Lingkan Stefannie Ibrahim (5010054). Perbedaan *Self Confident* Ditinjau Dari *Body Dissatisfaction* Pada Perempuan Yang Mengikuti Kebugaran Tubuh. Skripsi Sarjana Strata 1. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Laboratorium Psikologi Perkembangan (2007).

INTISARI

Saat ini olahraga bukan hanya bertujuan untuk mendapatkan tubuh yang sehat semata tetapi juga untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Bentuk tubuh yang ideal dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, khususnya bagi seorang perempuan yang sangat memperhatikan penampilan. Timbulnya kesenjangan antara bentuk tubuh ideal dengan bentuk tubuh aktual yang dimiliki tidak sesuai dengan yang diharapkan menyebabkan pada saat ini banyak perempuan yang mengalami *body dissatisfaction* (ketidakpuasan terhadap sosok tubuh). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan *self-confident* ditinjau dari kategori *body dissatisfaction* pada perempuan yang mengikuti kebugaran tubuh. Subyek penelitian adalah perempuan berusia 13 sampai 60 tahun (N=96) yang mengikuti kebugaran tubuh. Data dikumpulkan melalui angket *self confident* dan angket *body dissatisfaction* yang keduanya menggunakan skala Likert. Analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik Kruskal Wallis. Hasil pengujian hipotesis dengan Kruskal-Wallis diperoleh nilai *chi square* = 5,462 dengan signifikansi sebesar 0,141 nilai sig > α , sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan *self confident* ditinjau dari *body dissatisfaction* pada perempuan yang mengikuti kebugaran tubuh. Uji tambahan dilakukan untuk melihat korelasi atau hubungan antara *self confident* dengan *body dissatisfaction*, dengan menggunakan uji korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Tidak ada korelasi yang signifikan ($r = -0,037$ $p = 0,719$ nilai sig > α , sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *self confident* dengan *body dissatisfaction*. Saran yang dapat diberikan bagi perempuan yang mengikuti kebugaran tubuh adalah tetap menjadikan olahraga sebagai salah satu kegiatan hidup yang penting. Selain itu saran lain yang dapat menjadi pertimbangan bagi peneliti selanjutnya yaitu agar memperhatikan faktor-faktor lain yang belum terungkap lebih dalam oleh peneliti, antara lain latar belakang keluarga, lingkungan, tingkat pendidikan, materi dan kedudukan.

Kata Kunci: *self confident*, *body dissatisfaction*, perempuan, kebugaran tubuh