Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan Vol. 9 No. 1 Januari 2025, Halaman 53-58 p-ISSN 2356-3079
DOI: 10.33655/mak.v9i1.218 e-ISSN 2685-1946
https://jurnal-d3per.uwhs.ac.id/index.php/mak/article/view/218

Body Image dan *Self Confidence* Pada Remaja Putri: Studi Korelasional

Penulis Pertama : Dwika Apriliana
Institusi : STIKes Surya Global Yogyakarta
Alamat institusi : Jalan Ringroad Selatan, Blado, Potorono, Banguntapan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta
Asal Negara : Indonesia

Penulis Kedua* : Fitri Dian Kurniati
Institusi : STIKes Surya Global Yogyakarta
Alamat institusi : Jalan Ringroad Selatan, Blado, Potorono, Banguntapan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta
Asal Negara : Indonesia

***Email Korespondensi: fitridiankurniati@gmail.com**

Diterima: 12 November 2024 Direvisi: 31 Desember 2024 Disetujui: 22 Januari 2025 Dipublikasikan: 24 Januari 2025

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa peralihan, sehingga proses pertumbuhan fisik, mental dan emosional terjadi secara cepat. *Body image* merupakan persepsi atau penilaian puas dan tidak puas seseorang terhadap dirinya secara fisik, yang dapat menciptakan evaluasi positif ataupun negatif terhadap diri sendiri. Citra tubuh yang negatif seringkali dikaitkan dengan rendahnya kepercayaan diri pada remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *body image* dengan *self-confidence* pada remaja putri. Jenis penelitian yang digunakan adalah non-eskperimen dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini melibatkan sejumlah remaja putri sebagai responden. Sampel penelitian ini adalah remaja putri kelas 10 SMA Negeri 2 Banguntapan Yogyakarta berjumlah 66 responden dan teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *body image* dan kuesioner *self-confidence* yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Data yang terkumpul diolah menggunakan analisis uji *kendall tau*. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa sebagian besar responden memiliki *body image* tinggi yaitu sebanyak 38 responden (57.6%) dan sebagian besar responden juga memiliki *self confidence* kategori tinggi sebanyak 48 responden (72.7%). Hasil analisis data menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan dengan tingkat hubungan sedang antara *body image* dengan *self-confidence* pada remaja putri. Semakin positif persepsi remaja putri terhadap tubuhnya, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan dirinya. Temuan ini mengindikasikan bahwa ada hubungan *body image* dengan *self confidence* pada remaja putri di SMA Negeri 2 Banguntapan Yogyakarta.
Kata Kunci: *Body Image;* Remaja Putri; *Self Confidence*

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period characterized by rapid physical, mental, and emotional growth. Body image refers to an individual's perception or evaluation of satisfaction or dissatisfaction with their physical self, which can lead to either positive or negative self-assessment. Negative body image is often associated with low self-confidence among adolescent girls. This study aims to identify the relationship between body image and self-confidence in adolescent girls. The research employed a non-experimental design with a cross-sectional approach. It involved a number of adolescent girls as respondents. The sample consisted of 66 tenth-grade female students from SMA Negeri 2 Banguntapan, Yogyakarta, selected using purposive sampling. Data were collected using validated and reliable questionnaires on body image and self-confidence. The collected data were analyzed using the Kendall's Tau correlation test. The results showed that the majority of respondents had a high body image, with 38 respondents (57.6%), and most respondents also demonstrated high self-confidence, with 48 respondents (72.7%). Data analysis indicated a significant positive correlation with a moderate relationship strength between body image and self-confidence in adolescent girls. The more positive an adolescent girl's perception of her body, the higher her level of self-confidence. These findings suggest a relationship between body image and self-confidence among adolescent girls at SMA Negeri 2 Banguntapan, Yogyakarta.
Keywords: Adolescent Girls; Body Image; Self Confidence

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa yang datang setelah masa anak-anak. Pada masa ini remaja mencari identitas dirinya dengan cara mencari tahu, mencoba, dan menemukan apa yang sesuai dengan dirinya. Remaja putri berada dalam masa perkembangan fisik dan emosional yang intens, dan sangat dipengaruhi

oleh lingkungan sosial, media, dan ekspektasi budaya mengenai penampilan. Media sosial, iklan, dan figur publik secara tidak langsung dapat membentuk standar kecantikan yang tinggi dan tidak realistis, yang sering kali menyebabkan remaja merasa tertekan untuk tampil sesuai dengan standar tersebut. Standar kecantikan yang sering ditampilkan cenderung mengidealkan tubuh yang kurus, berkulit cerah, dan sempurna. Hal ini dapat menyebabkan remaja putri merasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya, yang kemudian dikenal dengan istilah *body image* negatif (1).

Pada saat ini banyak remaja yang merasa tidak puas dengan gambaran tubuhnya khususnya pada remaja putri sesuai dengan suatu hasil penelitian yang menyebutkan bahwa sebanyak 30% remaja putri mengalami gangguan *body image* yang negatif (2). Demikian pula dalam penelitian lainnya mendapatkan jumlah yang lebih banyak terkait dengan *body image* pada remaja, yaitu sebanyak 56% remaja memiliki *body image* negatif (3).

Permasalahan *body image* dikalangan remaja sangatlah tinggi khususnya remaja putri. Perempuan lebih cenderung memiliki citra tubuh yang negatif daripada laki-laki karena sepanjang hidup perempuan kerap diberi pesan bahwa tubuh dan penampilan adalah hal terpenting dalam diri mereka (3). Dari 34 privinsi di Indonesia, Daerah Istimewa Yogyakarta menduduki nomor satu provinsi dengan jumlah penduduk perempuan yang lebih banyak daripada laki-laki. Dengan jumlah penduduk remaja perempuan di tahun 2023, sebanyak 172.848,0 jiwa dari 338.453,0 jiwa remaja (4). Suatu hasil penelitian menemukan bahwa sebanyak 80,74% remaja perempuan di Yogyakarta mengalami gangguan *body image* (5). Kabupaten Bantul merupakan salah satu kabupaten di Yogyakarta dengan jumlah remaja perempuan tertinggi yakni sebanyak 43.878 jiwa dari 82.814 jiwa remaja (6). Permasalahan *body image* pada remaja perempuan di kabupaten Bantul cukup banyak sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan menyatakan bahwa sebanyak 46,09% remaja perempuan mengalami ketidakpuasan dengan gambaran tubuhnya (7).

Positif *body image* mempunyai dampak yang baik terhadap cara remaja dalam memberi penilaian dan memandang hal-hal yang berhubungan dengan fisik, sehingga remaja akan merasa nyaman dan menerima fisiknya. Sebaliknya, dampak *body image* negatif pada remaja akan membuat memandang negatif kondisi fisiknya sehingga timbul perasaan minder, kecemasan, *insecurity*, dan rasa tidak puas. Dampak negatif lainnya yang akan dialami remaja ketika memiliki *body image* negatif adalah kurang percaya diri (8). Kepercayaan diri atau *self confidence* merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja, karena percaya diri ini menjadi bagian penting sebagai penentu seseorang dalam bersikap dan bertingkah laku (9).

Ada penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara citra tubuh negatif dan kepercayaan diri rendah pada remaja putri. Sebanyak 58% remaja putri mengalami kepercayaan diri yang rendah. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa bahwa citra tubuh sangat berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang (10). S*elf-confidence* merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis remaja. Kepercayaan diri yang tinggi dapat mendorong individu untuk aktif berinteraksi sosial, menghadapi tantangan dengan optimis, dan mengembangkan potensi dirinya secara maksimal. Sebaliknya, kepercayaan diri yang rendah dapat membatasi kemampuan remaja untuk berekspresi dan merasa nyaman dalam berbagai situasi, yang dapat memengaruhi perkembangan sosial dan emosional secara keseluruhan. Dampak kurangnya kepercayaan diri pada remaja akan mempengaruhi pencapaian dan prestasinya. Dampak positif jika seseorang memiliki percaya diri yang tinggi dapat membuat seseorang selalu berpikir positif dan tenang ketika menghadapi tantangan, karena merasa mampu dan yakin bahwa dapat melewati tantangan tersebut (11).

Penelitian tentang *body image* dan *self confidence* pada remaja putri merupakan studi yang sangat relevan mengingat masa remaja adalah periode kritis pembentukan identitas diri, termasuk persepsi terhadap tubuh. Korelasi antara kedua variabel ini penting untuk diungkap karena dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri remaja putri. Potensi kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatan korelasional yang digunakan untuk memahami secara lebih spesifik bagaimana *body image* memengaruhi *self confidence* dalam konteks budaya lokal atau faktor-faktor lingkungan tertentu, yang sering kali kurang mendapat perhatian dalam studi sebelumnya. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi pada pengembangan program intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan *body image* dan *self confidence* pada remaja putri.

Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan Vol. 9 No. 1 Januari 2025, Halaman 53-58 p-ISSN 2356-3079
DOI: 10.33655/mak.v9i1.218 e-ISSN 2685-1946
https://jurnal-d3per.uwhs.ac.id/index.php/mak/article/view/218

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dengan *self confidence* pada remaja putri. Penelitian ini berfokus pada hubungan antara *body image* dan *sel -confidence* pada remaja putri, mengingat bahwa pemahaman yang mendalam mengenai hubungan ini dapat membantu dalam pengembangan program atau intervensi yang bertujuan meningkatkan kepercayaan diri dan kesehatan mental remaja putri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian non-eksperimen dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X di SMA Negeri 2 Banguntapan tahun pelajaran 2023/2024 yang berjumlah 146 siswi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 66 responden yang dipilih secara *purposive sampling.* Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *body image* dan kuesioner *self confidence* yang diadopsi dari penelitian sebelumnya (12). Analisis bivariate dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *Kendall's tau.* Penelitian ini sudah lolos uji etik di KEPK STIKes Surya Global dengan nomor surat: No.1.13/KEPK/SSG/II/2024.

HASIL

Hasil penelitian didapatkan data berdasarkan karakteristik usia hampir seluruh dari reponden berusia 15-17 tahun yaitu sebesar 62 responden (93,3 %) dan sangat sedikit responden yang berusia 11-14 tahun yaitu hanya 4 responden (6,1%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *body image* dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 38 responden (57,6%), hampir setengahnya memiliki *body image* dalam kategori sedang sebanyak 22 responden (33,3%), sangat sedikit dari responden yang memiliki *body image* kategori rendah yaitu sebanyak 4 responden (6,1%), dan yang memiliki kategori sangat rendah sebanyak 2 responden (3,0%). *Self confidence* pada responden sebagian besar berada dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 48 responden (72,7%), hampir setengahnya memiliki *self confidence* dalam kategori sedang sebanyak 12 responden (18,2%), sangat sedikit dari responden yang memiliki self confidence kategori rendah yaitu sebanyak 5 responden (7,6%), dan yang memiliki *self confidence* kategori sangat rendah yaitu sebanyak 1 responden (1,5%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
11-14	4	6,1
15-17	62	93,3
Body Image		
Tinggi	38	57,6
Sedang	22	33,3
Rendah	4	6,1
Sangat Rendah	2	3,0
Self Confidence		
Tinggi	48	72,7
Sedang	12	18,2
Rendah	5	7,6
Sangat Rendah	1	1,5
Total	66	100

Hasil Uji *Kendall tau* didapatkan nilai *p value* = 0,000 (nilai $p<0.05$), sehingga terdapat hubungan signifikan anatara *body image* dengan *self confidence* pada remaja putri di SMA Negeri 2 Banguntapan Yogyakarta. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,483 menunjukan bahwa kekuatan atau tingkat hubungan antara kedua variabel yang diuji dalam kategori sedang (r=0.483) dan nilainya positif yang berarti jika

Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan Vol. 9 No. 1 Januari 2025, Halaman 53-58 p-ISSN 2356-3079
DOI: 10.33655/mak.v9i1.218 e-ISSN 2685-1946
https://jurnal-d3per.uwhs.ac.id/index.php/mak/article/view/218

body image tinggi maka *self confidence* juga tinggi. Analisis hubungan antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja putri disajikan pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Hubungan *Body Image* dengan *Self Confidence* pada Remaja Putri

Self Confidence	***Body Image***								*Correlation Coefficient*	*p value*
	Sangat rendah		Rendah		Sedang		Tinggi			
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Sangat rendah	0	0,0	1	1,5	0	0,0	0	0,0	0,483	0,000*
Rendah	2	3,0	3	4,5	0	0,0	0	0,0		
Sedang	0	0,0	0	0,0	7	10,6	5	7,6		
Tinggi	0	0,0	0	0,0	15	22,7	33	50,0		
Total	2	3,0	4	6,1	22	33,3	38	57,6		

*Uji *Kendall's tau*

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja putri di SMA Negeri 1 Banguntapan. Semakin tinggi *body image* yang dimiliki remaja putri di SMA Negeri 2 Banguntapan Yogyakarta maka akan semakin tinggi *self confidence* yang dimilikinya dan semakin rendah *body image* remaja putri maka akan semakin rendah pula tingkat *self confidence* yang dimiliki. Body image dan self confidence merupakan dua aspek penting dalam perkembangan remaja putri. Keduanya saling terkait erat, dimana *body image* yang positif cenderung mendukung tumbuhnya *self confidence* yang tinggi, sementara *body image* yang negatif dapat menghambat perkembangan *self confidence.* Penelitian ini dapat membantu mengidentifikasi kelompok remaja putri yang berisiko mengalami masalah terkait *body image* dan *self confidence*, sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan lebih dini.

Hasil temuan penelitian ini memiliki arti penting bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan, khususnya dalam mendukung pelayanan kesehatan holistik bagi remaja. Dengan memahami hubungan antara *body image* dan *self confidence*, perawat dapat merancang intervensi yang lebih terarah untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja putri, seperti program edukasi tentang citra tubuh yang sehat dan konseling kepercayaan diri. Temuan ini juga dapat membantu perawat dalam mengidentifikasi risiko gangguan mental, seperti gangguan makan atau depresi, yang sering terkait dengan persepsi tubuh negatif. Selain itu, penelitian ini mendukung pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing*), sehingga perawat dapat memberikan pendekatan yang lebih sensitif terhadap kebutuhan psikososial remaja dalam konteks budaya dan lingkungan.

Sebagian besar responden pada penelitian ini memiliki *body image* yang tinggi sebanyak 38 responden (57,6%) dan hanya sedikit responden yang memiliki *body image* sangat rendah sebanyak 2 responden (3,0%). Hal ini dapat terjadi karena sudah adanya keberhasilan pada tahap perkembangan remaja, dan terciptanya sosiokultural yang positif di sekitar lingkungannya. Terdapat 5 aspek yang mendasari pengukuran *body image* pada seorang individu, yaitu : evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan fisik sosial menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh (13). Pada hasil penelitian ini aspek tertinggi *body image* ditemukan yaitu pada aspek orientasi penampilan dan pengkategorian ukuran tubuh. Pada masa remaja, khususnya bagi remaja putri upaya untuk memperbaiki dan menjaga penampilan adalah hal yang sangat penting, remaja ingin memperlihatkan penampilan yang bisa menarik perhatian orang lain dan remaja juga akan mengalami cepat tertarik dengan lawan jenis.

Aspek yang rendah pada *body image* yaitu pada kepuasan terhadap bagian tubuh. Menurut peneliti hal tersebut dapat terjadi karena pada masa remaja sedang mengalami perkembangan dan perubahan yang pesat yang dipengaruhi oleh dua hal yang berasal dari dalam diri dan lingkungan. Salah satunya yaitu remaja cenderung akan meniru atau mengikuti idola mereka yang memiliki ukuran tubuh yang menurut mereka bagus, hal ini membuat remaja yang memiliki ukuran tubuh yang tidak sesuai dengan

idolanya akan mengalami ketidakpuasan terhadap bagian tubuh atau *insecure*. Didukung penelitian sebelumnya yang menunjukkan hasil dari 87 responden memiliki keseluruhan kepercayaan diri dengan kategori tinggi yaitu sebesar 68.8% (10). Hal ini terjadi karena seseorang yang sudah mampu mengevaluasi bentuk fisiknya secara positif, membuat seseorang dapat merasakan *body image* yang positif. *Body image* yang positif yaitu seseorang yang merasa puas terhadap apa yang dimiliki pada dirinya, memiliki penerimaan yang bagus pada tubuhnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagaian besar remaja putri memiliki *self confidence* pada ketegori tinggi sebanyak 48 responden (72,7%) dan sedikit responden yang memiliki *self confidence* pada kategori sangat rendah yaitu hanya sebanyak 5 responden (7,6%). Menurut peneliti remaja yang memiliki *self confidence* yang tinggi akan berpengaruh baik terhadap kehidupannya dan aktivitasnya sebagai pelajar. *Self confidence* membuat remaja memiliki perilaku yang baik, tidak ketergantungan dengan orang lain, dan mempunyai sikap mandiri untuk sesuatu yang diharapkan. kepercayaan diri merupakan suatu aspek kepribadian manusia yang memiliki fungsi penting dalam mengningkatkan kemampuan yang dimilikinya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menyimpulkan bahwa pada hakekatnya menusia memiliki rasa percaya diri, namun rasa percaya diri itu berbeda-beda antara satu dengan yang lain. Secara teoritis rasa percaya diri digambarkan dengan bagaimana seseorang mampu melakukan sesuatu tanpa ragu-ragu (14).

Penelitian ini sejalan dengan teori Lauster yang mengkategorikan *self confidence* menjadi lima aspek. Aspek-aspek tersebut yaitu : keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional (15). Pada penelitian ini aspek tertinggi pada *self confidence* kategori tinggi yaitu aspek keyakinan pada kemampuan diri dan optimis. Menurut asumsi peneliti sangat penting bagi remaja untuk memiliki optimisme yang tinggi karena untuk meraih kesuksesan dimasa depan dalam situasi yang penuh tantangan dan persaingan, tergantung bagaimana seseorang menilai dirinya sendiri. Optimis merupakan suatu sikap positif dalam diri seseorang yang memiliki pandangan baik dalam menghadapi segala sesuatu, harapan dan kemampuan. Aspek *self confidence* yang rendah pada penelitian ini adalah aspek rasional. Menurut asumsi peneliti hal tersebut karena masa remaja adalah masa dimana individu sedang mencari identitas dirinya, remaja akan melakukan dengan cara apapun tanpa mempertimbangkan resiko yang akan terjadi. Pengawasan dari orang dewasa sangatlah diperlukan, karena remaja seringkali bersikap tidak rasional pada saat mengambil keputusan.

Wiranatha & Supriyadi (dalam Annisa et al., 2023) mengungkapkan bahwa *Body image* mempunyai kaitan yang signifikan dengan *self confidence* pada remaja (10). Hal ini didasarkan bagaimana remaja tersebut dalam melihat dan menilai fisiknya yang berupa bentuk tubuh maupun ukuran tubuh yang dimiliki, Penampilan fisik ataupun daya tarik fisik mempunyai kaitan yang sangat erat terhadap rasa percaya diri, sehingga remaja akan melakukan berbagai macam usaha agar terlihat menarik, sehat dan bugar, yang akan menimbulkan kepercayaan diri seseorang untuk melakukan berbagai aktivitas. *Body image* yang positif sangat penting untuk membangun *self confidence* pada remaja putri. Dengan memahami hubungan antara keduanya, maka dapat memberikan dukungan yang tepat untuk membantu remaja putri memaksimalkan tahap perkembangannya.

SIMPULAN

Terdapat hubungan antara *body image* dengan *self confidence* pada remaja putri di SMA Negeri 1 Banguntapan. Penelitian ini tidak hanya memperkaya landasan teori tetapi juga memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan intervensi yang berbasis bukti untuk meningkatkan kesehatan mental remaja putri. Penelitian lanjut lebih mendalam dan komprehensif juga bekerjasama dengan psikolog, psikiater, dan konselor diperlukan agar dapat mengembangkan intervensi yang lebih efektif untuk membantu remaja putri membangun *body image* yang positif dan meningkatkan *self confidence*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Shanti P, Zahra ACA. Self Esteemdan Gratitudesebagai Prediktor Body Image: Studi pada Remaja Laki-Laki di Kota Malang. J Sains Psikol [Internet]. 2022;11(1):71–5. Available from: https://journal2.um.ac.id/index.php/JSPsi/article/view/27128/9629
2. Amalia W, Vebrian G. Hubungan Antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Dengan Kepercayaan Diri

Remaja di SMK Al-Gina. Nusant Hasana J [Internet]. 2021;1(8):129–135. Available from: https://nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/188

3. Faizah NAN, Ruhana A. Persepsi Body Image dengan Kebiasaan Jajan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya (Kampus Ketintang). J Sehat Mandiri [Internet]. 2021;16(1):172–84. Available from: http://jurnal.poltekkespadang.ac.id/ojs/index.php/jsm
4. Mudassir R. Proyeksi Penduduk menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di D.I. Yogyakarta (x 1000), 2017-2025 (Jiwa), 2024-2025 [Internet]. DI Yogyakarta; 2022. Available from: https://yogyakarta.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTc0IzI=/proyeksi-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-d-i-yogyakarta-x-1000-2017-2025.html
5. EL-Huzni, Nahda L. Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Putri Di Yogyakarta. Dr Diss [Internet]. 2021;Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Available from: https://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/12351/
6. Utomo S. Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin, 2023. Bantul; 2023.
7. Subardjo RY., Dewi AD. The Relationship Between Body Image, Anemic Status, and Nutritional Status in Adolescence. Proc Int Conf Heal Med Sci [Internet]. 2021;34:280–4. Available from: https://www.atlantis-press.com/proceedings/ahms-20/125951866
8. Sari NA, Z SPR. Dampak Intesitas Mengakses Media Sosial Dengan Body Image Pada Remaja. JPI J Psikol Islam [Internet]. 2022;1(2):58–71. Available from: https://ejournal.uinmybatusangkar.ac.id/ojs/ index.php/jps/article/view/7675/2995
9. Mulkiyan. Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa melalui Konseling Kelompok. 2017;5(3):136–42. Available from: https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/208
10. Annisa C, Sutja A, Amanah S. Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Pada Kelas X SMAN 11 Kota Jambi. Innov J Soc Sci Res [Internet]. 2023;3(3):7812–7824. Available from: https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/3053
11. Awaliyani SA, Ummah AK. Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Kegiatan Muhadhoroh. Indones J Teach Educ [Internet]. 2021;2(1):246–52. Available from: https://journal.publication-center.com/index.php/ijte/article/view/263/162
12. Kurniawan A, Noviekayati I, Rina AP. Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body Shaming Pengguna Instagram. PSIKOSAINS (Jurnal Penelit dan Pemikir Psikologi) [Internet]. 2023;18(1):1–9. Available from: https://journal.umg.ac.id/index.php/psikosains/article/view/5308
13. Cash TF, Pruzinsky T. Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice. New York: Guilford Publications; 2004.
14. Andiyati ADW. Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. J Ris Mhs Bimbing dan Konseling [Internet]. 2016;5(4):80–8. Available from: https://journal.student.uny.ac.id/fipbk/article/view/1157/1031
15. Gainau MB. Pengembangan Potensi Diri Anak dan Remaja. Lima R de, editor. Yogyakarta: PT Kanisius; 2019.