUSTAKA SETIA.
- Opsiviantoto, M. B., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2023). Kepercayaan diri pada remaja: Menguji peranan perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 107–116.
- Phillips, K. A. (2018). *Diagnosing and Clinical Assessment in BDD*. From International OCD Foundation. <https://bdd.iocdf.org/professionals/diagnosis/>
- Rahmadiyah, A., Munthe, R. A., & Aiyuda, N. (2020). Social Comparison Dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 11. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i1.8317>
- Ramadhani. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta*, 4, 22–32.
- Safarina, R., & Rahayu, makmuroh sri. (2019). Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet Tidak Sehat Pada Remaja Putri yang Menjadi Member Herbalife di Bandung. *Psikologi*, 1(1), 88–97. <http://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/view/260/241>
- Salsabilla, S. S., & Maryatmi, A. S. (2023). Hubungan Self Esteem Dan Self Acceptance Dengan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri Di SMA BPS&K 1 Jakarta. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3.
- Santika, W., & Bawono, Y. (2022). Ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja perempuan penggemar K-Pop. *Gulawentah: Jurnal Studi Sosial*, 7(1), 46–55. <https://doi.org/10.25273/gulawentah.v7i1.12125>
- Thompson, J. K., & Berg, P. Van Den. (2002). Measuring Body Image Attitudes among Adolescents and Adults. In *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. The Guilford Press.