

Abstrak

Penelitian berawal dari fenomena banyak remaja akhir yang mengikuti senam aerobik namun mereka masih tidak puas dengan bentuk dan ukuran tubuhnya walaupun mereka sudah lama mengikuti olahraga senam aerobik. Remaja yang mengikuti senam aerobik mempunyai sikap negatif terhadap dirinya sendiri, sikap negatif ditandai dengan rasa dan sikap tidak suka atau tidak puas dengan kondisi diri. Cash dan Pruzin sky menyebutkan bahwa citra tubuh merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif. Citra tubuh dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya harga diri. Peneliti ini bertujuan untuk melihat pengaruh harga diri terhadap citra tubuh pada remaja akhir yang mengikuti senam aerobik. Rancangan penelitian menggunakan kuantitatif. Subjek yang digunakan adalah populasi remaja akhir yang mengikuti senam aerobik sebanyak 30 subjek. Alat ukur yang diturunkan dari Coopersmith untuk variabel harga diri dan *The Multidimensional Body Self Relations Questionnaire* yang di adaptasi dari Cash untuk variabel citra tubuh. Analisis statistik yang digunakan yaitu regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan H_0 ditolak dan H_1 diterima namun nilai R^2 sangat kecil sebesar 0,029 (2.9%). Kesimpulannya dari penelitian ini pengaruh harga diri terhadap citra tubuh sangat kecil pengaruhnya sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Kesimpulan tambahan dari penelitian ini faktor lain yang mempengaruhi citra tubuh yakni status sosial dan media baik itu media massa maupun media sosial.

Kata kunci: *Harga diri, Citra tubuh, remaja akhir*

