

ABSTRAK

**GAMBARAN KEPERCAYAAN DIRI
PADA MEMBER FITOPIA FITNESS CENTER**

Tyas Tri Wibowo

Program Studi Psikologi

Sebagian masyarakat kini telah mendaftarkan dirinya sebagai *member* di *fitness center* untuk berolahraga. Salah satu *fitness center* yaitu Fitopia *fitness center*. Alasan para *member* mengikuti *fitness* untuk menjaga kesehatan atau kebugaran, selain itu juga untuk meningkatkan kepercayaan diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran kepercayaan diri pada *member* Fitopia *fitness center*. Penelitian ini berjenis kuantitatif deskriptif dengan teknik *simple random sampling*. Sampel penelitian berjumlah 90 responden. Alat ukur kepercayaan diri yang valid sebanyak 30 aitem dengan nilai koefisien reliabilitas (α) = 0,906. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lebih banyak *member* Fitopia *fitness center* yang memiliki kepercayaan diri rendah yaitu sebesar 52,2%, sedangkan pada *member* Fitopia *fitness center* yang memiliki kepercayaan diri tinggi yaitu sebesar 47,8% dengan dimensi dominan objektif. *Member* Fitopia *fitness center* yang berusia 18-21 tahun (remaja akhir), berjenis kelamin perempuan, dan tingkat pendidikan SMP, SMA/SMK, S1 lebih banyak yang memiliki kepercayaan diri rendah. Sedangkan pada *member* Fitopia *fitness center* yang berusia 22-40 tahun (dewasa awal), berjenis kelamin laki-laki, dan tingkat pendidikan S2 lebih banyak memiliki kepercayaan diri tinggi.

Kata kunci : Kepercayaan Diri, *Member*, *Fitness Center*

ABSTRACT

**STUDY OF SELF CONFIDENCE
OF THE MEMBERS FITOPIA FITNESS CENTER**

Tyas Tri Wibowo

Program Studi Psikologi

Some many people have registered as members at the fitness center to exercise. One of the fitness centers is the Fitopia fitness center. The reason of the member joining in fitness for a health or fitness, besides that it is also to increase self-confidence. The purpose of this study to self confidence in members of the Fitopia fitness center. This research is a descriptive quantitative type with simple random sampling technique. The research sample was 90 respondents. A valid self-confidence measuring instrument is 30 items with a reliability coefficient value (α) = 0.906. The results of this study indicate that there are more members who experience low self-confidence 52.2% and who experience high self-confidence 47.8% with the dominant objective dimension. Fitopia fitness center members aged 18-21 years (adolescents), female, and level of education SMP, SMA/SMK, S1 have low self-confidence. Meanwhile, members of the Fitopia fitness center aged 22-40 years (adults), male, and level of education S2 have high self-confidence.

Keywords: Self-Confidence, Member, Fitness Center