

Hubungan antara *Body Image* dan *Self Esteem* dengan *Fear of Rejection* Pada Remaja Putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong Kabupaten Jepara

Inggit Dyah Permatasari¹, Dewi Hartinah², Ashri Maulida Rahmawati³

^{1,2,3}Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kudus

e-mail: inggitdyah19@gmail.com

Abstrak

Peningkatan jumlah remaja di Indonesia berbanding lurus dengan meningkatnya masalah kesehatan mental. Banyak remaja yang mengalami *Body Image* negatif dan *Self Esteem* yang rendah, hal ini mempengaruhi kemampuan remaja dalam berinteraksi sosial, terutama terkait dengan rasa takut akan penolakan (*Fear Of Rejection*). Jika ketakutan ini tidak teratasi dapat menyebabkan kecemasan sosial, penarikan diri dan depresi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross section sampel diambil dengan Teknik stratified random sampling. Populasi pada penelitian ini sebanyak 237 siswi di SMP Islam Al-Hikmah Mayong dengan jumlah sampel 148 siswi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner lalu dilakukan pengolahan data dengan pemeriksaan data (editing), pemberian kode (coding), memasukan data (entry data) dan dianalisis menggunakan chi square.

Kata kunci: *Body Image, Self Esteem, Feaar of Rejection*

Abstract

The increase in the number of adolescents in Indonesia is directly proportional to the increase in mental health problems. Many adolescents experience negative Body Image and low self Esteem, which affects their ability to interact socially, especially in relation to the fear of rejection. If this fear is not resolved it can lead to social anxiety, withdrawal and depression. This study uses a quantitative method with a cross section approach, the sample is taken with a stratified random sampling technique. The population in this study were 237 students at AlHikmah Mayong Islamic Junior High School with a sample size of 148 students. Data collection using a questionnaire and then data processing is carried out by editing, coding, entering data and analyzed using chi square.

Keywords : *Body Image, Self Esteem, Feaar of Rejection*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang telah ditentukan dalam kehidupan seseorang. Perubahan fisik, biokimia, dan emosional terjadi pada masa transisi remaja (Supini et al., 2024). Perkembangan fisik remaja meliputi perubahan pada organ seksual, penambahan tinggi badan, berat badan, dan bentuk tubuh. Sementara itu, perubahan karakteristik kognitif, sosial, dan emosional merupakan bagian dari perkembangan psikologis remaja (Dianningrum & Satwika, 2021). Salah satu topik yang semakin banyak mendapat perhatian di seluruh dunia, khususnya di Indonesia, adalah kesehatan mental remaja. Persentase remaja Indonesia usia 10 hingga 17 tahun yang mengalami gangguan mental dalam 12 bulan terakhir adalah 5,5% atau 15,5 juta remaja Indonesia, menurut data Laporan Survei Kesehatan Mental Nasional Indonesia (I-NAMHS) 2022.

Fear of rejection atau dikenal sebagai ketakutan akan penolakan merupakan fenomena umum yang sering ditemukan pada remaja. Khususnya, remaja putri mungkin lebih rentan terhadap ketakutan akan penolakan hal ini dikarenakan tekanan sosial yang lebih besar berkaitan dengan penampilan fisik dan penerimaan sosia (Wiesen et al., 2018). Faktor yang mempengaruhi *fear of rejection* pada remaja dapat disebabkan karena buruknya konsep diri yang dimiliki oleh remaja. Dimana konsep diri terdiri dari *Body Image, self Esteem*, kurangnya rasa percaya diri, pengalaman ditolak oleh teman sebaya dan pengalaman masa kecil (Jingga et al., 1851).

Self Esteem rendah pada remaja sering kali disebabkan oleh kurangnya rasa percaya diri terhadap hal-hal seperti penampilan dan bentuk tubuh yang dimilikinya. Remaja yang memiliki *Self Esteem* tinggi akan lebih mampu mengatasi permasalahan-permasalahan yang ada dalam hidupnya, merasa lebih percaya diri, merasa yakin akan kemampuan diri yang dimilikinya, serta merasa berguna bagi lingkungannya (Setyaputri, n.d.). Harga diri dapat mempengaruhi perilaku seseorang, sehingga remaja lebih cenderung melakukan perilaku negatif (Abdillah & Masykur, 2021). Penyebab harga diri rendah pada masa remaja di atas antara lain kurangnya percaya diri dan ketidakpuasan terhadap penampilan yang berujung pada gangguan *Body Image* (citra tubuh)

Body Image merupakan bagian dari konsep diri. Dimana *Body Image* merupakan cara seseorang memandang dan menilai kondisi, perilaku, dan penampilannya (Mustika Rahmi & Anggraini, 2022). Remaja dengan *Body Image* negatif merasa tidak percaya diri, merasa malu akan penampilan mereka dan akhirnya memiliki harga diri rendah atau *low self Esteem*. Hal tersebut dapat memperburuk keadaan kesehatan mental remaja, mereka akan memilih untuk menyendiri dan menghindari kegiatan sosial yang menyebabkan gangguan bersosialisasi salah satunya adalah ketakutan akan penolakan (*Fear of Rejection*).

Rendahnya *Self Esteem* dan buruknya *Body Image* akan mempengaruhi kemampuan interaksi sosial remaja, terutama besarnya tingkat ketakutan terhadap penolakan (*fear of rejection*). Remaja yang sensitif terhadap penolakan lebih mungkin mengalami masalah internalisasi seperti kecemasan sosial, penarikan diri, kesepian, dan depresi. Masalah-masalah ini dapat disebabkan oleh kurangnya kontrol yang dirasakan atas penolakan sosial, yang menyebabkan kognisi dan respons afektif yang negatif (Marston et al., 2021). Hal ini menyebabkan kurangnya produktivitas pada remaja yang sehingga berdampak pada prestasi akademik maupun non akademik remaja (Nandy et al., 2021).

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Yawar et al., 2021) *fear of rejection* dianggap sebuah konstruksi yang kompleks karena mencakup penolakan interpersonal dan penolakan sosial. Dimana penolakan interpersonal ini mungkin terjadi pada teman, mentor, orang tua atau pasangan dan Penolakan sosial tidak hanya didasarkan pada agama, orientasi seksual, ras, dan etnis tetapi pada penampilan, warna kulit dan bentuk wajah juga. Dimana perbedaan hal tersebut dapat menyebabkan meningkatnya kecemasan terhadap penilaian penampilan tubuh (*Body Image*) dan dapat mempengaruhi harga diri (*self Esteem*) seseorang.

Menurut studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 30 Juli 2024 melalui observasi dan wawancara menggunakan kuesioner pada 10 siswa kelas 7 di SMP Islam Al-Hikmah Mayong terdapat 7 anak yang merasa tidak percaya diri karena kondisi fisik (*Body Image*) yang dianggap tidak sempurna (langsing, tinggi, bentuk wajah, dll) dan 6 anak memiliki harga diri (*self Esteem*) negatif seperti, cemas, pesimis, tidak mampu mengungkapkan kemampuannya, dan 7 anak yang memiliki rasa takut akan penolakan (*Fear of Rejection*) seperti takut ditolak dalam pertemanan, takut diasingkan karena berbeda dengan teman yang lain, dan takut diejek mengenai penampilan tubuhnya.

Sebelumnya belum ada penelitian yang mengukur secara spesifik mengenai *Body Image* dan *Self Esteem* dengan *fear of rejection* pada remaja, sedangkan perawat selain sebagai pemberi asuhan keperawatan juga memiliki peran sebagai konselor untuk mengetahui apa saja yang dapat mempengaruhi ketakutan akan penolakan (*fear of rejection*) pada remaja khususnya dalam hal *Body Image* dan *self Esteem*. Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian seputar "Hubungan antara *Body Image* dan *Self Esteem* dengan *Fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP Al-Hikmah Mayong Kabupaten Jepara". Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan antara *Body Image* dan *Self Esteem* dengan *Fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP Al-Hikmah Mayong Kabupaten Jepara.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, dimana variabel yang diukur adalah *Body Image*, *Self Esteem* sebagai variabel bebas, dan *fear of rejection* sebagai variabel terikat. Pendekatan *cross-sectional* bertujuan untuk mengukur variabel-variabel tersebut pada waktu yang bersamaan, sehingga memungkinkan peneliti untuk melihat hubungan antara variabel yang satu dengan yang lainnya pada satu titik waktu yang spesifik (Creswell,

2014). Dengan pendekatan ini, peneliti dapat menggambarkan bagaimana kondisi body image dan self-esteem dapat berpengaruh terhadap tingkat fear of rejection pada remaja putri.

Proses pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Kuesioner ini telah melalui uji validitas dan reliabilitas yang mengindikasikan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dapat dipercaya dan digunakan dengan baik (Sekaran, 2013). Sebagaimana yang dijelaskan oleh Creswell (2014), validitas dan reliabilitas merupakan kunci dalam penelitian kuantitatif untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan dapat menggambarkan variabel yang sesungguhnya, serta menghasilkan kesimpulan yang valid.

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMP Islam Al-Hikmah Mayong, dengan jumlah populasi yang didapatkan berdasarkan wawancara dengan kepala sekolah pada tanggal 29 Juli 2024, yakni sebanyak 237 remaja putri. Berdasarkan perhitungan sampel yang dilakukan oleh peneliti, jumlah sampel minimal yang diperlukan untuk penelitian ini adalah 133 responden, yang dihitung dengan menggunakan rumus perhitungan sampel sederhana untuk populasi terbatas (Sugiyono, 2017). Hal ini memastikan bahwa sampel yang diambil cukup representatif untuk mewakili populasi yang ada.

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* dengan pendekatan *Stratified Random Sampling*, dimana responden dipilih secara acak namun berdasarkan strata atau lapisan yang telah ditentukan sebelumnya. Menurut Firmansyah et al. (2022), *Stratified Random Sampling* digunakan untuk memastikan bahwa sampel yang dipilih memiliki karakteristik yang beragam sesuai dengan kriteria tertentu, yang dalam hal ini adalah usia dan kesiapan responden untuk berpartisipasi dalam penelitian. Hal ini dilakukan untuk mengurangi bias dan memastikan bahwa seluruh kelompok yang ada dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih dalam sampel.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada responden. Responden diminta untuk mengisi kuesioner tersebut dengan memberi tanda centang sesuai dengan petunjuk yang telah disediakan pada kuesioner. Waktu estimasi yang diberikan untuk mengisi kuesioner adalah sekitar 20 menit, yang cukup untuk menjamin kelengkapan data dan keakuratan jawaban dari responden. Dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari tiga bagian—Kuesioner Body Image, Kuesioner Self Esteem, dan Kuesioner Fear of Rejection—peneliti dapat menggali tiga aspek utama yang mempengaruhi kondisi mental remaja, terutama yang berkaitan dengan penerimaan sosial dan penampilan fisik mereka.

Untuk menganalisis data yang telah dikumpulkan, peneliti menggunakan analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi setiap variabel dalam penelitian. Analisis univariat memberikan gambaran umum mengenai karakteristik masing-masing variabel, yang dalam hal ini mencakup Body Image, Self Esteem, dan Fear of Rejection. Selain itu, peneliti juga menggunakan analisis bivariat dengan teknik *Chi-square* untuk mengetahui ada tidaknya hubungan signifikan antara variabel-variabel tersebut. Analisis ini penting untuk mengidentifikasi hubungan yang mungkin ada antara body image dan self-esteem dengan fear of rejection pada remaja putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong. Menurut Field (2013), analisis *Chi-square* merupakan metode yang efektif dalam menguji hubungan antara dua variabel kategori yang tidak berhubungan secara langsung, dan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai interaksi antara variabel-variabel tersebut.

Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam memahami hubungan antara body image, self-esteem, dan fear of rejection pada remaja putri, serta membantu dalam merancang intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan mental remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

1. Analisis univariat

a. Body Image

Tabel 1. analisis univariat *Body Image*

Body Image	F	%
Positif	72	48,6

Negatif	76	51,4
Total	148	100

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 148 siswi SMP Islam Al-Hikmah Mayong mayoritas memiliki *Body Image* negatif sebanyak 76 responden (51,4%) dan responden yang memiliki *Body Image* positif sebanyak 72 siswi (48,6%).

b. *Self Esteem*

Tabel 2. Analisis univariat *self Esteem*

<i>Self Esteem</i>	F	%
Rendah	75	50,7
Tinggi	73	49,3
Total	148	100

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 148 siswi SMP Islam Al-Hikmah Mayong mayoritas memiliki *Self Esteem* rendah sebanyak 75 responden (50,7%) dan responden yang memiliki *Self Esteem* tinggi sebanyak 73 siswi (4,3%).

c. *Fear of rejection*

Tabel 3. Analisis univariat *Fear of Rejection*

<i>Fear Of Rejection</i>	F	%
Tinggi	77	52
Rendah	71	48
Total	148	100

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan bahwa dari 148 siswi SMP Islam Al-Hikmah Mayong mayoritas memiliki *fear of rejection* tinggi sebanyak 77 responden (52%) dan responden yang memiliki *fear of rejection* rendah sebanyak 71 siswi (48%).

2. Analisis bivariat

a. Hubungan *Body Image* dengan *Fear of rejection*

Tabel 4. Hubungan *Body Image* dengan *Fear Of Rejection*

<i>Body Image</i>	<i>Fear of rejection</i>				Total	
	Rendah		Tinggi			
	f	%	f	%	N	%
Negatif	27	35,5%	49	64,5%	76	100%
Positif	44	61,1%	28	38,9%	72	100%
Total	71	48%	77	52%	148	100%
P Value					0,003	

Berdasarkan hasil uji statistik chi square dengan menggunakan program komputer menunjukkan nilai ($p = 0,003$). Hal ini menunjukkan bahwa $p < 0,05$ yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *Body Image* dengan *Fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong.

b. Hubungan *Self Esteem* dengan *Fear of rejection*

Tabel 5. Hubungan *Self Esteem* dengan *Fear Of Rejection*

<i>Self Esteem</i>	<i>Fear of rejection</i>				Total	
	Rendah		Tinggi			
	f	%	f	%	N	%
Tinggi	25	35,5%	48	65,8%	73	100%
Rendah	46	61,1%	29	38,7%	75	100%
Total	71	48%	77	52%	148	100%
P value					0,002	

Berdasarkan hasil uji statistik *chi square* dengan menggunakan program komputer menunjukkan nilai ($p = 0,002$). Hal ini menunjukkan bahwa $p < 0,05$ yang menunjukkan

adanya hubungan signifikan antara *Self Esteem* dengan *Fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong.

Pebahasan Penelitian

a. *Body Image* pada Remaja Putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong

Body Image merupakan persepsi individu terhadap bentuk, ukuran, dan penampilan tubuhnya sendiri (Nurrahim & Pranata, 2024). Remaja putri cenderung lebih rentan terhadap *Body Image* negatif akibat tekanan sosial, standar kecantikan yang tidak realistis, serta pengaruh media. *Body Image* dapat disebabkan dari faktor usia, jenis kelamin, media, keluarga dan hubungan interpersonal. Dalam konteks psikososial, *Body Image* negatif sering kali berkontribusi terhadap penurunan harga diri (*self-esteem*) dan peningkatan ketakutan akan penolakan (*fear of rejection*).

Pada penelitian ini remaja dengan *Body Image* negatif dapat dipengaruhi oleh usia dan jenis kelamin, dimana usia responden di SMP Islam Al-Hikmah Mayong rata-rata adalah 13 tahun, yang merupakan usia dimana remaja putri sedang memasuki fase pubertas. Pada masa pubertas ini masalah yang sering dialami oleh remaja putri antara lain mengalami perubahan berat badan, bentuk badan dan munculnya jerawat. Pada umumnya remaja putri lebih sensitif terhadap penampilan tubuhnya daripada laki-laki, remaja putri cenderung kurang puas dengan kondisi tubuhnya yang mengakibatkan remaja putri memiliki *Body Image* negatif (Dianingrum & Satwika, 2021). Hal ini menyebabkan remaja kurang bisa dalam menerima keadaan dirinya apa adanya.

b. *Self Esteem* pada Remaja Putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong

Pada penelitian ini remaja putri yang memiliki *Self Esteem* rendah ini dapat dipengaruhi oleh faktor berat badan. Beberapa siswi dari SMP Islam Al-Hikmah Mayong masih mengeluhkan berat badannya yang belum ideal sehingga responden merasa belum puas dengan keadaan dirinya. Selain itu, dapat dilihat dari jawaban responden yang sangat setuju dengan jawaban nomor 9 dari kuesioner *self Esteem*, yang mengatakan bahwa "kadang-kadang saya merasa tidak berguna", menunjukkan bahwa ada perasaan kurang menghargai diri sendiri. Penerimaan diri, sebagai salah satu komponen harga diri, mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap cara seseorang melihat dirinya. Ketika individu mampu menerima kekuatan dan kelemahannya secara seimbang, maka harga dirinya akan lebih stabil dan memiliki *Self Esteem* tinggi.

Harga diri adalah penerimaan diri sendiri yang berarti bahwa kita pantas, berharga, mampu, dan berguna tidak peduli apa yang terjadi, sekarang, atau di masa depan (Oktaviani, 2019). Penerimaan diri, sebagai salah satu komponen harga diri, mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap cara seseorang melihat dirinya. Ketika individu mampu menerima kekuatan dan kelemahannya secara seimbang, maka harga dirinya akan lebih stabil dan memiliki *Self Esteem* tinggi. Sebaliknya, rendahnya penerimaan diri sering kali berkaitan dengan perasaan tidak berharga, seperti yang ditunjukkan oleh responden dalam pernyataan tersebut sehingga memiliki *Self Esteem* yang rendah.

c. *Fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong

Pada penelitian ini remaja putri yang memiliki *fear of rejection* tinggi ini dapat dipengaruhi oleh faktor *Body Image* negatif dan *Self Esteem* yang rendah. Ketakutan akan penolakan ini dapat mempengaruhi keterlibatan sosial remaja putri. Penelitian (Ningsih et al., 2023) menunjukkan bahwa individu dengan harga diri rendah sering kali memiliki citra tubuh yang negatif, yang semakin menerima rasa takut akan penolakan. Ketika remaja putri merasa tidak nyaman dengan penampilan fisik, hal ini dapat mengurangi keberanian untuk berinteraksi dengan teman sebaya. Remaja yang merasa kurang percaya diri takut mengambil resiko atau mencoba hal baru. Mereka memilih untuk menghindari situasi sosial yang memungkinkan mereka akan ditolak. Hal ini dapat dilihat dari jawaban responden yang sangat setuju dengan jawaban nomor 9 dari kuesioner *fear of rejection*, yang mengatakan bahwa "Ketika saya merasa bahwa saya mungkin akan ditolak, saya merasa gugup dan cemas" menunjukkan bahwa ada perasaan yang berhubungan dengan harga diri yang rendah, di mana individu merasa tidak berharga atau tidak layak, yang dapat menerima perasaan cemas tersebut.

d. Hubungan Antara *Body Image* dengan *Fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP I slam Al-Hikmah Mayong

Berdasarkan hasil uji statistic *Chi-Square* dengan menggunakan perbantuan program SPSS 26 menunjukkan nilai ($p=0,003$) hal ini menunjukkan bahwa $p<0,05$ yang berarti adanya hubungan signifikan antara *Body Image* dengan *fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Saylan & Universitas, 2024) ditemukan korelasi yang signifikan antara citra tubuh dengan sensitivitas terhadap penolakan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Body Image* negatif dapat meningkatkan sensitivitas akan penolakan.

Dari pernyataan diatas, salah satu yang mempengaruhi *fear of rejection* adalah standar kecantikan yang sering kali dikaitkan dengan penampilan fisik. Penampilan fisik atau bentuk tubuh yang dimiliki seseorang sangat berpengaruh pada ketakutan akan penolakan, tergantung pada bagaimana individu tersebut memandang kondisi fisiknya. Remaja yang memiliki *Body Image* negatif sering kali mengalami *fear of rejection* yang tinggi. Ketidakpuasan terhadap penampilan fisik mereka dapat menyebabkan perasaan rendah diri dan kecemasan yang mendalam (Febry Autrilia et al., 2022). Mereka cenderung merasa tidak percaya diri dalam situasi sosial, khawatir akan penilaian negatif dari orang lain, dan merasa bahwa penampilan mereka tidak memenuhi standar kecantikan yang ada

Berdasarkan penjelasan diatas dapat dilihat bahwa *Body Image* memiliki hubungan dengan *fear of rejection*, dapat diasumsikan bahwa *fear of rejection* salah satu aspek yang dipengaruhi oleh bagaimana individu memandang dan menerima tubuh mereka. Ketika remaja memiliki *Body Image* yang negatif, mereka cenderung lebih rentan terhadap ketakutan akan penolakan, yang dapat memengaruhi interaksi sosial dan kesehatan mental mereka. Sebaliknya, remaja dengan *Body Image* positif lebih mampu menghadapi situasi sosial tanpa rasa cemas berlebihan, menunjukkan bahwa pengembangan citra tubuh yang sehat dapat berkontribusi pada pengurangan *fear of rejection* (Rombe, 2023). maka, semakin negatif *Body Image* yang dimiliki maka akan semakin tinggi *fear of rejection*. sebaliknya semakin tinggi *Body Image* akan semakin rendah *fear of rejection*.

e. Hubungan Antara *Self Esteem* dengan *Fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP I slam Al-Hikmah Mayong

Berdasarkan hasil uji statistic *Chi-Square* dengan menggunakan perbantuan program SPSS 26 menunjukkan nilai ($p=0,002$) hal ini menunjukkan bahwa $p<0,05$ yang berarti adanya hubungan signifikan antara *Self Esteem* dengan *fear of rejection* pada Remaja Putri di SMP Islam Al-Hikmah Mayong. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (SET, 2019) korelasi yang signifikan antara *Self Esteem* dengan sensitivitas terhadap penolakan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa menurunnya harga diri dapat meningkatkan sensitivitas akan penolakan.

Dari pernyataan di atas, salah satu yang mempengaruhi rasa takut akan penolakan adalah harga diri. Harga diri yang rendah akan mengurangi rasa percaya diri individu (Prananda & Christiana, 2020). Remaja yang memiliki *self-esteem* rendah sering kali mengalami *fear of rejection* yang tinggi, karena mereka cenderung memiliki pandangan negatif tentang diri mereka sendiri. Ketika remaja merasa tidak berharga atau tidak layak, mereka menjadi lebih sensitif terhadap penilaian orang lain dan takut ditolak dalam interaksi sosial (Siskawati1 et al., 2024).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat dilihat bahwa *Self Esteem* memiliki hubungan dengan *fear of rejection*, dapat diasumsikan bahwa *fear of rejection* dapat dipengaruhi oleh bagaimana seseorang dapat dipengaruhi cara seseorang melihat dan menghormati dirinya sendiri, termasuk keyakinan tentang ketrampilan dan nilai individu. Ketika individu memiliki harga diri yang rendah mereka akan cenderung meragukan diri sendiri dan merasa tidak layak untuk diterima oleh orang lain. Sebaliknya individu dengan *Self Esteem* tinggi lebih cenderung merasa percaya diri dan miliki sikap positif terhadap diri, hal itu yang dapat mengurangi rasa takut akan penolakan dan meningkatkan keberanian dalam berinteraksi sosial (Ummah, 2019).

SIMPULAN

1. *Body Image* dari 148 sisiwi mayoritas berada pada kategori negatif sebanyak 76 responden (51,4%).
2. *Self Esteem* dari 148 siswi mayoritas berada pada kategori rendah sebanyak 75 responden (50,7%).
3. *Fear of rejection* berada dari 148 siswi mayoritas berada pada kategori tinggi sebanyak 77 responden (52%).
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara *Body Image* dengan *fear of rejection* Pada Remaja Putri di SMP Islam AL-Hikmah Mayong karena didapatkan nilai p value (0.003) < 0.05.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara *Body Image* dengan *self esteem* pada Remaja Putri di SMP Islam AL-Hikmah Mayong karena didapatkan nilai p value (0.002) < 0.05.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, S. B., & Masykur, A. M. (2021). Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Siswa Kelas Xi Sman 6 Kota Tangerang Selatan. *Jurnal EMPATI*, 10(4), 300–304. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32607>
- Dianingrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8 (7)(Citra tubuh), 194–203.
- Dianningrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). PEREMPUAN Septy Wahyu Dianningrum Yohana Wuri Satwika Abstrak. *Jurnal Penelitian Psikologi, Volume 7Ju*.
- Jingga, S., Islamy, D., & Cahyanti, I. K. A. Y. (1851). *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Hubungan antara Self-Esteem dengan Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Remaja Putri*. 1(1), 837–843.
- Mustika Rahmi, A., & Anggraini, D. (2022). *Body Image* Dengan Self-Esteem Di Masa Emerging Adulthood Pada Wanita Pageant. *Psychology Journal of Mental Health*, 4(1), 12–25. <https://doi.org/10.32539/pjmh.v4i1.74>
- Ningsih, F. S. A., Hudaniah, H., & Rokmah, S. N. (2023). Pengaruh body shaming terhadap *Body Image* remaja perempuan. *Cognicia*, 11(1), 79–85. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.24983>
- Prananda, T., & Christiana, E. (2020). Meningkatkan Kepercayaan Diri Melalui Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Reframing. *Bimbingan Konseling*, 1(1), 11–21.
- Rombe, S. (2023). Hubungan *Body Image* dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku KRombe, S. (2013). Hubungan *Body Image* dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4), 228–236. [https://doi.or.Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 1\(4\), 228–236](https://doi.or.Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 1(4), 228–236).
- Setyaputri, N. Y. (n.d.). *Raising Self Esteemin Teenagers: Sebuah Upaya untuk Penguatan Karakter Siswa*. 915–922.
- Siskawati¹, Parman², R., & Indarwati³, A. (2024). HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DAN SUBJECTVE WELL BEING PADA REMAJA MADRASAH ALIYAH YANG TINGGAL DI PONDOK. 03(01), 1–14.
- Supini, P., Gandakusumah, A. R. P., Asyifa, N., Auliya, Z. N., & Ismail, D. R. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 2(1), 166–172. <https://doi.org/10.57235/jerumi.v2i1.1760>
- Ummah, M. S. (2019). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- Wiesen, JonathaMoshe Ornstein², Tonelli¹, A. R., Menon³, V., W, and R., & Ashton. (2018). 基因的改变NIH Public Access. *Bone*, 23(1), 1–7. <https://doi.org/10.1111/jora.12081.To>
- Yawar, R., Aqeel, M., Rafiq, M., Navid, S., Taufiq, N., Touqir, A., & Imran, M. (2021). Development and psychometric properties of *fear of rejection* scale (FRS): measuring social and interpersonal rejection among young adults in Pakistan. *International Journal of Human Rights in Healthcare, ahead-of-p*. <https://doi.org/10.1108/IJHRH-12-2020-0124>