

Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri

Tian Hayyin Mubarokah

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo

thayin79@gmail.com

Abstract

Body image is a multidimensional, subjective, and dynamic concept that includes one's perception. Thoughts, and feelings about his body. Body image is not limited to a person's aesthetic characteristics, but also considers his health condition, skills, and sexuality. A person will be confident when the person realizes his ideal body shape and the person is satisfied to see his body shape, then the body image that is formed is also positive. Conversely, if someone views his body as not ideal, such as his face is less attractive, which is formed into a negative and it can be said that the person is not confident. The purpose of this study was to describe the effect of body image on the self-confidence of teenage girls in grade xi at SMAN 1 Geger Madiun. This study uses a quantitative approach to the type of correlational research. The data collection technique in this study used a questionnaire technique. Meanwhile, to analyze the data in this study using a simple linear regression formula. Based on the data analysis, it was found that there was a significant influence between body image on the self-confidence of the eleventh grade girls at SMAN 1 Geger Madiun. This is known from the results of calculations using SPSS, namely $F_{count} (19.965) > F_{table} (1.97)$ so that H_0 is rejected. While the magnitude of the effect is 35.7%. The effect of body image on the self-confidence of adolescent girls in class XI at SMAN 1 Geger Madiun is in the medium (good) category. This is obtained from the results of student questionnaires with details of 64.3% with a frequency of 64 out of 184 respondents. The medium category in this study was considered good because the effect of body image on the self-confidence of the eleventh grade girls at SMAN 1 Geger Madiun was balanced.

Keywords: *Body Image, Confidence*

Abstrak

Body image merupakan sebuah konsep multidimensi, subjektif, dan dinamis yang mencakup persepsi seseorang. Pikiran, dan perasaan tentang tubuhnya. *Body image* tidak terbatas pada karakteristik estetika seseorang, tetapi juga mempertimbangkan kondisi kesehatan, keterampilan, dan seksualitasnya. Seorang akan percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan orang tersebut merasa puas melihat bentuk tubuhnya, maka *body image* yang terbentuk pun menjadi positif. Sebaliknya, jika

seseorang memandang tubuhnya tidak ideal seperti wajahnya kurang menarik, yang terbentuk menjadi negatif dan dapat dikatakan orang tersebut tidak memiliki kepercayaan diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas xi di SMAN 1 Geger Madiun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik kuisioner. Sedangkan untuk menganalisis data pada penelitian ini menggunakan rumus regresi linier sederhana. Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun. Hal ini diketahui dari hasil perhitungan menggunakan SPSS yaitu $F_{hitung} (19,965) > F_{tabel} (1,97)$ sehingga H_0 ditolak. Sedangkan besar pengaruhnya adalah 35,7%. Pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun termasuk dalam kategori sedang (baik). Hal ini diperoleh dari hasil angket siswa dengan rincian 64,3% dengan frekuensi 64 dari 184 responden. Kategori sedang dalam penelitian ini dianggap baik karena pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun seimbang.

Kata Kunci: *Body Image*, Kepercayaan Diri

PENDAHULUAN

Masa remaja boleh dibilang masa peralihan, peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang akan terjadi sekarang dan akan datang. Bila anak-anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa remaja, anak-anak harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakkan dan juga harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan¹.

Menurut teori Piaget, mengemukakan bahwa masa remaja adalah: Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu bernitegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam memecahkan masalah².

¹Gatot Marwoko C A, "Psikologi Perkembangan Remaja", *Jurnal Tarbiyah dan Syari'ah Islam*, Vol. 26, No. 1 (2019)

²Elizabeth, B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 2002).

Usia masa remaja putri berkisaran pada sekitar usia 13 tahun sampai dengan 21 tahun. Pada usia ini, umumnya para remaja masih duduk di bangku sekolah menengah sampai dengan sekolah menengah ke atas. secara psikologis, remaja adalah suatu usia di mana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar³.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Kepercayaan diri ditunjukkan oleh suatu keyakinan bahwa seseorang dapat menyebabkan sesuatu terjadi sesuai dengan harapannya⁴. Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Idealnya kepercayaan diri yang dimiliki individu haruslah berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini dimaksud seorang individu untuk mengembangkan aspek-aspek yang ada dalam dirinya membutuhkan kepercayaan diri tinggi. Namun, kenyataan yang ada di lapangan masih banyak individu, terutama remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah.

Hasil penelitian menunjukkan 25% kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang, 75% kepercayaan diri remaja berada pada kategori rendah. Selanjutnya, penelitian lain menunjukkan 9,7% kepercayaan diri siswa berada pada kategori sangat tinggi, 24,2% berada pada kategori tinggi, 37,1% berada pada kategori sedang, 22,6% berada pada kategori rendah, dan 6,5% berada pada kategori sangat rendah. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terlihat kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang bahkan tergolong rendah⁵.

Body image merupakan imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Sejalan dengan itu, menjelaskan bahwa tingkat *body image* individu digambarkan dengan seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan

³ Riskha Ramanda, "Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body image* Bagi Perkembangan Remaja". *Jurnal Edukasi*, vol. 5, No. 2 (2019).

⁴ Ibid.. 13.

⁵ Ibid.. 108.

tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu: reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain. Idealnya *body image* yang harus dimiliki individu adalah positif. agar ia mampu menerima dirinya sendiri tanpa harus memikirkan standar tubuh kebanyakan orang. Namun, yang terlihat di lapangan masih banyaknya siswa terutama remaja putri yang memiliki *body image* negatif baik itu pada kategori rendah maupun kategori sedang⁶.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa narasumber merasakan bahwa dirinya merasa kurang dengan keadaan tubuh yang ia miliki lebih tepatnya mengarah ke dalam *body image*. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan mengambil judul “Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Kelas XI di SMAN 1 Geger Kabupaten Madiun”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang datanya berupa angka-angka dan analisis menggunakan *statistic*⁷. Tujuan penelitian kuantitatif adalah untuk mengembangkan dan menggunakan model matematis, teori, dan atau hipotesis yang berkaitan dengan fenomena yang diselidiki oleh peneliti⁸. Subjek dalam penelitian ini adalah para remaja putri kls XI di SMAN 1 Geger Madiun dengan jumlah 184 responden. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner jenis tertutup dengan menggunakan skala likert. Angket yang telah dipersiapkan dilakuka uji coba terlebih dahulu untuk menguji validitas reliabilitasnya. Uji asumsi yang digunakan adalah uji normalitas, uji linieritas, dan uji hipotesis, sedangkan untuk teknik analisis data menggunakan validitas konstruk yang sesuai untuk menjawab rumusan masalah yang diajukan.

Dalam teknik analisis data, jika dilakukan secara manual akan menghasilkan beberapa jawaban sekaligus karena proses yang dilakukan harus mencari hubungan antara

⁶ Ibid.. 108.

⁷ Ibid., 7.

⁸ Yusuf Muri, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan* (Jakarta: Prenada Media Group, 2014), 5.

variabel dependen dengan masing-masing variabel independen, menggunakan validitas konstruk. Maka untuk melengkapi data akan dipaparkan hasil analisis validitas konstruk antara pengaruh *body image* dengan kepercayaan diri. Dalam mengola data, peneliti menggunakan aplikasi untuk membantu proses penghitungan yaitu menggunakan aplikasi *SPSS Versi 25 for windows*.

HASIL PENELITIAN DA PEMBAHASAN

Tabel 1
Distribusi frekuensi dan presentasi *body image*

		NILAI_X	
		Frequency	Percent
Valid	27-38	27	14,7
	39-59	131	71,2
	60-76	26	14,1
	Total	184	100,0

Dari hasil perhitungan nilai kategori di atas dapat diketahui bahwa kategori skor tinggi ($x > 59$) memiliki jumlah 27 responden dengan presentasi 14%, kategori sedang ($39 < X < 59$) terdapat 131 responden.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Dan Peresentasi Kepercayaan Diri

		NILAI_Y	
		Frequency	Percent
Valid	35-39	9	4,9
	40-50	143	77,7
	51-59	32	17,4
	Total	184	100,0

Dari hasil perhitungan nilai kategori diatas dapat diketahui bahwa kategori skor tinggi ($X > 50$) memiliki jumlah 9 responden dengan presentasi 4,9%, kategori sedang ($40 < M < 50$) terdapat 143 responden.

Tabel 3
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		<i>Unstandardized Residual</i>
<i>N</i>		184
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	0,0000000
	<i>Std. Deviation</i>	3,96256738
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	0,059
	<i>Positive</i>	0,059
	<i>Negative</i>	-0,044
<i>Test Statistic</i>		0,059
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.200 ^{c,d}

- a. *Test distribution is Normal.*
- b. *Calculated from data.*
- c. *Lilliefors Significance Correction.*
- d. *This is a lower bound of the true significance.*

Berdasarkan pada tabel 4.12 dapat diketahui bahwa nilai Asymp. Sig . (2-tailed)nya adalah 200. Dengan demikian berarti nilai signifikansi data tersebut berada di atas nilai 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

Tabel 4
Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KEPERCAYAAN DIRI * BODY IMAGE	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined) Linearity</i>	2360,396	42	56,200	3,753	0,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	1598,349	1	1598,349	106,738	0,000
			762,047	41	18,587	1,241	0,179
		<i>Within Groups</i>	2111,408	141	14,975		
<i>Total</i>			4471,804	183			

Berdasarkan tabel 4.13 diketahui bahwa nilai Sig. deviation from linearity sebesar 0,904 maka lebih besar dibandingkan nilai signifikansi 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kepercayaan diri dengan perilaku positif.

Tabel 5
Uji Regresi Linear Sederhana

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.598 ^a	0,357	0,354	3,97344

a. Predictors: (Constant), BODY IMAGE

Tabel 6

Uji Regresi *Linear Sederhana*

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	30,465	1,526		19,965	0,000
	BODY IMAGE	0,304	0,030	0,598	10,062	0,000

a. Dependent Variable: KEPERCAYAAN DIRI

Tabel 4.14 merupakan hasil uji regresi yang menghasilkan koefisien korelasi sebesar 598 dengan nilai signifikansi 0,000 yang terdapat pada tabel 4.15. Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh antara variabel *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri. Tabel model summary menunjukkan nilai R Square atau angka yang berkisaran 0 sampai 1 yang mengindikasikan besarnya kombinasi variabel independen secara bersama-sama yang mempengaruhi nilai variabel dependen yaitu sebesar 0,357. Nilai ini menunjukkan bahwa sumbangan dari variabel pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri sebesar 35,7%.

Tabel 7

Uji Regresi *Linear Sederhana X dan Y*

t _{hitung}	signifikansi	t _{tabel}
19,965	0,000	1.97

Sumber: data diolah

Dari tabel 4.16 diketahui bahwa t_{hitung} (19,965) $>$ t_{tabel} (1,97) dan nilai signifikansinya 0,000 $<$ 0,25. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak atau H_1 diterima, dengan kata lain *body image* berpengaruh terhadap kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun.

Hasil penelitian ini menunjukkan sumbangan efektif *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri 35,7%, hasil uji regresi linier sederhana memperoleh nilai t_{hitung} sebesar 19,965 $>$ t_{tabel} 1,97 sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *body image* (X) berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri (Y). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh *body image* yang signifikan terhadap kepercayaan diri remaja putri di SMAN 1 Geger Madiun.

Hasil penelitian ini menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian Genny, Welly dan Andella⁹ dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa penampilan adalah salah satu aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Permasalahan terkait penampilan khususnya bentuk tubuh tidak jarang mempengaruhi konsep diri khususnya bagi perempuan muda. Kebutuhan untuk meningkatkan kualitas penampilan didukung tuntutan untuk tampil sempurna bagi perempuan muda merupakan sarana eksistensi diri yang utama. Sehingga secara tidak langsung penelitian ini juga membuktikan bahwa *body image* dapat berpengaruh dalam kepercayaan diri seseorang.

Body image memberikan pengaruh pada kepercayaan diri remaja juga dikuatkan dengan pendapat Dwi Putri¹⁰ yang mengatakan bahwa salah satu tahap perkembangan remaja yakni mengenai kepercayaan diri. Memiliki kepercayaan diri sangatlah penting hal ini dikarenakan seorang remaja akan mampu untuk menilai diri sendiri dan melakukan suatu pekerjaan secara efektif di dalam kehidupannya.

Remaja sering kali menilai kritis tubuh mereka. Apakah tubuh mereka memiliki bentuk dan ukuran yang ideal hal ini telah dikuatkan oleh pendapat Ida Wati, Sarinah, dan

⁹ Genny Gustina Sari, Welly Wirman, dan Andella Dekrin, "Pengaruh *Body image* terhadap Konsep Diri Mahasiswi *Public Relations* di Kota Pekanbaru", *Jurnal of Strategic Communication*, Vol.12 No.1 (2021).

¹⁰ Dwi Putri Robiatul Adawiyah, "Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang", *Jurnal Komunikasi*, Vol 14 No.2 (2020).

Sri¹¹. Di sini juga dijelaskan bahwa hipotesis penelitian yaitu adanya hubungan positif antara *body image* dan kepercayaan diri pada siswi kelas X SMA dapat diterima.

Menurut Riskha Ramanda dkk, ada beberapa istilah untuk perkembangan fisik remaja, yaitu *The Onsetof pubertal growth spurt* (masa kritis dari perkembangan biologis) dan *The maximum growth age*, yang berupa perubahan bentuk tubuh, ukuran, tinggi, dan berat badan, proporsi muka dan badan. Pertumbuhan fisik remaja laki-laki dan perempuan menunjukkan perbedaan yang mencolok. Remaja perempuan lebih cepat pertumbuhan fisiknya dibandingkan dengan remaja laki-laki, namun pada periode tertentu remaja laki-laki akan menyusul dengan kecepatan melebihi remaja perempuan sehingga pada akhirnya remaja laki-laki mempunyai tinggi, besar, dan berat badan melebihi anak perempuan¹².

Perubahan-perubahan tersebut melibatkan citra tubuh (*body image*). Citra tubuh satu aspek psikologis dari perubahan fisik saat pubertas adalah sesuatu yang pasti, remaja terobsesi dengan tubuhnya sendiri dan mengembangkan gambaran dari bentuk tubuh yang remaja sukai dan remaja sering mengalami kegusaran hati yang paling dalam karena perhatian yang besar pada diri terutama kalau ada penyimpangan, bagi remaja yang mengalami masa pertumbuhan yang cacat dapat menghambat kepribadiannya seperti rendah diri, dan tidak percaya diri.

PENUTUP

Berdasarkan uraian deskriptif data serta analisis data dalam penelitian ini dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *body image* terhadap kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun. Adapun besar pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri adalah 35,7%.
2. Berdasarkan deskripsi statistik skala variabel *body image* diketahui berberapa nilai rata-rata data (*Mean*) sebesar 49,5054 nilai tengah data (*Median*) yang dimiliki

¹¹ Ida Wati, Sarinah, dan Sri, "Kepercayaan Diri Ditinjau Dari *Body image* Pada Siswi Kelas X SMA", *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, Vol.13 No.1 (2019).

¹²Riskha Ramanda, Zarina Akbar, dan R. A. Murti, "Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body image* Bagi Perkembangan Remaja", *jurnal edukasi*, vol.5 No.2 (2019).

adalah 49,0000 dan nilai yang sering muncul (*Mode*) sebesar 48,00. Sedangkan statistik skala variabel kepercayaan diri dapat diketahui bahwa nilai rata-rata data (*Mean*) sebesar 45,5326, nilai tengah data (*Median*) yang dimiliki adalah 44,5000, dan nilai yang sering muncul (*mode*) sebesar 44,00. Hal ini menunjukkan bahwa *body image* menurunkan rasa kurangnya percaya diri pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun.

DAFTAR RUJUKAN

- Adawiyah, Dwi Putri Robiatul. "Pengaruh Penggunaan Tiktok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang". *Jurnal Komunikasi*, Vol. 14, No. 2, Tahun 2020. <https://Journal.trunojoyo.ac.id>
- Amalia, Lia. "Citra Tubuh (*Body image*) remaja putri". *Jurnal Musawa*. Vol. 5, No. 4, Tahun 2007. <http://ejurnal.uin-suka.ac.id/pusat/MUSAWA/article/view/54.441-464/1361>
- Amalia, Syarifah. "Hubungann Antara *Body image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body Shaming". *Skripsi*, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2020.
- Badan Pusat Statistik, Kementrian Dalam Negeri. "Berita Resmi Statistik Hasil Sensus Penduduk 2020," BPS/Go.Id. 2020.
- Dewi, Amanda Unzhilla & Ifdill. "Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri". *Jurnal EDUCATION*, Vol.02, No.02. Tahun 2016 <https://jurnal.iicet.org>
- Dzikran, Ahmad. *Jadilah Diri Sendiri*. Tangerang Selatan: Gemilang, 2018
- Denich, Amanda Unziila, dan Ifdil. "Konsep *Body image* Remaja Putri". *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol. 3. No. 2. Tahun 2015. <http://jurnal.konselingindonesia.com>
- Emzir, *Metodolodi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Press, 2012.
- Fitri, Emria, Nilma Zola, Ifdil Ifdil, " Profil Kepercayaan Diri Remaja Serta Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi", *Jurnal Peneliti Pendidikan Indonesia*, Vol.4 No.1, Tahun 2018. <https://jurnal.iict.org>
- Hidayati, Sif'atur Rif'ah Nur. "Hubungan Antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Mooderator Pada Mahasiswa Psikologi

- Univversitas Negeri Surabaya”. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 08. NO. 03. Tahun 2021.
- Ifdil, Ifdil, Amandha Unzilla Denich, Asmidir Ilyas. “Hubungan *Body image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Vol. 2. No. 3. Tahun 2017. <http://dx.doi.org/10.17977/um001v2i32017p107>
- Mappiare. *Psikologi Remaja*, Surabaya: Usaha Nasional, 1982.
- Marlina, Yesi. Ernalia, Yanti. “Hubungan Persepsi *Body image* Dengan Status Gizi Remaja Pada Siswa SMP di Pekanbaru”. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. Vol. 6, No. 2. Tahun 2020. <http://jurnal.htp.ac.id>
- Natanael, Sufren, younathan. *Mahir Menggunakan SPSS Secara Otodidak*. Jakarta: Elix Media Komputindo, 2013.
- Nisa, Hayatul. “Hubungan *Body image* Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa UIN AR-RANIRY Banda Aceh”. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri AR-RANIRY Banda Aceh, 2021.
- Pratiwi, Leoni Risky. “Pengaruh *Body image* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Modelling Di Andika Production”. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, 2021.
- Ramadani, Riskha. Zarina Akbar, R.A. Murti Kusuma Wirasti, “Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori *Body image* Bagi Perkembangan Remaja”. *Jurnal Edukasi, Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol.5, No.2, Tahun 2019. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id>
- Rombe, Sufrihana. “Hubungan *Body image* dan Kepercayaan Diri Dengan Prilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda”. *Jurnal Psikoborneo*. Vol.1 No.4. Tahun 2013. <http://e-journals.unmul.ac.id>
- Santoso, Singgih. *Panduan Lengkap SPSS Versi 23*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo, 2016.
- Sari, Genny Gustina. Welly Wirman. dan Andella Dekrin. “Pengaruh *Body image* Terhadap Konsip Diri Mahasiswi Public Relations di Kota Pekan Baru”. *Jurnal Of Strategic Communication*. Vol.12 No.1, Tahun 2021. <https://journal.univpancasila.ac.id>
- Sarwoono, Jonathan. *Model-model Linear dan Npn-Linear dalam IBM SPSS 21*. Jakarta: PT. Elix Media Komputindo, 2013.
- Setiaman, Sobur. Analisis Korelasi Dan Regresi Linear Sederhana Dengan SPSS Versi 24. 1st ed. Vol. 5 . PPNI Qatar, 2019.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2016.

- _____, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Wahyono, Teguh. *Analisis Statistik Mudah Dengan SPSS 20*. Jakarta: Pt. Alex Media Komputindo, 2012.
- Wardani, Rachajeng Marsya. “Hubungan *Body image* Terhadap Penerimaan Diri Pada Remaja”. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2013.
- Wati, Ida. Sarinah , Sri H. “Kepercayaan Diri Ditinjau Dari *Body image* Pada Siswi Kelas X SMA”. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*. Vol.13 No.1, Tahun 2019. <https://journal.binadarma.ac.id>
- Aristantya, Era Kurnia. Helmi, Avin Fadilla Helmi. “Citra Tubuh Pada Remaja Pengguna Instagram”. *Jurnal OF PSYCHOLOGY*. Vol. 5, No. 2. Tahun 2019. <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop>
- Alidia, Fauzana. “*Body image* Ditinjau Dari Gender”. *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*. Vol. 14, No. 2. Tahun 2018.
- Marwoko, Gatot. “Psikologi Perkembangan Masa Remaja” *Jurnal Tarbiyah Dan Syari’ah Islamiyah*. Vol. 26, No. 1. Tahun 2019. <https://doi.org/10.29138/tasyri.v26il.69>