

ABSTRACT

Background: Adolescence is a critical period for identity formation, including body image and self-esteem. Physical changes and social pressure often cause adolescent girls to compare their appearance with others, potentially lowering self-esteem. This study aimed to examine the relationship between body image and self-esteem among female students at SMP Negeri 11 Kota Jambi.

Methods: This quantitative study used a cross-sectional design with 75 respondents selected through cluster sampling. Data were collected using the MBSRQ and RSES questionnaires and analyzed using the Kendall Tau test.

Results: Results showed that 64% of respondents had low body image and 53.3% had low self-esteem. Statistical analysis revealed a significant relationship between body image and self-esteem ($p = 0.001 < 0.05$).

Conclusion: The relationship between body image and self-esteem in female adolescents at SMP Negeri 11, Jambi City, can be said to have poor body image and low self-esteem. Therefore, it can be concluded that the worse a teenager's body image, the lower their self-esteem, and vice versa. The results of this study are expected to highlight the importance of schools, parents, and health professionals in providing education and counseling related to body image and self-esteem so that adolescent girls can accept themselves positively and avoid psychological distress.

Keywords: Body image, adolescent girls, self-esteem.

ABSTRAK

Latar belakang : Masa remaja merupakan fase penting dalam pembentukan identitas diri, termasuk persepsi tubuh (*body image*) dan harga diri (*self esteem*). Perubahan fisik dan tekanan sosial sering membuat remaja putri membandingkan penampilan dengan orang lain, yang dapat menurunkan *self esteem*. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara *body image* dan *self esteem* remaja putri di SMP Negeri 11 Kota Jambi.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan disain *cross-sectional*. Sampel berjumlah 75 siswi SMP Negeri 11 Kota Jambi, dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner MBSRQ dan RSES. Analisis data dilakukan dengan uji Kendall Tau.

Hasil : Sebagian besar responden memiliki *body image* kurang (64%) dan *self esteem* rendah (53,3%). Uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *body image* dan *self esteem* dengan nilai ($p\ 0,001 < 0,05$).

Kesimpulan : Hubungan *body image* terhadap *self esteem* pada remaja putri SMP Negeri 11 Kota Jambi dapat dikatakan memiliki *body image* kurang dan *self esteem* rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa semakin buruk *body image* remaja, maka semakin rendah pula *self esteem* yang dimiliki begitupun sebaliknya. Diharapkan hasil dari penelitian ini yaitu pentingnya peran sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi dan konseling terkait citra tubuh dan harga diri agar remaja putri mampu menerima diri secara positif dan terhindar dari tekanan psikologis.

Kata Kunci : *Body image*, remaja Putri, *self-esteem*