

Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan Pengguna Tiktok Ditinjau Dari Citra Tubuh

Self-Confidence in Teenage Women Using Tiktok as Wise as Body Image

Eriza Kusuma Diana⁽¹⁾, Nuram Mubina^(2*) & Citra Hati Leometa⁽³⁾

Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia

Disubmit: 15 Agustus 2024; Direview: 02 Oktober 2024; Diaccept: 20 November 2024; Dipublish: 09 Desember 2024

*Corresponding author: nuram.mubina@ubpkarawang.ac.id

Abstrak

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kabupaten Karawang. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif dengan desain asosiatif kausalitas. Teknik pengambilan data menggunakan *non-probability sampling* dengan jenis *convenience sampling*. Populasi dalam penelitian ini merupakan remaja perempuan pengguna TikTok yang tidak diketahui jumlahnya sehingga menggunakan rumus *Lemeshow* dengan jumlah 102 partisipan yang berusia 17-22 tahun. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur citra tubuh, peneliti mengadopsi skala MBSRQ-AS dari Cash, sedangkan untuk mengukur kepercayaan diri menggunakan teori Lauster yang dikonstruksi oleh peneliti. Metode analisis data untuk menguji hipotesis penelitian menggunakan uji regresi linear sederhana untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh. Hasil dari penelitian ini menunjukkan uji regresi linear sederhana dengan hasil nilai sig. $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima. Hasil nilai *R square* sebesar 0,442 dari hasil nilai tersebut maka besar pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri sebesar 44,2% sedangkan 55,8% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri; Citra Tubuh; Remaja Akhir Perempuan; Pengguna TikTok.

Abstract

The aim of this research is to determine the influence of body image on self-confidence among teenage girls who use TikTok in Karawang Regency. This research was conducted using quantitative methods with an associative causality design. The data collection technique uses non-probability sampling with convenience sampling type. The population in this study was an unknown number of teenage girls using TikTok, so the Lemeshow formula was used with a total of 102 participants aged 17-22 years. The measuring tool used in this research was to measure body image, the researcher adopted the MBSRQ-AS scale from Cash, while to measure self-confidence, Lauster's theory was constructed by the researcher. The data analysis method for testing the research hypothesis uses a simple linear regression test to determine whether there is an influence. The results of this research show a simple linear regression test with a sig value. $0.000 < 0.05$, then it can be concluded that H_a is accepted. The resulting *R square* value is 0.442. From these results, the influence of body image on self-confidence is 44.2%, while 55.8% is influenced by other variables or factors that are not the focus of this research.

Keywords: Self-Confidence; Body Image; Female Late Adolescence; TikTok User.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i3.454>

Rekomendasi mensitasi :

Diana, E. K., Mubina, N., & Leometa, C. H. (2024). Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan Pengguna Tiktok Ditinjau Dari Citra Tubuh. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 5 (3): 648-657.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase peralihan di mana individu telah melewati masa kanak-kanak (Putri dkk, 2016). Menurut Mappiare (dalam Fhadila, 2017) rentang usia remaja dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu remaja awal pada usia 12-18 tahun, dan remaja akhir pada usia 17-22 tahun. Remaja saat ini sangat begitu mudahnya beradaptasi terhadap sesuatu yang baru, salah satunya media sosial (Ainiyah, 2018). Media sosial dan segala sesuatu yang berkaitan dengannya telah menjadi elemen penting dalam kehidupan masyarakat modern. Seiring berjalannya waktu, kehadiran media sosial menjadi semakin beragam dan berkembang pesat (Watie, 2016).

Di media sosial, banyak terdapat konten yang menampilkan bentuk sempurna atau ideal yang diinginkan oleh para remaja. Mayoritas masyarakat sudah menggunakan media sosial untuk berinteraksi, mencari informasi, dan mencari hiburan. Beberapa jenis media sosial yang terkenal yaitu Facebook, Twitter (X), Path, YouTube, Instagram, TikTok dan Pinterest. Setiap platform media sosial sudah memiliki keunggulan dan kegunaan masing-masing yang unik (Aristantya & Helmi, 2019).

TikTok yaitu sudah masuk kategori sebagai aplikasi terbaik di *playstore* yang dipunyai oleh Google pada tahun 2018. TikTok juga dinobatkan sebagai aplikasi yang sangat menghibur dalam kategorinya (Adawiyah, 2020). Lebih dari 13 juta orang di Indonesia menggunakan TikTok, dengan mayoritas usia 18 hingga 24 tahun. Pengguna aplikasi TikTok rata-rata masih duduk dibangku sekolah maupun perkuliahan (Mahmudah & Purnamasari, 2023).

TikTok memberi remaja kesempatan untuk membuat konten secara bebas. Hal yang membedakan TikTok dari media sosial lainnya adalah efek filter, yang disukai pengguna karena membuat pengguna merasa lebih percaya diri ketika mereka membuat video konten edukasi, konten *review*, konten interaksi, foto, video, atau *vlog*. Efek filter membuat pengguna merasa lebih percaya diri ketika mereka membuat video di aplikasi TikTok (Wea dkk., 2022).

TikTok terdaftar ke-10 dari data media *network* ialah aplikasi paling banyak diunduh di Indonesia. TikTok telah terbukti sangat disukai oleh remaja di Indonesia, menurut data dari *Business of Apps* pengguna paling banyak terdiri dari usia 18 hingga 24 tahun, yang mencapai 34,9%, dan juga terdiri dari remaja usia 13 hingga 17 tahun, yang mencapai 14,4%. Menurut gender, pengguna perempuan lebih banyak, sebesar 55%, dan pengguna laki-laki lebih sedikit, sebesar 43%.

Berdasarkan hasil data survei pra-penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 11 Desember 2023 melalui *google form*, pada perempuan remaja akhir pengguna TikTok yang berdomisili di Kabupaten Karawang, terdapat 46 responden, terdapat 34 remaja perempuan dan 12 orang laki-laki. Hasil data tersebut terdapat responden 100% menjawab merasa senang ketika mengunggah video di aplikasi TikTok dan 100% menjawab merasa senang apabila video yang diunggah pada aplikasi TikTok mendapatkan *like*. Penelitian juga melakukan wawancara kepada salah satu remaja perempuan pengguna TikTok di Kabupaten Karawang yang berusia 20 tahun, remaja tersebut mengatakan bahwa

dirinya ingin selalu mengikuti trend yang sedang viral pada aplikasi TikTok, selalu merasa semakin percaya diri, senang jika mendapatkan *like* dan komentar dari pengguna TikTok lain, namun ketika dirinya melihat postingan di TikTok yang menunjukkan postur tubuh yang ideal terkadang merasa kurang percaya diri.

Rasa percaya diri sudah ditanamkan pada setiap individu, tetapi beberapa orang mungkin tidak memilikinya. Selain itu, rasa percaya diri yang dimiliki seorang remaja adalah tanda kecerdasan emosional, yang berkaitan dengan kemampuan untuk mengidentifikasi keunggulan dan kelemahan diri sendiri, pada rasa percaya diri (Handayani, 2018). Memiliki rasa percaya diri adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dalam setiap keadaan, termasuk berpikir positif, pantang menyerah, dan percaya diri. Rasa percaya diri ini berasal dari keyakinan bahwa mereka memiliki kemampuan guna mengatasi tantangan yang muncul (Lusiawati, 2019). Percaya diri adalah suatu perasaan yang membuat seseorang merasa baik tentang dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya (Habibah & Dewi, 2019). Menurut Weinber dan Gould (dalam Setyawati, 2014) mengungkapkan bahwa rasa percaya diri berikan dampak positif pada konsentrasi, target, upaya, strategi serta momentum.

Menurut Lauster (dalam Kurniawan dkk., 2023), kepercayaan diri ialah keyakinan pada kemampuan individu, yang mencegah kecemasan saat bertindak dan memungkinkan kebebasan untuk melakukan hal-hal yang disukai. Adapun menurut Fatimah (dalam Ifdil dkk., 2017) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif individu yang

memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Sedangkan menurut Hakim (dalam Pratiwi & Laksmiwati, 2016) kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Menurut Lauster (dalam Sungkar & Partini, 2015) mengemukakan aspek-aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan akan kemampuan diri ialah individu memiliki sikap positif tentang dirinya bahwa ia mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukan, optimis ialah individu memiliki sikap positif yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan, dan kemampuan, objektif ialah individu memiliki sikap yang memandang permasalahan ataupun segala sesuatu sesuai dengan kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri benar, bertanggung jawab ialah kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya, rasional dan realistis ialah kemampuan menganalisa suatu masalah, sesuatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan. Adapun aspek menurut Anthony (dalam Deni & Ifdil, 2016) aspek kepercayaan diri antara lain yaitu rasa aman, ambisi normal, yakin pada kemampuan diri, mandiri dan optimis.

Menurut Lilishanty dan Maryatmi (dalam Dianningrum & Satwika, 2021) faktor yang dapat memengaruhi kepercayaan diri yaitu pola asuh dikarenakan pola asuh ini melatih kemandirian dan tanggung jawab, jenis kelamin karena perempuan dipandang kurang percaya diri, pendidikan karena seseorang akan menjadi lebih optimis jika mereka berpendidikan tinggi, penampilan fisik karena orang yang menarik pada umumnya diperlakukan lebih baik, salah satu hal yang berkaitan dengan penampilan fisik adalah citra tubuh yang meningkatkan rasa percaya diri seseorang.

Penampilan fisik yang sangat berpengaruh terhadap rasa percaya diri didasari oleh bagaimana seseorang melihat kondisi fisik berupa bentuk tubuh atau berat badan yang dimilikinya dan bagaimana seseorang menilai fisik yang dimilikinya dan bentuk seperti apa yang diinginkannya (Annisa dkk., 2023). Sehingga penampilan fisik seseorang dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu, karena terkait dengan gambaran tubuh yang dimiliki oleh individu itu sendiri (Dianningrum & Satwika, 2021). Kondisi fisik yang dikuasai seseorang memiliki pengaruh terhadap kondisi psikisnya, semacam kepercayaan diri, karena banyak remaja yang kurang percaya diri terhadap bentuk tubuhnya (Salamah dkk., 2022).

Masa remaja juga mempunyai tujuan perkembangan, salah satunya ialah mendapatkan bentuk fisik yang baik (Aristantya & Helmi, 2019). Ketidakpuasan remaja terhadap penampilan fisiknya, hanya sedikit remaja yang benar-benar terlibat dalam aktivitas pengembangan tersebut, salah satu tema berarti dalam kehidupan remaja adalah penampilan fisik

(Kurniawan dkk., 2023). Penilaian individu terhadap dirinya sendiri mengenai penampilan fisiknya disebut dengan citra tubuh. Masa remaja akan sangat mempengaruhi individu dalam membangun citra tubuhnya, hal tersebut dikarenakan pada masa ini remaja mengalami banyak perubahan (Dianningrum & Satwika, 2021).

Menurut Cash dan Pruzinky (dalam Brilliant dkk., 2023), citra tubuh ialah representasi psikologis dari tubuh yang melingkupi metode penglihatan ataupun anggapan mengenai perasaan, benak, penampilan dan fungsi tubuh. Citra tubuh dibagi menjadi kategori positif dan negatif berdasarkan cara seseorang melihatnya. Adapun menurut Thompson (dalam Habibah & Dewi, 2019) mengatakan bahwa tingkat citra tubuh seseorang tercermin dari seberapa puas individu tersebut terhadap tubuh dan penampilan fisiknya secara keseluruhan.

Menurut Cash dan Pruzinsky (dalam Dianningrum & Satwika, 2021) mengemukakan aspek-aspek citra tubuh yaitu evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*), kecemasan akan kegemukan (*overweight occupation*), pengelompokan ukuran tubuh (*self-classified weight*). Adapun aspek menurut Thompson (dalam Lilishanty & Maryatmi, 2019) ada tiga aspek citra tubuh yaitu persepsi terhadap bagian tubuh serta penampilan secara keseluruhan, aspek perbandingan dengan orang lain dan aspek sosial budaya.

Kebanyakan remaja perempuan mendeskripsikan tubuhnya berdasarkan gambaran tubuh ideal yang diciptakan masyarakat (Tiara & Durahman, 2014).

Perempuan melihat tubuh ideal di sosial media ketika melihat perempuan dengan tubuh langsing mengunggah video atau foto, membuat mereka percaya bahwa perempuan cantik hanya karena memiliki tubuh yang proporsional (Colidah, 2015). Munculnya penilaian pada remaja perempuan mengenai standar ideal bentuk tubuh yang harus dimiliki, membuat sebagian besar remaja perempuan merasa kurang percaya diri (Purwati dkk., 2023). Sehingga membuat remaja perempuan semakin memperhatikan bentuk tubuhnya dan menyibukkan diri untuk kepuasan akan penampilannya (Syalsadila & Nawangsih, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahma dan Qodariah (2022), mengungkapkan bahwa media sosial terutama aplikasi TikTok seringkali membuat individu merasa lebih percaya diri untuk menampilkan bentuk tubuhnya untuk terlihat menarik. Penelitian tersebut membuktikan bahwa terdapat pengaruh positif, untuk besar pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri sebesar 80,7%. Adapun penelitian yang dilakukan Mulyana dkk., (2022) mengungkapkan bahwa citra tubuh yang dimiliki oleh seseorang yaitu memiliki pengaruh terhadap kondisi psikisnya seperti kepercayaan diri. Pada penelitian yang dilakukan, memiliki pengaruh yang positif dan koefisien, besarnya pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri yakni 35,8%. Maka semakin positif citra tubuh yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki siswa. Sebaliknya, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki siswa.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kabupaten Karawang. Hipotesis penelitian ini adalah apabila H_0 diterima maka ada pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kabupaten Karawang. Sedangkan apabila H_0 diterima maka tidak ada pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kabupaten Karawang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah kausal asosiatif, menurut Azwar (2021) kausalitas untuk menyimpulkan apakah ada hubungan kausal (sebab-akibat) antara variabel independen dan variabel dependen. Tujuan pada penelitian ini ingin mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kabupaten Karawang.

Pada penelitian ini, partisipan yang digunakan sebanyak 102 partisipan, dengan karakteristik yaitu remaja perempuan dengan usia 17-22 tahun yang memiliki akun TikTok, serta berdomisili di Kabupaten Karawang. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* dengan jenis *convenience sampling*. Sugiyono (2019) menjelaskan *convenience sampling* yaitu pengambilan sampel berlandaskan pada ketersediaan elemen dan menggunakan rumus perhitungan dari Lemeshow dengan taraf kesalahan 5% yaitu 96 partisipan, karena jumlah partisipan sulit diketahui dengan pasti.

Penelitian ini menggunakan instrumen pengukuran dua skala kepercayaan diri dan citra tubuh, pengukuran skala kepercayaan diri melalui konstruksi tes sebanyak 23 aitem menggunakan teori dari Lauster (dalam Sungkar & Partini, 2015) yang mengukur aspek-aspek seperti keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Skala penelitian ini menggunakan *likert* dengan lima alternatif respon, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Contoh aitem pada skala kepercayaan diri yaitu "Saya memahami kelebihan dan kekurangan yang saya miliki" dan "Saya merasa bahwa diri saya tidak memiliki kemampuan apapun". Dengan nilai validitas melalui uji *corrected item* sebesar 0,102-0,722, dan nilai koefisien reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0,868. Sehingga alat ukur dikatakan layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.

Kemudian untuk mengukur skala citra tubuh, peneliti mengadopsi MBSRQ-AS dari Cash yang dikembangkan oleh Khairani dkk., (2019), terdiri dari 9 aitem. Penelitian ini terdapat dua aspek yaitu evaluasi penampilan dan kepuasan terhadap penampilan. Skala penelitian ini menggunakan *likert* dengan lima alternatif respon, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Contoh aitem pada skala citra tubuh yaitu "Saya menyukai semua bagian tubuh saya" dan "Saya tidak percaya diri dengan bentuk tubuh saya". Sehingga alat ukur dikatakan layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan dalam penelitian ini adalah 102 remaja perempuan dengan usia kronologis 17 hingga 22 tahun yang berdomisili di Kabupaten Karawang. Pada penelitian ini terdapat 22 partisipan (21,6%) berusia 17 tahun, 24 partisipan (23,5%) berusia 18 tahun, 16 partisipan (15,7%) berusia 19 tahun, 6 partisipan (5,9%) berusia 20 tahun, 21 tahun sebanyak 15 (14,7%) dan usia 22 tahun 19 (18,6%).

Berikut ialah data demografi partisipan dapat dilihat pada tabel:

Tabel 1. Data Demografi

Data demografi		Frekuensi	persentase
Lama menggunakan TikTok	1-2 jam/hari	34	33,3%
	3-5 jam/hari		
	>5 jam/hari	40	39,2%
Usia		28	27,5%
	17 Tahun	22	21,6%
	18 Tahun	24	23,5%
	19 Tahun	16	15,7%
	20 Tahun	6	5,9%
	21 Tahun	15	14,7%
	22 Tahun	19	18,6%

Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program SPSS *statistic version 27*. Data dapat dikatakan memiliki sebaran data normal jika nilai signifikansinya ($p > 0,05$) maka data berdistribusi normal, dan hasil uji normalitas penelitian ini ditunjukkan pada tabel:

Tabel 3. Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		102
Normal	Mean	.0000000
Parameters ^{a,b}	Std. Deviation	9.38189713
Most Extreme	Absolute	.071
Differences	Positive	.071
	Negative	-.059
Test Statistic		.071
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan pada tabel diatas diketahui bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) nya adalah 0,200 dengan demikian berarti nilai signifikansi data tersebut berada diatas

nilai 0,05, sehingga dapat dinyatakan data tersebut berdistribusi normal.

Uji linearitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode uji ANOVA. Perhitungan uji linearitas penelitian ini dengan bantuan SPSS *statistic version 27* dengan ketentuan jika nilai linearity sig. > 0,05 dapat dikatakan linear dan hasil uji linearitas penelitian ini ditunjukkan pada tabel:

Tabel 4. Uji Linearitas

			F	Sig.
Citra tubuh Kepercayaan Diri	Between Groups	(combined) Linearity	4.005	.000
		Deviation from Linearity	85.88	.000
			1.276	.201

Hasil uji linearitas diperoleh nilai sig. *deviation from linearity* sebesar 0,201 maka lebih besar dibandingkan nilai signifikansi 0,05, maka data tersebut dapat disimpulkan yaitu dua variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri memiliki hubungan yang linier.

Melalui uji normalitas dan uji linearitas dapat diketahui bahwa data berdistribusi normal dan linear. Karena itu, dilakukan pengujian uji hipotesis dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji regresi linear sederhana.

Tabel 5. Uji Hipotesis Regresi Linear Sederhana

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	T	
1 (Constant)	40.312	3.905		10.324	.000
Citra Tubuh	1.099	.123	.665	8.906	.000

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

Membuktikan bahwa terdapat hasil nilai sig. $0.000 < 0.05$ maka hasil uji hipotesis penelitian ini dapat disimpulkan Ha diterima, artinya ada pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen pada remaja perempuan pengguna TikTok. Berdasarkan tabel diatas maka persamaan fungsi uji regresi linear

seederhana adalah $Y = 40.312 + 1.099X$, dan konstanta sebesar 40.312. Hal ini menunjukkan nilai positif apabila citra tubuh itu konstanta atau tetap maka kepercayaan diri sebesar 40.312. kemudian apabila citra tubuh meningkat 1 satuan maka kepercayaan diri akan mengalami peningkatan sebesar 51.411.

Tabel 5. Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.665 ^a	.442	.437	9.429

a. Predictors: (Constant), Citra Tubuh

Pada tabel diatas menunjukkan nilai (*R square*) sebesar 0,442 maka menunjukkan bahwa pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri remaja perempuan pengguna TikTok yaitu sebesar 44,2% sedangkan sisanya 55,8% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini.

Tabel 6. Uji Kategorisasi Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri

Variabel	Kategori	Frekuensi
Citra Tubuh	Negatif	13
	positif	89
	Total	102
Kepercayaan Diri	Rendah	49
	Tinggi	53
	Total	102

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil kategorisasi diketahui bahwa sebagian besar citra tubuh remaja perempuan di Kabupaten Karawang pada kategori positif sebanyak 89 orang dengan persentase 87,3%, artinya citra tubuh remaja perempuan di Kabupaten Karawang sebagian besar yaitu mengalami citra tubuh positif. Menurut Hasmalawati (2017) citra tubuh positif berarti remaja yang telah menerima kondisi fisiknya akan merawat tubuhnya dengan baik dan dapat dikategorikan sebagai remaja yang memiliki citra tubuh positif. Karena citra tubuh positif yang dimiliki remaja membentuk rasa menerima dirinya sendiri dengan apa adanya.

Pada hasil uji kategorisasi kepercayaan diri remaja perempuan di Kabupaten Karawang menunjukkan pada kategori tinggi sebanyak 53 dengan persentase 52%, artinya kepercayaan diri remaja perempuan di Kabupaten Karawang sebagian besar yaitu mengalami kepercayaan diri tinggi. Menurut Kholidin (2018) individu yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan memperlihatkan perilaku yang nyaman bagi dirinya, karena individu tersebut tidak memiliki keraguan tentang kemampuan ataupun keraguan tentang pengetahuan yang dimilikinya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kabupaten Karawang. Setelah data terkumpul dilakukan uji hipotesis, berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis uji regresi linier sederhana didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang mana menunjukkan adanya pengaruh positif apabila semakin tinggi citra tubuh maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok, sebaliknya jika semakin rendah citra tubuh maka akan semakin rendah kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syalsadila dan Nawangsih (2022) yang menunjukkan bahwa citra tubuh secara signifikan memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri dengan arah pengaruh positif dan koefisien, artinya remaja putri pengguna TikTok dapat menerima dan menghargai bentuk tubuh alami yang dimiliki, merasa nyaman dan percaya diri dengan bentuk tubuh, tidak menghabiskan banyak waktu untuk mengkhawatirkan tentang berat

badan atau bentuk tubuh, menerima dan menghargai perbedaan tubuh.

Berkaitan dengan nilai koefisien determinasi atau R^2 dalam penelitian ini menghasilkan nilai sebesar 0,442 dalam persentase sebesar 44,2% dapat diketahui bahwa citra tubuh memiliki pengaruh sebesar 44,2% terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok sedangkan sisanya sebesar 55,8% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini. Salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri menurut Syazaid dkk. (2023) yaitu penampilan fisik atau bentuk tubuh seseorang merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri. Adapun penjelasan dari Handayani (2018) mengungkapkan bahwa banyak faktor yang membuat remaja merasa percaya diri, yaitu salah satunya citra tubuh. Penelitian dari Nuralifah dkk. (2022) mendukung hal ini, yang mengungkapkan bahwasannya citra tubuh dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri terutama yaitu pada remaja.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Ha diterima maka ada pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kabupaten Karawang. Semakin positif citra tubuh maka semakin tinggi kepercayaan diri remaja perempuan pengguna TikTok, sebaliknya jika semakin negatif citra tubuh maka semakin rendah kepercayaan diri remaja perempuan pengguna TikTok di kabupaten Karawang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, D. P. R. (2020). Pengaruh penggunaan aplikasi tiktok terhadap kepercayaan diri remaja di kabupaten sampang. *Jurnal komunikasi*, 14(2), 135-148. <https://doi.org/10.21107/ilkom.v14i2.7504>
- Afzalia, L., Sari, K., Sari, N., & Viridanda, W. Y. (2020). Perbedaan citra tubuh pada wanita memiliki anak dan tidak memiliki anak. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 6(2), 81-90. <http://dx.doi.org/10.22373/equality.v6i2.7921>
- Ainiyah, N. (2018). Remaja millennial dan media sosial: media sosial sebagai media informasi pendidikan bagi remaja millennial. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, 2(2), 221-236.
- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(4).
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra tubuh pada remaja pengguna instagram. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 114-128. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- Azwar, S. (2021). Metode penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Brilliant, A. A., & Karyani, U. (2023). Hubungan antara citra tubuh dengan depresi pada mahasiswa pengguna media sosial ditinjau dari jenis kelamin. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). 1-16.
- Cholidah, L. I. (2015). Citra tubuh ideal perempuan dalam iklan televisi. *Anida (Aktualisasi Nuansa Ilmu Dakwah)*, 14(2).
- Dianningrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 194-203.
- Fhadila, K. D. (2017). Menyikapi perubahan perilaku remaja. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 2(2), 16-23. <https://doi.org/10.29210/02220jpgi0005>
- Habibah, S. N., & Dewi, A. P. (2019). Citra diri guna membangun kepercayaan diri pada remaja. In *Prosiding Seminar Nasional LP3M*. Vol. 1, 212-215.
- Handayani, A. T. (2018). Hubungan body image dan imaginary audience dengan kepercayaan diri pada remaja di SMA Panca Budi Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(1), 319-324. <https://doi.org/10.32696/jp2sh.v3i1.94>
- Hasmalawati, N. (2018). Pengaruh citra tubuh dan perilaku makan terhadap penerimaan diri pada wanita. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(2), 107-115. <http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i2.1892>
- Kurniawan, A., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2023). Hubungan body image dengan kepercayaan diri pada korban body shaming pengguna instagram. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 18(1), 1-9. <http://dx.doi.org/10.30587/psikosains.v18i1.5308>
- 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. *Ikra-lth Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 3(1), 1-8.
- Lusiawati, I. (2019). Membangun optimisme pada seseorang ditinjau dari sudut pandang psikologi komunikasi. *Jurnal TEDC*, 10(3), 147-151.
- Mahmudah, N., & Purnamasari, D. (2023). Pengaruh konten seleb tiktok terhadap tingkat stres dan tingkat kepercayaan diri. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 5154-5165. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11825>
- Mubarokah, T. H. (2023). Pengaruh body image terhadap kepercayaan diri remaja putri. *Rosyada: Islamic Guidance and Counseling*. 4(1), 12-23. <https://doi.org/10.21154/rosyada.v4i1.5164>
- Muyana, S., Salamah, DGM, Hestiningrum, E., & Barida, M. (2022). Pengaruh body image terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 8 (1). <https://doi.org/10.24176/jkg.v8i1.6848>
- Novitasari, T. N., & Setyawati, S. P. (2023, August). Penggunaan aplikasi Tiktok dalam mengembangkan rasa percaya diri. In *Prosiding Semdikjar (Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran)*. Vol. 6. 314-321.
- Pratiwi, I. D., & Laksmiwati, H. (2016). Kepercayaan diri dan kemandirian belajar pada siswa sma negeri æx. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(1), 43-49.
- Purwati, A. E., Asmarani, S. U., & Dewi, S. W. R. (2023). Dampak media sosial terhadap body image remaja putri. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 553-568. <https://doi.org/10.22487/preventif.v1>
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Prosiding Ks*, 3(1).

- Saputri, M. A., & Herdajani, F. (2023). Hubungan antara citra tubuh dan konsep diri dengan kepercayaan diri mahasiswi fakultas ilmu komunikasi angkatan 2021 Universitas Persada Indonesia YAI. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(3), 38-45.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Setyawati, H. (2014). Strategi intervensi peningkatan rasa percaya diri melalui imagery training pada atlet wushu jawa tengah. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 1(1), 48-59.
<https://doi.org/10.15294/jpehs.v1i1.3012>
- Syalsadila, D. A., & Nawangsih, E. (2022). Pengaruh body image terhadap self Confidence pada remaja putri pengguna Tiktok. In *Bandung Conference Series: Psychology Science*. 2(2). 326-334).
<https://doi.org/10.29313/bcpsps.v2i3.3022>
- Syazaid, A., Vina, E. M. Z., Debby, D. H. G., Shofiyyah, H., Fairuz, F. M. J., Dini, S. D. Z., & Izzati, I. N. (2023). Pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja putri. *Journal of Communication and Social Sciences*, 1(2), 66-71.
- Tiara, C., & Durahman, D. H. (2014). Citra tubuh dan bentuk tubuh perempuan ideal di masyarakat. *Visual Art*, 2(1), 180221.
- Watie, E. D. S. (2016). Komunikasi dan media sosial (communications and social media). *Jurnal The Messenger*, 3(2), 69-74.
<http://dx.doi.org/10.26623/themessenger.v3i2.270>
- Wea, M., Letuna, M. A., & Leuape, E. S. (2022). Aplikasi tik tok sebagai ajang ekspresi diri. *Deliberatio: Jurnal Mahasiswa Komunikasi*, 2(2), 244-261.