

HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA PESERTA *FITNESS* DI GHANI *FITNESS*

(2016)

Poltak Maruli Immanuel Gultom

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan citra tubuh dengan kepercayaan diri. Penelitian ini berjenis *correlational research* untuk melihat hubungan citra tubuh dengan kepercayaan diri pada peserta *fitness* di Ghani *Fitness*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 100. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan alat ukur *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* dan alat ukur kepercayaan diri yang dikembangkan oleh M. Irsyad Harki (Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I). Metode pengolahan analisis data dalam pengujian hipotesis menggunakan teknik korelasi *Pearson/product moment*. Hasil penelitian yang diperoleh dari analisis korelasi yaitu, terdapat hubungan yang signifikan, dengan nilai $p < 0,05$ yaitu $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada peserta *fitness*.

Kata kunci : Citra tubuh, kepercayaan diri, peserta *fitness*.

Relationship Body Image with Self-Confidence on Fitness Participants

(2016)

Poltak Maruli Immanuel Gultom

ABSTRACT

This study was conducted to determine the relationship of body image with self-confidence. This research was correlational research to look at the relationship on body image with self-confidence on fitness of participants in Ghani Fitness. The sample used in this study amounted to 100. Sampling using purposive sampling technique. Collecting data using measuring devices Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire and measuring confidence developed by M. Irshad Harki (Psychology, University of Indonesia YAI Persada). Processing methods of data analysis in hypothesis testing using Pearson correlation technique / product moment. The results obtained from the analysis of the correlation that is, there is a significant correlation, with a value of $p < 0.05$ is $0.000 < 0.05$ then H_0 is rejected and H_a accepted. Thus it can be concluded that there is a significant relationship between body image confidence in the fitness participants.

Keywords : Body image, self-confidence, fitness participants