**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN CITRA TUBUH PADA**

**LAKI – LAKI MASA REMAJA AKHIR DI YOGYAKARTA**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN HARGA DIRI AND CITRA TUBUH OF***

***MALE ADOLESCENTS IN YOGYAKARTA***

**Isfandiya Maulidina1**

12Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[12maulidinaisfandiya@gmail.com](mailto:12maulidinaisfandiya@gmail.com)

**Abstrak**

Citra tubuh adalah sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif pada dirinya sendiri. Harga diri adalah sikap positif atau negatif terhadap objek tertentu, yaitu diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan citra tubuhpada laki – laki masa remaja akhir di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan ada hubungan positif antara harga diridengan citra tubuh pada laki – laki masa remaja akhir di Yogyakarta. Subjek penelitian melibatkan 118 remaja di Yogyakarta dengan rentang usia 18-22 tahun. Pengumpulan data menggunakan skala harga diridan citra tubuh. Metode analisis data menggunakan analisis korelasi *Product Moment* dari Pearson. Hasil analisis diperoleh **(rxy) = 0,522.** Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara harga diridengan citra tubuh pada laki – laki masa remaja akhir di Yogyakarta. Koefisien determinasi (R²) yang diperoleh sebesar 0,272 yang berarti variabel harga diri memberikan sumbangan terhadap citra tubuh sebesar 27,2% dan sisanya 72,8% disebabkan oleh faktor lain.

**Kata Kunci: Citra Tubuh*,* Harga Diri*,* Remaja akhir laki – laki**

***Abstract***

*Citra tubuh is the attitude that a person has towards his body which can be in the form of a positive or negative assessment of himself. Harga diri is a positive or negative attitude towards a particular object, namely oneself. This study aims to determine the relationship between self-esteem and citra tubuh in men in late adolescence in Yogyakarta. The proposed hypothesis is that there is a positive relationship between self-esteem and citra tubuh in men in late adolescence in Yogyakarta. The research subjects involved 118 adolescents in Yogyakarta with an age range of 18-22 years. Collecting data using a scale of self-esteem and citra tubuh. The data analysis method uses Pearson's Product Moment correlation analysis. The results of the analysis obtained* ***(rxy) = 0.522 .*** *This indicates that there is a positive relationship between self-esteem and citra tubuh in men in late adolescence in Yogyakarta. The coefficient of determination (R²) obtained is 0.272, which means that the self-esteem variable contributes to citra tubuh of 27.2% and the remaining 72.8% is caused by other factors.*

***Keywords: Citra tubuh, Harga diri, Male Adolescent***

**PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan suatu periode transisi diantara masa kanak-kanak dan dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Tugas utama dari masa remaja adalah persiapan menuju kedewasaan (Santrock, 2014). Santrock (2007) menyatakan bahwa masa remaja dimulai pada usia 10 sampai dengan usia 13 tahun dan akan berakhir hingga usia 18 tahun sampai dengan usia 22 tahun. Pada umumnya remaja yang tergolong pada masa remaja akhir akan cenderung berada dalam keaadan labil serta emosional, dikarenakan remaja mengalami banyak perubahan – perubahan yang berlangsung secara cepat.

Perubahan fisik yang terjadi pada remaja akhir merupakan perubahan yang paling terlihat dan merupakan salah satu sumber permasalahan utama yang terjadi pada remaja (Lintang, Ismanton, & Onibala ,2015). Remaja akan cenderung dituntut untuk dapat melewati semua tugas perkembangan dengan menerima kondisi fisiknya serta dapat memanfaatkan tubuhnya secara efektif (Rahmania & Yuniar,2012). Santrock (2003) menjelaskan bahwa pada masa remaja, banyak remaja yang disibukkan dengan bentuk tubuhnya dengan mengembangkan gambaran individual mengenai tubuh mereka. hal ini sejalan. Hurlock (1980) yang menjelaskan bahwa pada masa remaja terjadi perubahan fisik yang berlangsung dengan cepat diiringi dengan sikap dan perilaku yang mengalami perubahan. Seharusnya remaja memiliki citra tubuh yang positif yaitu berupa evaluasi dan persepsi positif terhadap ukuran dan bentuk tubuh serta merasakan kenyamanan dengan kondisi fisiknya. Hal ini diwujudkan dengan menghargai tubuhnya dan merasa bangga serta merasa percaya diri dengan kondisi tubuhnya saat ini (Alidia, 2018). Para remaja mengembangkan gambaran pribadi tentang bagaimana bentuk tubuh mereka, dimana hal tersebut terkait erat dengan citra tubuh*.* Citra tubuh merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki oleh seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian yang positif atau negatif pada dirinya (Rombe, 2014).

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002)citra tubuhmerupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif pada dirinya sendiri. Menurut Denich dan Ifdil (2015*)* citra tubuh adalah gambaran persepsi diri seseorang mengenai yang tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan terhadap tubuhnya baik dalam hal berat ataupun dalam bentuk tubuh yang didasarkan pada persepi – persepsi orang lain dan seperti apa mereka harus menyesuaikan persepsi itu. Selanjutnya, Cash dan Pruzinsky (2002) menjelaskan bahwa terdapat lima aspek yang dapat mempengaruhi pengukuran citra tubuh, (1) *Apperance Evaluation* (Evaluasi Penampilan), (2) *Apperance Orientation* (Orientasi Penampilan), (3) *Body Areas Statisfacion* (Kepuasan terhadap Bagian Tubuh), (4) *Overweigh Precution* (Kecemasan Menjadi Gemuk), (5) *Self-Clasified Weight* (Persepsi terhadap Ukuran Tubuh).

Penelitian yang dilakukan Nurvita dan Handayani (2015) menunjukkan hasil bahwa sebanyak 29,27% atau 12 subjek memiliki citra tubuh rendah, yang menunjukkan bahwa subjek memiliki *citra tubuh* negatif. Subjek yang memiliki citra tubuh negatif lebih banyak dibandingkan hanya 3 subjek yang memiliki citra tubuh positif dengan persentase sebesar 7,32%. Kemudian, Hasil penelitian dari rumah sakit di Boston, Dr Alison Field bersama rekan-rekannya melakukan survei yang menyebutkan bahwa pria yang sudah memasuki usia 15-21 tahun ternyata juga tidak luput dari rasa minder akan tubuhnya sendiri. Survei menunjukan bahwa sebanyak 9,2% pria lebih peduli pada otot-ototnya, dibandingkan dengan 2,5% pria yang khawatir tentang berat badannya, dan 6,3% terkait dengan keduanya (Prawira, 2013).

Menurut Solistiawati dan Novendawati (2015) menyatakan bahwa perubahan fisik yang terjadi pada remaja membuat remaja lebih memperhatikan penampilan fisiknya. Menurut McCabe (dalam Ganeçwari & Wilani, 2019) berpendapat bahwa pada jaman sekarang banyak remaja laki – laki yang termotivasi untuk dapat memiliki fisik sesuai yang diinginkan dan remaja akhir laki – laki umumnya memiliki konsep tubuh yang ideal yaitu memiliki tubuh yang berisi, berdada bidang dan memiliki biseps yang menonjol. Hal ini sejalan dengan pendapat Ferdyan (2016) yang menyatakan bahwa kurang terbukanya pria mengenai rasa tidak kepercayaan diri terhadap bentuk tubuhnya dapat mempengaruhi kondisi psikisnya seperti munculnya pemikiran negatif yang menimbulkan kecemasan terhadap bagaimana penilaian orang lain tentang bentuk tubuhnya. Cash dan Pruzinsky (2002) menjelaskan bahwa secara historis, rasa malu dan takut dengan penghinaan publik akan meningkat pada laki - laki yang tidak merasa puas dengan bentuk tubuhnya, sehingga banyak laki - laki yang rentan terhadap berbagai kekhawatiran tentang berat badan daripada perempuan, karena idealnya laki – laki bercita-cita jauh lebih kompleks, seperti keinginan mengubah berat badan yang difokuskan dengan bentuk tubuh yang berotot. Sehingga penelitian mengenai citra tubuh menjadi penting dilakukan, karena Cash dan Pruzinsky (2002) juga menjelaskan bahwa citra tubuh yang positif akan memfasilitasi kepercayaan dan kenyamanan sosial, sedangkan citra tubuhnegatif akan menyebabkan hambatan dan kecemasan sosial, rasa minder, serta dapat melakukan olahraga ataupun makan yang berlebihan.

Pada beberapa hasil penelitian didapatkan faktor – faktor yang mempengaruhi citra tubuh yaitu penelitian dilakukan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) menemukan sosialisasi kebudayaan, pengalaman-pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian, sedangkan Melliana (dalam Ramandai, Akbar & Kusuma, 2019) menemukan harga diri*,* perbandingan dengan orang lain, keluarga, dan hubungan interpersonal. Pada penelitian ini peneliti memfokuskan kajiannya pada faktor harga diri yang mampu mempengaruhi citra tubuhkarena harga diri merupakan salah satu dari faktor kepribadian yang dikemukan oleh Cash & Purzinky (2002) yang menyatakan bahwa harag diri yang positif dapat memfasilitasi pengembangan evaluasi positif tubuh seseorang dan berfungsi sebagai penyangga terhadap peristiwa yang mengancam citra tubuh seseorang. Sebaliknya, harga diri yang buruk dapat meningkatkan kerentanan citra tubuh seseorang. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Khaira (2018) mengenai hubungan antara harga diri dengan citra tubuh didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dan citra tubuh pada remaja laki - laki.

Rosenberg (dalam, Mruk,2006) mengatakan bahwa harga diri adalah sikap positif atau negatif terhadap objek tertentu, yaitu diri. Menurut Refnadi (2018) harga diri adalah penilaian seseorang secara umum terhadap dirinya sendiri. Dapat berupa penilaian negatif maupun penilaian positif yang pada akhirnya menghasilkan perasaan keberhargaan diri dalam menajalani kehidupan, sedangkan menurut Nurvita dan Handayani (2015*)* harga diri adalah penilaian seseorang mengenai bagaimana individu tersebut dapat menghargai serta menilai dirinya secara keseluruhan dan adanya sikap positif atau negatif terhadap segala sesuatu yang berikaitan dengan dirinya. Rosenberg (Tafarodi & Milne, 2002) menjabarkan harga diri kedalam dua aspek yaitu, (1) *self-competence* (kompetensi diri) merujuk pada penilaian pengalaman diri sendiri bahwa diri mampu memiliki potensi, efektif dan dikontrol serta diandalkan dan (2) *self-liking* (keinginan sendiri) merujuk pada sebuah perasaan berharga akan dirinya sendiri dalam lingkungan sosial, pengelaman penilaian diri sebagai objek sosial, orang baik atau buruk yang memiliki sikap positif terhadap diri sesuai dengan kriteria internal untuk dapat berupa perasaan yang berharga. Menurut Cash dan Smolak (2011) citra tubuh adalah sebuah konstruk yang memiliki berbagai dimensi berupa positif dan negatif. Beberapa dimensi tersebut yang merepresentasikan bagaimana cara seseorang mamandang negatif mengenai bentuk tubuhnya. Seperti contohnya pengaruh positif yaitu berupa adanya perasaan gembira, kepuasan, sedangkan pengaruh negatif berupa adanya tingkat depresi, dan kemarahan.

Pengaruh positif juga menghasilkan pemikiran fleksibel, meningkatkan hubungan interpersonal mempromosikan perilaku altruistik, menangkal penyakit, dan membangun sifat tahan banting (Cash & Smolak, 2011). Hal ini juga sesuai dengan yang dijelaskan oleh Ifdil, Denich, & Ilyas (2017) ketika seorang remaja menganggap dirinya berharga atau melihat dirinya sebagai sesuatu yang bernilai, maka seseorang tersebut akan mendapatkan kenyamanan sosial dan hal ini dapat mencegah penilaian citra tubuh yang negatif pada diri remaja. Oleh karna itu, Cash dan Smolak (2011) menyatakan bahwa harga diri merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan *citra tubuh*. Seseorang yang memiliki harga diriyang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki harga diriyang rendah akan meningkatkan citra tubuhyang negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). Cash & Pruzinsky (dalam Nurvita & Handayani , 2015 ) menyatakan bahwa Individu yang memiliki harag diri yang tinggi akan dapat mengembangkan evaluasi yang positif terhadap dirinya, namun sebaliknya indivu yang memiliki harga diri rendah akan dapat meningkatnya citra tubuh yang negatif terhadap dirinya. Sejalan denggan penelitian yang dilakukan oleh Khaira (2018) mengenai hubungan antara harga diri dengan citra tubuh didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diridan *citra tubuh* pada remaja laki - laki. Artinya semakin tinggi harga diripada remaja laki - laki maka semakin tinggi pula citra tubuhnya, begitupun sebaliknya.

Atas dasar uraian di atas, maka permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini apakah ada hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada laki – laki masa remaja akhir?

**METODE**

Citra tubuh adalah konstruk yang multidimensional yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik. Citra tubuh pada penelitian ini diukur menggunakan skala citra tubuhyang dimodifikasi oleh peneliti dari Wening Nurfitri (2018) berdasarkan skala citra tubuhdari Cash dan Purzinsky (2002) yang terdiri dari lima aspek yaitu, *Apperance Evaluation* (Evaluasi Penampilan), *Apperance Orientation* (Orientasi Penampilan), *Body Areas Statisfacion* (Kepuasan terhadap Bagian Tubuh), *Overweigh Precution* (Kecemasan Menjadi Gemuk), dan *Self-Clasified Weight* (Persepsi terhadap Ukuran Tubuh). Skor yang diperoleh dari Skala Citra tubuh menunjukkan tinggi rendahnya *Citra tubuh* padaremaja akahir. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka akan semakin tinggi juga citra tubuhnya. Adapun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah citra tubuh pada diri subjek. Skala terdiri dari 45 aitem.

Harga diri merupakan sikap yang berdasarkan pada persepsi mengenai nilai seseorang berupa sikap positif ataupun negatif terhadap diri individu. Harga diri pada penelitian ini diukur menggunakan skala Harga diriyang dimodifikasi oleh peneliti dari Putri Khaira (2018) berdasarkan skala Harga diri dari Rosenberg (Tafarodi & Milne, 2002) yang terdiri dari dua aspek yaitu, *self-competence* (kompetensi diri) dan *self-liking* (keinginan sendiri). Skor yang diperoleh dari Skala harga diri menunjukkan tinggi rendahnya harga diripadaremaja akhir. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka menunjukkan harga diri yang tinggi. Adapun sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, maka menunjukkan self esteem yang rendah pada diri subjek. Skala terdiri dari 24 aitem.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunaakan Medote Skala Likert. Skala Likert merupakan skala yang akan digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono,2009). Skala pengukuran yang digunakan terbagi menjadi dua yaitu Skala citra tubuh dan harga diri. Skala pengukuran dimulai dengan menggunakkan rentang skor 1 sampai 4 dengan pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan *favorable* memiliki skor 4 untuk penyataan Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk pernyataan Sesuai (S), skor 2 untuk pernyataan Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 untuk pernyataan Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan, pernyataan *unfavorable* memiliki skor 1 untuk penyataan Sangat Sesuai (SS), skor 2 untuk pernyataan Sesuai (S), skor 3 untuk pernyataan Tidak Sesuai (TS), dan skor 4 untuk pernyataan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala yang digunakan sudah diuji coba oleh peneliti sebelumnya untuk mengetahui validitas dan relabilitas alat ukur. Azwar (2017) menyatakan validitas merupakan kemampuan suatu tes untuk mengukur secara akurat atribut yang seharusnya diukur. Jenis validitas yang digunakan dalam skala ini adalah validitas konstruk yaitu validitas yang menyatakan sejauh mana skor – skor hasil pengukuran dengan suatu instrumen itu mereflesikan konstruk teoretik yang mendasari penyusunan instrumen tersebut (Suryabrata, 2000). Reliabilitas adalah sejauh mana hasil dari suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2017).

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja laki – laki sebanyak banyaknya 100 orang dengan rentang usia 18 – 21 tahun dimana masa ini sudah terjadi perubahan fisik, pertambahan tinggi dan berat badan yang dramatis, perubahan bentuk tubuh, dan perkembangan karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang dan kumis (Monks, Knoers, & Haditono, 2002). Penelitian ini menggunakan *google form* yang disebar melalui sosial media peneliti seperti *whatsapp* dan *instagram*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis korelasi *Product Moment*  dari Pearson untuk mengetahui hubungan antara variable kriterium, yaitu citra tubuh dengan variable prediktor, yaitu harga diridengan menggunakan bantuan program SPSS *(Statistical Package for Social Science)* versi 23.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada laki – laki masa remaja akhir . Berdasarkan hasil analisis *product moment* diperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,522 dengan p = 0,000 (p < 0.050). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *harga diri* dan *citra tubuh* pada laki – laki masa remaja akhir , sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi harga diri, maka semakin tinggi juga citra tubuhpada laki – laki masa remaja akhir. Sebaliknya, semakin rendah harga diri, maka semakin rendah juga citra tubuh pada laki – laki masa remaja akhir.

Berdasarkan hasil analisis, hipotesis dalam penelitian ini diterima, sehingga menunjukkan bahwa *harga diri* menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri Khaira (2018) yang menunjukkan bahwa harga dirimemberikan sumbangan efektif sebesar 38,1% terhadap *citra tubuh*. Harga diri diartikan sebagai sikap positif atau negatif terhadap objek tertentu, yaitu diri sendiri (Rosenberg; dalam Mruk, 2006). Menurut Refnadi (2018) harga diriadalah penilaian seseorang secara umum terhadap dirinya sendiri. Berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Rosenberg (Tafarodi & Milne, 2002), terdapat dua aspek harga diri, yaitu *self competence* dan *self liking*.

Aspek *self competence* (kompetensi diri), didefinisikan sebagai penilaian bahwa diri mampu, memiliki potensi, efektif dan dapat dikontrol serta diandalkan. *Self competence* merupakan hasil dari keberhasilan memanipulasi lingkungan fisik ataupun sosial yang berhubungan dengan realisasi dan pencapaian tujuan. Merasa memiliki kemampuan yang baik dan merasa puas dengan kemampuan diri sendiri. Aspek s*elf-liking* (keinginan sendiri), didefinisikan sebagai sebuah perasaan berharga individu akan dirinya sendiri dalam lingkungan sosial, apakah dirinya merupakan seseorang yang baik atau buruk, hal ini merupakan nilai sosial yang dianggap berasal dari dalam diri, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, seperti merasa memiliki sejumlah kualitas diri yang baik, merasa diri sebagai orang yang berharga, merasa mampu melakukan hal-hal seperti kebanyakan orang lain lakukan.

Harga dirimampu mempengaruhi bagaimana cara seseorang memberikan gambaran positif terkait dengan citra tubuh. Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan yang diungkapkan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) yang menyatakan bahwa harga dirimerupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan citra tubuh. Seseorang yang memiliki harga diriyang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki harga diriyang rendah akan meningkatkan citra tubuhyang negatif. Hal ini juga sesuai dengan yang dijelaskan oleh Ifdil, Denich, dan Ilyas (2017) jika seorang individu yang memilikiharga diriyang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, tetapi sebaliknya seorang individu yang memiliki harga diriyang rendah akan meningkatkan citra tubuh yang negatif.

Adapun hasil kategorisasi skor subjek pada skala citra tubuh yaitu kategorisasi tinggi sebesar 17,8% (21 subjek), kategorisasi sedang sebesar 82,2% (97 subjek), dan kategorisasi rendah 0% (0 subjek). Berdasarkan hasil kategorisasi ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja akhir laki – laki memiliki citra tubuhdalam kategori sedang. Menurut Cash dan Pruzinsky (2003) citra tubuh yang diklasifikasikan dalam kategori sedang menuju tinggi menunjukkan bahwa remaja dapat mengevaluasi penampilan dari keseluruhan tubuhnya dan memperbaiki serta meningkatkan penampilan. Adanya perasaan puas terhadap bagian tubuh sehingga remaja dapat mengontrol berat badan, serta mampu mengkategorikan golongan berat badanya. Hal ini juga didukung dengan penjelasan Santrock (2003) yang menyatakan bahwa pada masa remaja, remaja perempuan terlihat lebih tidak puas dan memliki citra tubuh yang negatif dibandingkan dengan remaja laki – laki dikarenakan adanya peningkatan *body fat*  pada remaja perempuan, sedangkan remaja laki – laki lebih merasa puas akan bentuk tubuhnya karena dimasa inilah otot -otot mereka mulai terlihat.

Pada skala harga diri, hasil kategorisasi skor subjek adalah kategorisasi tinggi sebesar 56,8% (67 subjek), kategorisasi sedang sebesar 42,4% (50 subjek), dan kategorisasi rendah 8% (1 subjek). Berdasarkan hasil kategorisasi ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja akhir laki – laki memilki harga diri dalam kategori tinggi. Menurut Coopersmith (Murk,2006) harga diri yang diklasifikasikan dalam kategori tinggi menunjukkan bahwa remaja memiliki kepercayaan diri, optimisme menganggap diri sendiri sebagai orang yang berharga sama baiknya dengan orang lain, serta dapat menghargai orang lain dan dapat menerima kritik serta perbedaan pendapat dari orang lain. Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock (2007) yang menjelaskan bahwa harga diri menurun di masa remaja perempuan usia 12-17 tahun, sebaliknya harga diri meningkat diantara remaja laki – laki dari usia 12 – 14 tahun, kemudian menurun hingga usia 16 tahun, meningkat di usia 20-an, mendatar di usia 30-an dan meningkat di usia 50 – 60 tahun kemudian menurun di usia 70 – 80 tahun. Disebagian besar usia umumnya laki – laki memperlihatkan harga diri yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Adanya pengalaman individu seiring bertambahnya usia, kesuksesan yang diterima, cara individu dalam menghadapi devaluasi juga merupakan faktor lain yang dapat mempengaruhi harga diri yang tinggi (Coopersmith dalam Murk, 2006).

Hasil analisis korelasi di atas nilai koefisien (R2) sebesar 0,272, menunjukkan bahwa variabel harga dirimemberikan sumbangan sebesar 27,2% terhadap citra tubuhdengan demikian 72,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Misalnya *Cultural socialization, Interpersonal experiences, Physical characteristics*  (Cash dan Pruzinsky, 2002). Selain itu, faktor lainnya menurut Melliana (dalam Ramandai, Akbar & Kusuma, 2019) yaitu faktor perbandingan dengan orang lain, keluarga dan hubungan interpersonal.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *harga diri* dengan citra tubuh pada remaja akhir laki - laki. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri remaja akhir laki – laki , maka akan semakin positif *citra tubuh* yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah harga diri remaja akhir laki - laki, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki. Hubungan antara kedua variabel ini dibuktikkan dengan adanya koefisien korelasi (rxy) = 0,522 dengan p = 0,000 (p < 0,050). Pada hasil perhitungan diperoleh nilai determinasi (R Squared) sebesar 0,272 yang berarti bahwa variabel harga diridapat mempengaruhi variabel citra tubuh sebesar 27,2% dan sisanya 72,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Saran yang diberikan kepada subjek penelitian (Remaja akhir laki- laki) yaitu, diharapkan remaja akhir laki - laki dapat menghargai keadaan tubuhnya, sehingga dapat mengurangi terjadinya pemikiran – pemikiran negatif tentang pandangan terhadap bentuk tubuh yang dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya. Bagi remaja akhir laki - laki yang telah memiliki citra tubuh yang tinggi diharapkan mampu mempertahankan hal tersebut. Sedangkan, bagi remaja akhir laki - laki yang masih memiliki citra tubuh yang sedang dan rendah, diharapkan dapat mengembangkannya dengan salah satu cara yaitu meningkatkan harga diri yang dapat dilakukan dengan menumbuhkan rasa kepercayaan terhadap diri sendiri dan rasa sikap diri yang positif. Kemudian bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat menggali lebih dalam mengenai teori, faktor - faktor lainnya dan memilih subjek dengan populasi yang lebih besar, agar hasil yang didapatkan bisa lebih komprehensif. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan faktor lain yang dapat mempengaruhi citra tubuh. Hal ini dikarenakan sumbangan efektif harga diri terhadap citra tubuh sebesar 27,2%, sehingga terdapat faktor-faktor lain yang dianggap dapat mempengaruhi citra tubuhpada remaja akhir laki – laki.

**DAFTAR PUSTAKA**

Alidia, F. (2018). Body Image Siswa Ditinjau Dari Gender. *Tarbawi : Jurnal Ilmu Pendidikan*, *14*(2), 79 – 92.

Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: PustakaPelajar.

Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4.* Penerbit: (Anggota IKAPI)  
Pustaka Pelajar.

Anggreni, N. W. Y., & Herdiyanto, Y. K. (2017). Pengaruh stigma terhadap self  
ssteem pada remaja perempuan yang mengikuti ekstrakulikuler tari bali di  
sman 2 denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, *4 (1)*, 208-221

Baron, R. A., & Bryne, D. (2005). *Psikologi sosial jilid 1 edisi kesepuluh*. Jakara:  
PT. Erlangga.

Braun, D. L., Sunday, S. R., Huang, A., & Halmi, K. A. (1999). More males seek treatment for eating disorders. *International Journal of Eating Disorders,* 25,415-424.

Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research,  
and clinical practice*. New York: The Guilford Press.

Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image : A handbook of science. Practice and prevention (2nd ed).* New York : The Guildford Press.

Denich, A. U & Ifdil.(2015).Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan.3(2),55 – 61.*

Ferdyan, H. (2016, November 13). *Pria Juga Bisa Tidak Percaya Diri dengan  
Tubuhnya*. Diambil pada tanggal 28 Maret 2021 dari Lifestyle:  
<http://www.esquire.co.id/article/2016/11/3688-Pria-Juga-Bisa-TidakPercaya-Diri-dengan-Tubuhnya>

Field, A., Austin, S. B., Camargo, C. A., Taylor, C. B., Striegel-Moore, R. H., Loud,  
K. J., et al. (2005). Exposure to the mass media, body shape concerns, and use of supplements to improve weight and shape among male and female adolescents. *Pediatrics, 116,214-220.*

Ganeçwari, A. I. G., & Wilani, N. M. A .(2015).Hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) pada remaja akhir laki-laki di Denpasar.*Jurnal Psikologi Udayana .6(1)1, 67-75.*

Hadi, S. (2015). *Statistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Health,Better.(2019). “*Men also worry about their Citra Tubuh”,* <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/HealthyLiving/body-image-and-diets>, diakses pada 05 Juni 2021 pukul 07.50.

Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: 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. Health,Better

Kerner,C.,Haerens,L.,Kirk,D.(2018).*Body Dissatisfacton, Perceptions of Comptence, and Lesson Content in Physical Education*. *Journal of School Health*, 88 (8), 576-582.

Khaira, P.(2018). Hubungan antara *self – esteem* dengan *Citra Tubuh*  pada remaja pria.Yogyakarta: Skripsi tidak diterbitkan: Fakultas Psikilogi Universitas Islam Indonesia.

Lintang, A., Ismanto, Y., & Onibala, F,. (2015).Hubungan Citra Tubuh Dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri Di SMA Negri 9 Manado. *eJournal Keperawatan (e-Kp). 3(2).*

Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2002). *Psikologi perkembangan:  
Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada  
University Press.

Mruk, C. J. (2006). *Self Esteem research, theory, and practice: Toward a positive  
psychology of self esteem*. New york: Springer Publishing Company.

Nurvita, V,.& Handayani,M,..(2015). Hubungan Aantara Self-esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Meng alami Obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental.*4(1),41-49.

Nurfitri,W.(2018). Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *Citra Tubuh* pada remaja akhir putri.Yogyakarta: Skripsi tidak diterbitkan : Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Nur,D, P.(2012).Hubungan Antara *Body Image* dan *Self-Esteem* Pada Dewasa Awal Tuna Daksa*.Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*.1(1).1-9

N,P.Rahmania,&Yuniar,I.C.(2012).Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental.*1 (2),110-117.

Prawira, A. E. (2013, November 05). *Diam-diam remaja pria banyak yang  
anoreksia demi otot*. Diambil pada tanggal 21 April 2021 dari Liputan6:  
<http://www/google.co.id/amp/s/m.liputan6.com/amp/737943/diam-diamremaja-pria-banyak-yang-anoreksia-demi-otot>

Ramandai, R., Akbar,Z.,& Kusuma, M, W.(2019).Studi kepustakaan mengenai ladasan teori *Citra Tubuh* bagi perkembangan remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling* 5(2). 121- 135.

Refnadi,R.(2018). Konsep *self esteem* serta implikasinya pada siswa. *Jurnal Pendidikan Indonesi., 4(1), 16-22.*

Rombe, S. (2014). Hubungan Citra Tubuh dan kepercayaan diri dengan perilaku  
konsumtif pada remaja putri di SMA negeri 5 samarinda. *eJournal  
Psikologi, 2 (1), 76-91*.

Safitri, R. M. (2019). *Modul Praktikum Analisis Data*.

Santrock, J. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja.* Jakarta: Erlangga.

Santrock, J. W. (2014).*Adolescence (Fifteenth Edition)*. United States of America: University of Texas at Dallas.

Santrock, J. W. (2007). *Remaja jilid 2*. Jakarta: Erlangga

Solistiawati, A.,& Novendawati.(2015).Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Remaja Akhir Putri*.Jurnal Psikolog.13(1).*

Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung:  
Alfabeta.

Tafarodi, R. W., & Milne, A. B. (2002). *Decomposing global self-esteem*. *Journal  
of Personality Assessment. 70 (3)*, 443-484.

Triana, D, P.,& Ratna, D, S,.(2015).Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Awal Kelas VII*.Jurnal Empati, 4(2). 14-19.*