

**“HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA PEREMPUAN DI
YOGYAKARTA”**



**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun Oleh :

Jihan Nurrizki Ahmadiyati

NIM 20107010062

Dosen Pembimbing :

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psikolog

NIP. 19811014 200901 2 004

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2024

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1140/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2024

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan antara Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Perempuan di Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : JIHAN NURRIZKI AHMADIYATI
Nomor Induk Mahasiswa : 20107010062
Telah diujikan pada : Selasa, 06 Agustus 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED
Valid ID: 66c3f2321c5b3



Penguji I
Miftahun Ni'mah Suseno, S.Psi., M.A.,
Psikolog
SIGNED
Valid ID: 66c2ea94112a7



Penguji II
Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED
Valid ID: 66c382610951



Yogyakarta, 06 Agustus 2024
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED
Valid ID: 66c3f4e55cfb6

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR



Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : 

Lamp : 

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Jihan Nurrizki Ahmadiyati
NIM : 20107010062
Judul Skripsi : Hubungan Antara Citra Tubuh dan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan Di Yogyakarta

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapan terima kasih.

Yogyakarta, 19 Juli 2024

Pembimbing



Sara Palila, S.Psi., M.A., Psikolog
NIP. 19811014 200901 2 004

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jihan Nurrizki Ahmadiyati

NIM : 20107010062

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Antara Citra Tubuh dan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan Di Yogyakarta” merupakan karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah hasil asli karya saya sendiri dan bukan plagiat dari karya orang lain. Adapun sumber informasi yang dikutip oleh penulis telah dicantumkan dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat digunakan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 19 Juli 2024

Yang menyatakan,



Jihan Nurrizki Ahmadiyati

NIM. 20107010062

MOTTO

“Pergunakanlah untuk mencapai tujuanmu kesabaran dan sembahyang.

Sesungguhnya Alloh selalu membantu orang-orang yang sabar”

(Al Baqoroh: 153)

“So, what if all of this could just be so easy just like ?

*Don't change, let go. Be Brave, be strong. But take it easy, no rush. I know you
got it. Go, fail, forward. Go get your voice heard, don't fold”*

(Unknown-NCT Dream)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahi Rabbil 'Aalamiin

Dengan mengucapkan hamdalah dan puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan berkah-Nya berupa kesehatan, dukungan dan dorongan dari keluarga serta teman sehingga penyusunan skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga sebagai tempat dimana penulis menempuh pendidikan.

Teruntuk Ayah, Ibu, Dik Rosyi dan Dik Yusuf.

Terima kasih atas segala dukungan, motivasi, kepercayaan, doa dan cinta yang telah memberikan kekuatan untuk terus berusaha dan berjuang hingga saat ini.



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi dengan judul “ Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan Di Yogyakarta” telah berhasil diselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan serta dorongan dari beberapa pihak, penyusunan skripsi ini tidak akan selesai. Oleh karena itu, pada kesempatan yang baik ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Dr. Mochammad Sodik, S. Sos., M. Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
2. Ibu Lisnawati S.Psi., M.Psi selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora.
3. Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., selaku Dosen Penasehat Akademik.
4. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Miftahun Ni'mah Suseno, S.Psi., Psikolog, selaku dosen penguji 1.
6. Ibu Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi., Psi., selaku dosn penguji 2.
7. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan, nasehat, dan pengalaman kepada peneliti, serta seluruh staff Tata Usaha yang telah membantu dalam proses penelitian ini.

8. Jihan Nurrizki Ahmadiyati selaku penulis. Terimakasih sudah berjuang sejauh ini, kamu hebat dan luar biasa telah sampai pada titik ini. Semoga apa yang telah kamu usahakan akan memberikan hasil yang manis dimasa yang akan datang.
9. Ayah dan Ibu penulis, Bapak Gunawan dan Ibu Maulina Sari yang telah memberikan segala dukungan material dan spiritual serta do'a, sehingga selesainya skripsi ini.
10. Adik adik penulis yaitu Dik Rosyi dan Dik Yusuf terimakasih atas bantuan serta doa yang dipanjangkan untuk mempermudah penyusunan skripsi ini.
11. Teman teman penulis: Nuril, Shila, Rara, Alfira, Mia, Imalia dan teman teman Psikologi B angkatan 2020 yang telah memberikan banyak dorongan moral, bantuan dan atensinya sehingga terselesaiannya skripsi ini.
12. Anak anak gemas dalam acara *The Return of Superman* dan Abe Cekut. Terimakasih atas tingkah gemas kalian yang telah menghibur dan meneman penulis selama penyusunan skripsi.
13. EXO, NCT, Ateez, Stray Kids, Aespa, Babymonster, Ailee dan IU. Terimakasih untuk semua lagunya yang selalu menemani penulis dalam penggerjaan skripsi.
14. Seluruh Responden yang telah meluangkan waktu membantu dalam proses penelitian ini.
15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuannya dalam terselesaiannya skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dengan segala keterbatasan ilmu dan kemampuan yang ada pada penulis, penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Namun demikian harapan penulis semoga hasil dari penyusunan skripsi ini dapat memberikan manfaat dan sumbangan bagi semua pihak yang memerlukannya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR BAGAN.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
ABSTRACT	viii
INTISARI	ix
BAB 1	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	14
C. Manfaat Penelitian	14
1. Manfaat Teoritis	14
2. Manfaat Praktis	15
D. Keaslian Penelitian.....	16
BAB II	28
DASAR TEORI	28
A. Kepercayaan Diri	28
1. Definisi Kepercayaan Diri	28
2. Aspek Aspek Kepercayaan Diri	30
3. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	31
B. Citra Tubuh	36
1. Definisi Citra Tubuh	36
2. Aspek Aspek Dalam Citra Tubuh.....	38
C. Dukungan sosial	40

1. Definisi Dukungan sosial.....	40
2. Aspek Aspek Dukungan sosial	41
3. Sumber Sumber Dukungan Sosial	43
D. Dinamika Hubungan antara Citra Tubuh dan Dukungan sosial dengan Kepercayaan Diri.....	44
E. Hipotesis.....	55
BAB III.....	57
METODE PENELITIAN	57
A. Desain Penelitian	57
B. Identifikasi Variabel Penelitian	57
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	58
D. Populasi dan Sampel	60
E. Teknik Pengumpulan Data	63
F. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur	69
G. Teknik Analisis Data.....	71
BAB IV	76
HASIL DAN PEMBAHASAN	76
A. Orientasi Kancah	76
B. Persiapan Penelitian	76
C. Pelaksanaan Penelitian.....	93
D. Hasil Penelitian.....	94
E. Pembahasan	114
KESIMPULAN DAN SARAN	123
A. Kesimpulan.....	123
B. Saran	123
DAFTAR PUSTAKA	125
LAMPIRAN.....	130

DAFTAR TABEL

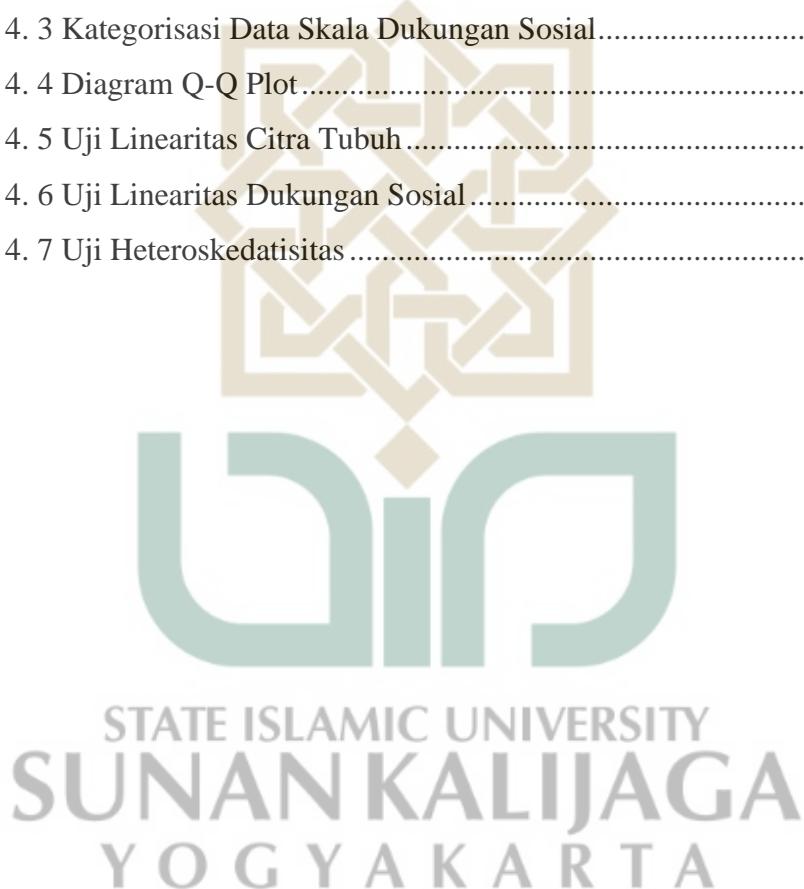
Tabel 1. 1 Literature Review.....	16
Tabel 3. 1 Jumlah Penduduk Perempuan Rentang Usia 15-18 Tahun Di Yogyakarta Tahun 2023	61
Tabel 3. 2 Jumlah Sampel Pada Setiap Unit Sampling.....	63
Tabel 3. 3 Penskoran Skala Kepercayaan Diri.....	64
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Kepercayaan Diri	65
Tabel 3. 5 Penskoran Skala Citra Tubuh.....	66
Tabel 3. 6 Blueprint Skala Citra Tubuh	67
Tabel 3. 7 Penskoran Skala Dukungan Sosial.....	68
Tabel 3. 8 Blueprint Skala Dukungan Sosial	68
Tabel 3. 9. Kategori Penilaian Tingkat Kevalidan Skala Penelitian	70
Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri	78
Tabel 4. 2 Hasil Uji Validitas Skala Citra Tubuh	80
Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Skala Dukungan Sosial	82
Tabel 4. 4 Distribusi Aitem Skala Kepercayaan Diri Sebelum Diseleksi.....	84
Tabel 4. 5 Distribusi Aitem Skala Kepercayaan Diri Setelah Diseleksi	86
Tabel 4. 6 Distribusi Aitem Skala Citra Tubuh Sebelum Diseleksi.....	87
Tabel 4. 7 Distribusi Aitem Skala Citra Tubuh Setelah Diseleksi	88
Tabel 4. 8 Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Sebelum Diseleksi.....	89
Tabel 4. 9 Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Diseleksi	91
Tabel 4. 10 Tabel Koefisien Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial	92
Tabel 4. 11 Tabel Koefisien Reliabilitas Skala Citra Tubuh	93
Tabel 4. 12 Jumlah Sampel Pada Setiap Unit Sampling.....	93
Tabel 4. 13 Data Demografi Responden Berdasarkan Usia.....	95
Tabel 4. 14 Deskripsi Objektif Data Hipotetik dan Empirik	95
Tabel 4. 15 Kategorisasi Data	97
Tabel 4. 16 Kategorisasi Data Skala Kepercayaan Diri	97
Tabel 4. 17 Kategorisasi Data Skala Citra Tubuh.....	99
Tabel 4. 18 Kategorisasi Data Skala Dukungan Sosial.....	100

Tabel 4. 19 Uji Normalitas.....	102
Tabel 4. 20 Uji Multikolinearitas	105
Tabel 4. 21 Uji Autokorelasi.....	106
Tabel 4. 22 Model Fit Measures	107
Tabel 4. 23 Model Comparisons	109
Tabel 4. 24 Omnibus ANOVA Test.....	109
Tabel 4. 25 Model Coefficients – Kepercayaan Diri	110
Tabel 4. 26 Hasil Uji Regresi Dukungan Sosial	112
Tabel 4. 27 Hasil One Way ANOVA – Kepercayaan Diri	114



DAFTAR BAGAN

Bagan 1. 1 Hasil <i>Study Preliminary</i> Kepercayaan Diri Remaja Perempuan Di Yogyakarta	6
Bagan 2. 1 Dinamika Hubungan Antara Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri	54
Bagan 4. 1 Kategorisasi Data Skala kepercayaan Diri Kepercayaan Diri	98
Bagan 4. 2 Kategorisasi Data Skala Citra Tubuh.....	100
Bagan 4. 3 Kategorisasi Data Skala Dukungan Sosial.....	101
Bagan 4. 4 Diagram Q-Q Plot.....	102
Bagan 4. 5 Uji Linearitas Citra Tubuh	103
Bagan 4. 6 Uji Linearitas Dukungan Sosial.....	104
Bagan 4. 7 Uji Heteroskedatisitas	106



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Validitas Alat Ukur.....	130
Lampiran 2. Skala Uji Coba (Try Out).....	143
Lampiran 3. Skala Penelitian.....	149
Lampiran 4. Tabulasi Data Uji Coba (Try Out).....	156
Lampiran 5. Uji Seleksi Item dan Reliabilitas Alat Ukur.....	162
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian.....	168



***Relationship Between Body Image and Social Support With Self Confidence
among Female Adolescent in Yogyakarta***

Jihan Nurrizki Ahmadiyati

20107010062

ABSTRACT

Abstract. Self-confidence in female adolescent are lower levels than male. Low self-confidence have negative impacts for the developmental tasks that adolescents should be completed. Self-confidence in female adolescent affected by how they describe of their body image and how they get support from their surroundings. The purpose of this research is to find out the relationship between body image and social support to self confidence in female adolescents in Yogyakarta. The research method is quantitative correlation which were then analyzed with multiple linear regress analysis. The subjects of this research are 471 female adolescent (age of 15 - 18 years) who resided in Yogyakarta with the number of samples determined with proportional stratified sampling techniques. The research instrument are using self-confidence scale, social support scale and body image scale. The results of this study state that the hypothesis is accepted, namely that there is a positive relationship between body image and social support on self-confidence in adolescent girls in Yogyakarta with a P value of <0.001 and R² of 0.349. This research can provide an impact in the form of insight for female adolescent regarding things they can do to increase self-confidence.

Keyword: Body Image, Social Support, Self Confidence, Female Adolescent



Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan Di Yogyakarta

Jihan Nurrizki Ahmadiyati

20107010062

INTISARI

Intisari. Remaja perempuan merupakan individu yang cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri lebih rendah dari laki-laki. Rendahnya kepercayaan diri tersebut dapat memberikan dampak negatif terhadap perkembangan yang seharusnya dilalui oleh remaja. Hal-hal yang mempengaruhi kepercayaan diri diantaranya adalah bagaimana gambaran citra tubuh dan dukungan sosial yang diperoleh remaja perempuan. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan di Yogyakarta. Metode dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan melakukan analisis regresi linier berganda. Subjek dari penelitian ini yaitu 471 remaja perempuan dengan rentang usia 15 – 18 tahun yang bertempat tinggal di Yogyakarta dengan jumlah sampel ditentukan melalui teknik *proportional stratified sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu menggunakan skala kepercayaan diri, dukungan sosial dan citra tubuh. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa hipotesis diterima yakni terdapat hubungan positif antara citra tubuh dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan di Yogyakarta dengan nilai $P < 0,001$ dan R^2 sebesar 0,349. Penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada remaja perempuan.

Kata Kunci: *Citra Tubuh, Dukungan Sosial, Kepercayaan Diri, Remaja Perempuan*



BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja diambil dari bahasa Latin yaitu *adolescence* dengan makna makna “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Menurut Piaget, *adolescence* memiliki makna yang lebih luas, dimana di dalamnya terdapat kesiapan mental, emosional, sosial dan fisik. Menurut Hurlock, individu remaja adalah seseorang yang berada pada rentang usia 12 sampai 18 atau 20-an tahun. Secara lebih detail Monks et al. (2002) menjelaskan bahwa usia remaja dibagi dalam tiga kelompok yaitu 1) masa remaja awal pada rentang usia 12-15 tahun; 2) remaja tengah pada rentang usia 15-18 tahun ; dan 3) remaja akhir dengan rentang usia 18-21 tahun.

Dari ketiga kelompok usia remaja tersebut, Steinberg & Morris (2001) menjelaskan bahwa remaja tengah (15-18 tahun) merupakan fase puncak dari perkembangan remaja. Layaknya kurva, maka pada usia ini garis kurva berada pada puncaknya. Di mana pada fase remaja tengah individu memiliki banyak perubahan dan penyesuaian diri baik secara kognitif, emosional dan sosial.

Individu yang berada dalam masa usia remaja tengah yaitu usia 15-18 tahun tentunya memiliki tugas pertumbuhan dan perkembangan yang harus dipenuhi. Hal tersebut dilakukan untuk mematangkan tugas yang harus dipenuhi pada masa remaja. Selama perkembangannya, individu yang berada dalam masa remaja tengah akan mulai mengarah pada individu remaja seutuhnya. Di mana menurut Hurlock (1980) individu tersebut akan lebih mengembangkan dan mematangkan beberapa komponen seperti kecerdasan, psikososial, otonomi,

kehormatan, dan keakraban. Menurut pandangan psikologi, individu remaja ialah masa dimana seseorang akan berintegrasi dengan individu dewasa.

Hakikatnya perkembangan remaja merupakan proses yang berkaitan dengan perubahan fisik, emosional, kognitif dan sosial dengan berbagai bentuk latar belakang sosial, budaya dan ekonomi yang berbeda (Papalia & Feldman, 2017). Dimana dari beberapa tugas perkembangan tersebut diantaranya yaitu individu remaja akan mulai melakukan pemahaman terhadap dirinya. Santrock (2011) menyampaikan bahwa pemahaman remaja terkait “*self*” akan menjadi lebih mendalam dan introspektif namun masih memiliki sifat yang belum menyeluruh, melainkan lebih kepada konstruksi kognisi sosialnya. Hal ini berkaitan dengan kemampuan kognisi remaja yang dalam proses perkembangan dan kemudian berinteraksi dengan pengalaman sosial-budaya akan memberikan pengaruh terhadap bagaimana mereka mulai melakukan pemahaman terkait dirinya.

Tugas perkembangan remaja diantaranya yaitu diharapkan mampu mengembangkan aspek aspek dalam psikologi positif. Perkembangan remaja yang positif akan menekankan pada kekuatan remaja itu sendiri, adanya kualitas positif serta aspek aspek perkembangan yang diinginkan oleh remaja. Jacqueline Lerner, Richard Lerner dan rekan rekannya (dalam Santrock, 2011) menggambarkan perkembangan remaja positif melalui “*Five Cs*” *Positive Youth Development* (PYD) yaitu *competence* (kompetensi), *confidence* (percaya diri), *connection* (koneksi), *character* (karakter) dan *caring/compassion* (welas asih). Salah satu aspek psikologi positif yang harus dikembangkan remaja adalah rasa

percaya diri.

Menurut Denich, Ifdil dan Iyas (dalam Santrock, 2011) menjelaskan bahwa secara ideal rasa percaya diri dalam diri seseorang semestinya berada pada tingkat yang tinggi. Dimana seseorang dengan kepercayaan diri tinggi akan memiliki kemampuan untuk memaksimalkan seluruh aspek yang ada dalam dirinya. Setiap masing-masing individu semestinya memiliki rasa percaya diri. Individu dengan berpegang teguh pada rasa percaya diri yang baik akan dapat membantu mengaktualisasikan diri dengan segala potensi seperti bakat dan minat yang dimilikinya. Memiliki rasa percaya diri juga mampu menjadi alat penentu dalam keberhasilan individu di sekolahnya. Seperti halnya yang disampaikan oleh Azhari & Nursalim (2022), di mana ketika memiliki kepercayaan diri yang tinggi, individu akan mempunyai rasa tanggung jawab serta sikap optimis dalam melakukan segala hal serta dapat berfikir positif sehingga mereka mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik.

Wiranatha & Supriyadi (2015) memaparkan bahwa rasa percaya diri sebagai salah satu dari beberapa aspek kepribadian yang memiliki peran pokok bagi pertumbuhan dan perkembangan individu remaja. Berbagai masalah akan timbul apabila individu tidak memiliki kepercayaan diri dalam kehidupan. Ghufron, M. N. & Risnawita (2010) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan atribut fundamental yang harus tertanam dalam diri individu, karena dengan adanya rasa percaya diri yang baik maka individu memiliki kemampuan untuk mengaktualisasikan diri melalui pengembangan potensi yang dimiliki. Selanjutnya individu dengan kepercayaan diri akan menunjukkan sikap yang

tenang, memiliki keberanian dan mampu menunjukkan sisi rasa percaya diri yang dimilikinya kapanpun.

Individu dengan kepercayaan diri tentu membawa sikap optimis dalam menjalani kehidupan. Percaya diri merupakan modal awal yang mampu menentukan tingkat keberhasilan, dalam menghadapi setiap masalah yang dihadapi. Diawali dengan kemauan untuk lebih keras terhadap dirinya dalam mengerjakan sesuatu hal yang dibutuhkan serta diinginkan dalam hidup. Solihat et al. (2014) menjelaskan bahwa individu dengan rasa percaya diri tentu saja dapat menampilkan perasaan positif untuk dirinya, memiliki keyakinan yang kuat terhadap dirinya dan memiliki pemahaman secara akurat mengenai kompetensi yang dimiliki. Seseorang dengan rasa percaya diri bukan hanya pribadi yang merasa kompeten namun nyatanya tidak berkompeten. Individu dengan kepercayaan diri adalah individu yang memiliki pengetahuan bahwa dirinya berkompeten berdasarkan pada kemahiran dan perhitungan yang dilakukan olehnya.

Hurlock (1980) menjelaskan bahwa pengaruh dari pubertas yang terjadi pada usia remaja lebih banyak memberikan pengaruh kepada anak perempuan dibandingkan dengan anak laki laki dan adanya hambatan sosial yang mulai ditekankan pada perilaku anak perempuan yang terjadi justru saat anak perempuan ingin membebaskan diri dari tekanan. Hal tersebut terjadi karena kematangan lebih cepat dialami oleh remaja perempuan dibandingkan laki laki. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Amalia dan Vebrian (2022) di SMK Al-Gina Kabupaten Tangerang ditemukan bahwa tingkat kepercayaan diri

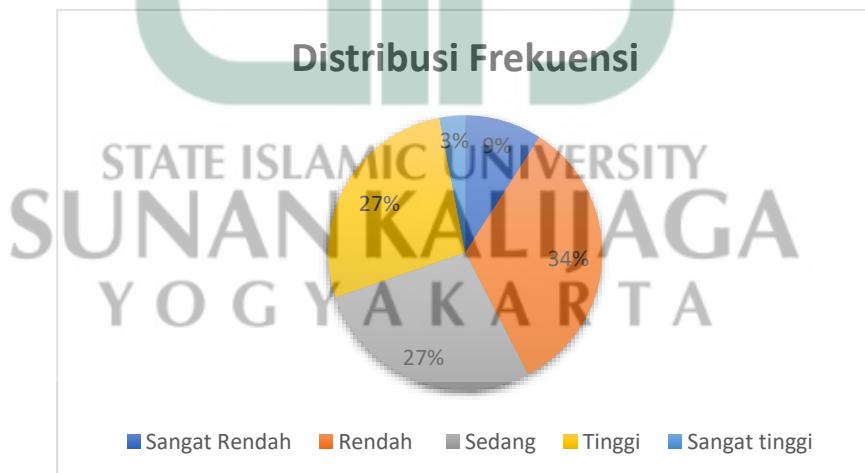
didominasi pada tingkat rendah yaitu 39 responden (32.8%), yang terdiri dari laki-laki sebanyak 13 responden (10.9%), dan perempuan sebanyak 26 responden (21.8%). Seperti yang penjelasan yang disampaikan oleh Thorne dan Michaeliu (dalam Papalia & Feldman, 2017) mengenai perbedaan antara laki laki dan perempuan remaja mengenai kepercayaan diri, bahwa laki laki cenderung lebih percaya diri melalui usaha pencapaian yang dilakukannya sedangkan perempuan lebih tergantung pada hubungannya dengan orang lain. Hal tersebut menjelaskan bahwa perbedaan gender akan memberikan pengaruh terhadap bagaimana kepercayaan diri remaja berkembang.

Riset yang dilakukan oleh Wiranatha & Supriyadi (2015) pada pelajar puteri kelas X, XI dan XII dari 5 SMA di Denpasar dengan jumlah total responden sebanyak 492 siswi. Hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat 241 siswi memiliki kepercayaan diri rendah dan 20 siswi memiliki kepercayaan diri sangat rendah. Penelitian kedua merupakan hasil penelitian yang dilakukan oleh Cahyani & Nastiti (2021) pada 161 siswi SMK Muhammadiyah 1 Taman ditemukan tingkat kepercayaan diri siswi didominasi pada kategori sedang dengan total 71 responden (44%). Kategori terbanyak kedua dalam penelitian ini yaitu pada kategori kepercayaan diri rendah dengan total responden yaitu 33 responden (21%).

Hasil penelitian di atas, diperkuat dengan studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya dengan jumlah 32 responden dari beberapa SMA yang ada di Yogyakarta. Berlandaskan pada hasil studi pendahuluan ditemukan bahwa, kepercayaan diri remaja perempuan di Yogyakarta didominasi pada

tingkat yang rendah. Pada tingkatan “sangat rendah” yaitu sebanyak 3 (9%) remaja perempuan di Yogyakarta. Pada tingkatan kepercayaan diri “rendah” yaitu sebesar 34% atau terdapat 11 remaja perempuan di Yogyakarta. Selanjutnya untuk tingkat kepercayaan diri “sedang” yaitu sebesar 27% atau terdapat 9 remaja perempuan di Yogyakarta. Sedangkan untuk kategori “tinggi”, ditemukan sebanyak 9 remaja perempuan dengan prosentase yaitu 27% dari total responden. Terakhir, terdapat 3% pada kategorisasi “sangat tinggi” atau terdapat 1 remaja perempuan yang memiliki tingkat kepercayaan diri sangat tinggi. Berdasarkan pemaparan di atas, maka berikut diagram pie dari distribusi frekuensi hasil studi pendahuluan mengenai kepercayaan diri yang dimiliki remaja perempuan di Yogyakarta.

Bagan 1. 1 Hasil *Study Preliminary* Kepercayaan Diri Remaja Perempuan Di Yogyakarta



Remaja dalam perkembangannya diharapkan memiliki kepercayaan diri yang baik. Maka dalam perjalannya, remaja hendaknya harus mengembangkan usaha-usaha dalam meningkatkan kepercayaan dirinya agar menempati kategori

yang maksimal bagi diri individu. Hal tersebut harus dilakukan baik pada individu yang memiliki kepercayaan diri sedang atau rendah. Pernyataan tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2019) mengenai upaya peningkatan kepercayaan diri melalui bimbingan kelompok pada 36 siswa kelas X PS2 SMK N 1 Bandung. Dari hasil penelitian ditemukan hasil *pre-test* yaitu 19 siswa memiliki kepercayaan diri rendah, 12 siswa memiliki kepercayaan diri sedang dan 5 siswa memiliki kepercayaan diri tinggi. Setelah dilakukannya skema 1 dan skema ke 2 ditemukan dari hasil *post test* adanya peningkatan dengan hasil akhir yaitu 10 siswa memiliki kepercayaan diri sedang dan 26 siswa memiliki kepercayaan diri tinggi. Dimana dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa diperlukan usaha agar kepercayaan diri remaja dapat meningkat dan mencapai tahap maksimal. Hal tersebut dilakukan agar adanya peningkatan kepercayaan diri baik pada siswa dengan kepercayaan diri rendah atau kepercayaan diri sedang.

Bagi remaja, rendahnya kepercayaan diri dapat mengakibatkan berbagai masalah yang berkaitan erat dengan beberapa aspek dari kepercayaan diri itu sendiri. Menurut Lauster (2002) menyebutkan bahwa aspek kepercayaan diri yaitu yakin akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab serta rasional dan realistik. Keterkaitan antar aspek dalam pembentukan kepercayaan diri yang positif tidak dapat dipisahkan. Hal tersebut juga sebaliknya, apabila kepercayaan diri negatif maka dapat digambarkan melalui keterkaitan antara aspek satu dengan aspek yang lain.

Individu dengan kepercayaan diri yang rendah cenderung kurang mudah

dalam proses penyesuaian diri, baik dalam keseharian atau ketika dia mengalami kegagalan. Penyesuaian diri tersebut diantaranya yaitu kemampuan individu dalam berkomunikasi dengan individu lain. Hal tersebut berkaitan dengan bagaimana individu yakin akan kemampuan diri dan sikap positif yang ditunjukkan. Seperti halnya yang disampaikan Annisa et al. (2020) bahwa seseorang dengan kepercayaan diri yang tinggi tentu saja memiliki keberanian untuk berkomunikasi secara langsung dalam jangka waktu yang lama. Namun berbanding terbalik dengan pribadi dengan rasa percaya diri rendah, dimana ia akan cenderung tidak memiliki keberanian atau tidak memiliki kemampuan mempertahankan komunikasi secara langsung dalam waktu yang lama.

Perbedaan tingkat kepercayaan diri pada individu akan mempengaruhi bagaimana kemampuan mereka dalam mengekspresikan diri mereka. Menurut Amri (2018) individu yang kurang yakin akan kemampuan dirinya memiliki kecenderungan mengalami kesulitan untuk berinteraksi, menyampaikan pendapat, dan menganggap bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan untuk dapat melampaui orang lain. Namun berbeda seandainya seseorang dengan rasa percaya diri tinggi, tentu saja memiliki kemampuan dalam berinteraksi, berkompeten dan yakin dalam menyampaikan pendapat serta mampu menghormati pendapat dari pihak lain, serta memiliki kemampuan berfikir positif yang akan membantu mereka dalam pengambilan keputusan.

Azhari & Nursalim (2022) menyebutkan bahwa semakin tinggi tingkat rasa percaya diri seseorang maka ia akan memiliki tingkat kesadaran yang tinggi pula pada keunggulan dan kelemahan dirinya. Dimana kepercayaan diri tentu

mempengaruhi bagaimana individu dalam merespon kegagalan yang dialami dengan kemampuan berfikir rasional dan realitis serta membangun sikap optimis. Ketika individu dengan kepercayaan diri tinggi mengalami kegagalan, maka pribadi tersebut akan bangkit kembali serta pantang menyerah. Namun berbanding terbalik apabila seseorang dengan rasa percaya diri rendah, maka mereka akan mudah putus asa ketika dihadapkan dengan kegagalan. Selain itu mereka akan menganggap dirinya tidak memiliki kelebihan yang dapat dibanggakan, sehingga ketika mengalami kegagalan mereka akan cenderung untuk diam dan pasrah.

Perubahan pada masa remaja mempengaruhi sikap, fisik dan perilaku. Hal tersebut memiliki akibat yang mengarah pada kecenderungan yang negatif. Hurlock (2003) menyatakan bahwa banyak remaja yang mengalami penurunan hingga hilangnya kepercayaan diri dan munculnya perasaan rendah diri. Dimana yang tadinya memiliki keyakinan penuh dengan percaya diri, menjadi kurang percaya diri dan khawatir jika dihadapkan pada kegagalan. Dampak negatif terparah dari kurangnya rasa percaya diri bagi remaja menurut Santrock (2003) yaitu mampu menimbulkan berbagai hal negatif diantaranya depresi, anoreksia nervosa, delinkuensi, bahkan bunuh diri serta perkara lain yang memiliki hubungan dengan kemampuan adaptasi.

Menurut Hurlock (2003), faktor yang mampu memberikan pengaruh pada rasa percaya diri yaitu orang tua, rasa aman, kesuksesan, dan penampilan fisik. Selanjutnya Ghulfron, M. N. & Risnawita (2010) menyampaikan bahwa faktor yang memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri yaitu konsep diri,

harga diri, kejadian masa lampau dan pendidikan. Solihat et al. (2014) mengelompokkan faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri kedalam dua faktor yaitu faktor internal (konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan kejadian masa lampau) dan faktor eksternal (pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan kejadian masa lampau).

Beberapa faktor internal yang memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri, terdapat salah satu faktor yang berkaitan dengan kondisi fisik atau penampilan fisik. Hurlock (2010) mengatakan bahwa bagaimana tingkat perubahan pada sikap dan perilaku remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik yang dialaminya. Perubahan fisik yang dialami remaja terjadi secara cepat, baik berupa perubahan internal maupun eksternal sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku remaja. Perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan dan sistem respirasi, sedangkan perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh. Perubahan fisik tersebut terkadang dapat membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Jahja (2011) menjelaskan bahwa perubahan fisik dan hormon yang dialami remaja dapat menyebabkan adanya peningkatan emosional yang dikenal sebagai masa storm dan stress.

Menurut Betty Carruth dan Dena Goldberg (dalam Grogan, 2001) berpendapat bahwa masa remaja merupakan masa dimana kepedulian terhadap citra tubuh pada remaja putri berada pada puncaknya akibat perubahan bentuk fisik yang dapat menjauhkan remaja putri dari tujuan atau cita-cita yang langsing. Perilaku kepedulian yang tinggi pada aspek fisik tentunya akan

menimbulkan berbagai persepsi atau gambaran mengenai nilai dirinya berdasarkan dari penampilan fisiknya.

Citra tubuh merupakan aspek yang memiliki peran cukup berpengaruh terhadap perkembangan psikologis dan interpersonal pada masa remaja, secara khusus bagi anak perempuan. Dimana hal tersebut berarti bahwa citra tubuh mempunyai potensi untuk mempengaruhi kualitas hidup individu secara dramatis (Cash & Pruzinsky, 2002). Menurut Denich, Ifdil, & Ilyas (dalam Santrock, 2011) umumnya remaja memiliki perhatian yang lebih banyak pada aspek penampilan fisik dibandingkan untuk aspek lainnya, atau dalam kata lain masih banyak remaja yang kurang menyukai penampilan fisiknya. Selanjutnya Tatangelo et al. menjelaskan bahwa remaja perempuan memiliki pemaknaan dan pandangan yang lebih kuat pada aspek fisiknya. Hal ini membuat remaja perempuan lebih mpedulikan aspek fisiknya dan menyibukkan diri untuk merasa puas dengan penampilannya. Saat ini telah berkembang sudut pandang mengenai kriteria tubuh yang mengedepankan bentuk tubuh ideal serta proporsional pada remaja perempuan. Hal ini dapat memberikan pengaruh terhadap rasa percaya diri remaja perempuan menjadi rendah. Mereka memberikan penilaian dan gambaran mengenai bentuk fisiknya, kemudian beralih ke penampilan fisik individu lain lalu beranjak naik hingga pada kriteria bentuk tubuh ideal wanita menurut remaja perempuan.

Belum ada penelitian epidemiologi skala besar yang menilai aspek multidimensi dari citra tubuh pada remaja perempuan. Namun, diketahui bahwa terdapat sekitar 40 –70% remaja putri yang merasa tidak puas terhadap dua atau

lebih aspek tubuhnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Ketidakpuasan biasanya berfokus pada jaringan adiposa besar di bagian tengah atau bawah tubuh, seperti pinggul, bokong, perut, dan paha. Oleh karena itu, meluasnya ketidakpuasan terhadap berat badan dan bentuk tubuh pada remaja perempuan dapat dikategorikan sebagai “ketidakpuasan normatif” atau perasaan tidak bahagia terhadap bentuk tubuh yang terjadi secara terus menerus.

Huebner (2009) menyampaikan bahwa perkembangan sosial dengan perkembangan emosional memiliki kaitan yang erat, baik terkait pengendalian emosi (hal yang berada dalam kendali emosi) maupun ekspresi emosi (komunikasi efektif mengenai emosi). Perkembangan emosional juga berkaitan erat dengan bagaimana individu dalam mengatasi krisis ketika memahami dirinya sendiri. Remaja sendiri merupakan makhluk sosial, tentu saja membutuhkan hubungan yang bersifat pribadi dengan orang lain dengan harapan dapat memperoleh respon positif bagi individu tersebut. Kepercayaan diri selain dipengaruhi oleh faktor internal terdapat juga faktor eksternal salah satunya yaitu dukungan sosial. Menurut Sarafino & Smith (2011) memaparkan bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari beberapa sumber yaitu pasangan, keluarga, teman, dan organisasi masyarakat. Rasa percaya diri dalam masing masing individu tentu bukan sifat alamiah sejak lahir. Namun merupakan sifat yang didapatkan melalui pengalaman hidup salah satunya melalui hasil dari interaksi sosial yaitu dukungan sosial.

Santrock (2003) menyebutkan bahwa dukungan sosial terwujud berlandaskan pada dua sumber yang memiliki peran besar terhadap

perkembangan tingkat rasa percaya diri remaja yakni terjalinnya ikatan harmonis dengan orang tua dan dengan teman sebaya. Orang tua, dengan tindakan dan contohnya yang dinilai memiliki pengaruh dalam menumbuhkan rasa percaya diri remaja. Selanjutnya Cohen & Willis (1985) menjelaskan bahwa baik secara sadar atau tidak sadar remaja memiliki keinginan untuk menjalih hubungan yang kuat dengan orang tua dan saudara saudaranya. Berdasarkan dua pernyataan tersebut maka peran keluarga memiliki hubungan yang bersifat korelasional terhadap tingkat kepercayaan diri remaja. Dimana keluarga sendiri merupakan *support system* yang terdekat bagi remaja. Beberapa faktor seperti menampilkan ekspresi sebagai wujud rasa cinta dan sayang, serta pemberian keleluasaan kepada individu remaja dengan batasan tertentu merupakan sebagian faktor yang menentukan bagaimana proses perkembangan rasa percaya diri remaja.

Sumber kedua yang penting bagi perkembangan remaja yaitu dukungan dari teman sebaya. Dukungan teman sebaya merupakan bentuk dukungan sosial yang memberikan pengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri pada remaja. Hubungan teman sebaya yang dimaksud disini yaitu hubungan antara remaja dengan teman dan dengan teman akrab. Hurlock (2010) menyebutkan bahwa dalam pergaulannya remaja akan memiliki kecenderungan lebih dekat dengan teman sebaya. Kedekatan tersebut akan memberikan pengaruh bagaimana teman sebayanya memberikan respon terhadap diri remaja tersebut. Respon yang dimaksud disini yaitu respon yang ditampilkan oleh teman sebaya baik dalam bentuk respon positif atau negatif yang nantinya akan mampu mempengaruhi tingkat kepercayaan diri remaja tersebut. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan

pada remaja mengenai dukungan yang lebih obyektif untuk membenarkan rasa percaya diri mereka melalui individu dalam usia yang sebanding.

Berdasarkan beberapa fenomena yang telah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti mengambil judul penelitian “Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan Di Yogyakarta”. Dengan melihat judul penelitian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara citra tubuh, dukungan sosial dan kepercayaan diri pada remaja perempuan di Yogyakarta?”

B. Tujuan Penelitian

Adapun poin yang ingin dicapai dari penelitian yaitu untuk memahami hubungan antara citra tubuh, dukungan sosial dan kepercayaan diri pada remaja perempuan di Yogyakarta

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian mengenai “Hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada remaja perempuan di Yogyakarta” diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian ilmu psikologi khususnya pada bidang psikologi perkembangan serta psikologi kepribadian. Selain itu juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan dan rujukan bagi penelitian psikologi selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian diharapkan mampu menumbuhkan wawasan mengenai citra tubuh dan dukungan sosial dalam membantu terwujudnya kepercayaan diri yang lebih positif pada remaja secara umum dan secara khusus pada remaja perempuan.

b. Bagi Orang Tua dan Teman Sebaya Remaja

Orang tua dan teman sebaya remaja diharapkan mampu memberikan dukungan positif terhadap remaja agar membantu meningkatkan kepercayaan diri pada remaja perempuan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan mampu dijadikan landasan bagi peneliti berikutnya dalam mengembangkan pelatihan atau psikoedukasi terkait citra tubuh dan dukungan sosial sebagai media untuk meningkatkan kepercayaan diri pada remaja perempuan.



D. Keaslian Penelitian

Berikut adalah penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dengan mengacu pada citra tubuh, dukungan sosial dan kepercayaan diri pada remaja. Sedangkan pada penelitian ini akan berfokus pada hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial terhadap tingkat kepercayaan diri pada remaja.

Tabel 1. 1 Literature Review

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
1	Diani Auli Syalsadila & Endah Nawangsih	Pengaruh Body Image terhadap Self Confidence pada Remaja Putri Pengguna Tik Tok	2022	Kepercayaan diri menurut Denich, Ifdil, & Ilyas (2017), aspek kepercayaan diri milik Lauster (2002) dan body image menurut Tatangelo et al (2015).	Pendekatan kuantitatif dengan desain kausalitas (hubungan sebab akibat)	Body image diukur menggunakan <i>Multidimensional Body Self Relations Questionnaire-Appereance Scales</i> (MBSRQ-AS) dan self confidence menggunakan <i>Self Confidence Scale</i> milik Lauster	384 remaja perempuan yang menggunakan aplikasi tiktok di Kota Bandung.	Pengaruh body image terhadap self confidence pada remaja yang menggunakan aplikasi tiktok di Kota Bandung bersifat positif dan signifikan. Efektifitas variabel body image terhadap pembentukan self confidence pada penelitian ini yaitu sebesar 21,6%.

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
2	Hafiz Tahir Jameei & Farida Shamim	Relationship of Self-confidence with self body image of visually impaired children	2019	Kepercayaan diri dan citra tubuh berhubungan dengan perasaan terhadap tubuh seseorang sehingga manifestasi tubuh selalu ditetapkan sebagai tolak ukur harga diri nomor 1 (Ata et al., 2007).	Desain deksirptif cross selection	-	100 siswa tunanetra yang bersekolah di lembaga pendidikan khusus di Lahore	Ada hubungan positif antara kepuasan citra tubuh dengan kepercayaan diri. Di mana antara siswa tunanetra pria dan wanita serta dari golongan status sosial memiliki tingkat kepuasan citra tubuh yang sama.
3	Davut Atilgan & Turgut Kaplan	Investigation of the Relationship among Crisis Management, Decision-Making and Self-Confidence Based on Sport	2022	Konsep manajemen krisis menurut Tekin (2015), makna manajemen olahraga menurut Yetim (1996) dan konsep	Kuantitatif	• <i>Crisis Management Scale</i> • <i>Melbourne Decision-Making Questionnaire I-II</i>	226 kepala atau manajer olahtaga cabang di kantor pusat direktorat jenderal layanan olahraga di Turki	Tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat kepercayaan diri manajer olahraga dan manajemen krisis. Namun, terdapat hubungan dengan sifat positif dan signifikan antara variabel harga diri dan variabel pengambilan keputusan dan hanya pada subdimensi "pembelajaran"

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
4	Suchi Fadhilah Safitri & Gumi Langerya Rizal	Managers in Turkey		pengambilan keputusan menurut Kucukay (2018)		• <i>Self-Confidence Scale</i>		pada manajemen krisis.
5	Hirmar Waki Omnihara Sitegar, Winida Marpaung & Rina Mirza	Hubungan Body Image dengan Self Confidence pada Remaja Overweight Yang Mengalami Body Shaming	2020	<i>Self confidence</i> menurut Rahmadhani & Putrianti (2014) dan body image menurut Hovey, Foland, Fokey, Kniffin, dan Bailey (2016)	Metode kuantitatif	<i>Body image</i> diukur menggunakan skala MBRSQ-AS (Cash) dan self confidence diukur dengan skala <i>self confidence</i> Lauster.	125 remaja yang pernah mengalami tindakan body shaming paling sedikit sabanyak tiga kali.	Body image memiliki hubungan bersifat negatif dengan self confidence, artinya makin tinggi body image maka semakin rendah self confidence, begitu pula sebaliknya.
		Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Dukungan Sosial Pada Penyandang Tuna Netra	2019	Teori kepercayaan diri menurut Anthony (dalam Ghulfron& Risnawita, 2010) dan Hakim (2005) serta dukungan sosial menurut King	Pendekatan kuantitatif	Skala kepercayaan diri berdasarkan aspek aspek menurut Kumara dan Skala dukungan sosial berdasarkan aspek aspek yang dikemukakan oleh House.	105 penyandang tuna netra yang menjadi anggota PERTUNI Sumatera Utara	Hubungan signifikan dengan sifat hubungan positif antara dukungan sosial dan kepercayaan diri pada penyandang tuna netra.

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory (dalam Sobur,2016)	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
6	Hafrun Kristjansdotti, Petra Sigurdardottir, Sigurlaug Jonsdottir, Gudlaug Porsteinsdotti r & Jose Saavedra	Body Image Concern and Eating Disorder Symptoms Among Icelandic Athletes	2019	Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan pada atlet mengenai bentuk tubuh ideal (di Pasquale, L.D.; Petrie, T.A, 2013)	Kuantitatif	Kuesioner Bentuk Tubuh (BSQ), Revisi Tes Bulimia (BULIT-R), Kuesioner Pemeriksaan Gangguan Makan (EDE-Q).	755 atlet yang bertanding di level tertinggi di Islandia	Ditemukan bahwa 17,9% atlet menunjukkan ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang sedang, dan 18,2% (25,3% perempuan) berada di atas batas klinis untuk kekhawatiran terhadap citra tubuh. Skor laki-laki lebih rendah dibandingkan perempuan dalam semua variabel kecuali pengendalian diri.
7	Faisal Hafizh Abi Mangu, Kiki Deniati dan Lina Indrawati	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepercayaan Diri Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Di STIKes Medistra Indonesia	2023	Kepercayaan diri menurut Lauster (1978)	Metode kuantitatif	-	132 mahasiswa STIKes Medistra Indonesia	Hasil studi menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara variable dukungan keluarga dan variabel kepercayaan diri dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa di STIKes Medistra Indonesia.

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
8	Quiana Althea Blanco, Mark Lyster M. Carlota, Ashley Janine B. Nasibog, Beatriz C. Rodriguez, Xydel Vie R. Saldaña, Elaisha Carmel R. Vasquez, and Flordeliza S. Gagani	Probing on the Relationship between Students' Self-Confidence and Self-Efficacy while Engaging in Online Learning amidst COVID-19	2020	Teori efikasi diri menurut Akhtar (2008) dan teori kepercayaan diri non-eksperimental	Kuantitatif deskriptif korelasional	Skala Kemanjuran Pembelajaran Online (OLSES) oleh Zimmerman dan Kulikowich (2016) dan skala Kepuasan dan Kepercayaan Diri dalam Pembelajaran (SCLS) siswa oleh Jeffries dan Rizzolo (2006)	60 siswa kelas 12 Universitas San Carlos, Kota Cebu, Filipina	Berdasarkan temuan penelitian, terdapat korelasi positif cukup tinggi secara signifikan antara tingkat kepercayaan diri dan efikasi diri dalam pembelajaran daring di tengah pandemi. Dari penelitian yang ditunjukkan, diperoleh hasil bahwa siswa dengan rasa percaya diri tinggi juga menunjukkan tingkat efikasi diri yang tinggi
9	Jacqueline V. Hogue and Jennifer S. Mills	The effects of active social media engagement with peers on bodyimage in young women	2019	Citra tubuh dan keterlibatan aktif media sosial (ASME)	Studi eksperimental (ASME)	Visual analogue scales (VAS) mengukur keadaan penampilan keseluruhan (VAS-OAD) serta ketidakpuasan tubuh (VAS-BD) Heinberg &Thompson (1995)	125 mahasiswa sarjana Universitas York yang terdaftar dalam kursus Pengantar Psikologi	Hasil penelitian menunjukkan membandingkan penampilan di media sosial mengakibatkan memburuknya citra tubuh pada wanita dewasa muda, sedangkan interaksi dengan keluarga tidak berpengaruh pada citra tubuh negara.

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur		Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
10	Sherly Agustin dan Gumi Langerya Rizal	Body image terhadap self-confidence pada remaja putri yang menikah	2022	Teori self confidence milik Lauster (2003) dan teori body image dari Cash & Pruzinsky (2002)	Kuantitatif korelasional	Skala yaitu MBSRQ-AS dan skala self confidence yang mengacu pada skala Lauster (2003)	body image	60 remaja putri yang sudah menikah di Kecamatan Air Hangat Barat Kabupaten Kerinci.	Hubungan yang dihasilkan dalam penelitian ini yaitu bersifat positif antara body image terhadap self confidence pada remaja putri yang sudah menikah di Kecamatan Air Hangat Barat Kabupaten Kerinci.
11	Abigya Wondimageg nehu, Workeabebe Abebe, Aynalem Abraha and Solomon Teferra	Depression and social support among breast cancer patients in Addis Ababa, Ethiopia	2019	Penelitian Weisflog GLK, Brahler E, Barthel Y, Kuhnt S, Imruck BH, Ruckes C, et al menemukan bahwa dukungan psikososial mampu meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi tingkat stress	Desain cross sectional study	Pengukuran depresi menggunakan skala PHQ-9 dan dukungan sosial menggunakan MPSS		Pasien kanker payudara (terkonfirmasi patologis) usia lebih dari 18 tahun dan sedang menjalani pengobatan di Addis Ababa, Ethiopia	Ditemukan bahwa 1 dari 4 pasien mengalami depresi yang dikaitkan dengan buruknya dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, teman, dan orang terdekat.

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
12	Sara Scardera, BA; Lea C. Perret, MSc; Isabelle Ouellet-Morin, PhD; Genevieve Gariepy, PhD; Robert-Paul Juster, PhD; Michel Boivin, PhD; Gustavo Turecki, MD; Richard E. Tremblay, PhD; Sylvana Cote, PhD; Marie-Claude Geoffroy, PhD	Association of Social Support During Adolescence With Depression, Anxiety, and Suicidal Ideation in Young Adults	2020	Teori social support milik House (1988)	Kuantitatif	PSS menggunakan 10 milik (2013) <i>depression symptoms experienced</i> diukur menggunakan CES-D Scale milik Radloff LS (1977)	diukur dari Carol Longitudinal and Study of Child Development 1174 partisipan dari Quebec	Persepsi dukungan sosial pada individu berusia 19 – 20 tahun dinilai signifikan dan memiliki hubungan dengan lebih sedikitnya gejala depresi, kecemasan dan bunuh diri yang timbul.
13	Karin Hellfeldt,	Cyberbullying and	2019	Teori cyberbullying	Menggunakan cross	• <i>Cyberbullying</i> diukur	1707 remaja dengan rentang korban cyberbully	Ditemukan bahwa kelompok



No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
1	Laura Lopez Romero dan Henrik Young Andershed	Psychological Well-being in Adolescence: The Potential Protective Mediation Effects of Social Support from Family, Friends and Teacher	2006	milik Patchin dkk (2006) dan social support milik Malecki dkk (2002) dan House dkk (1988)	sectional self report	menggunakan OBVQ milik Olweus (1996) <ul style="list-style-type: none"> • <i>Depression symptoms</i> diukur menggunakan Achenbach System of Empirically Based Assessment milik Achenbach dkk (2001) • <i>Anxiety Symptoms</i> diukur menggunakan SCAS milik Spence (1998) • <i>Subjective well being</i> diukur menggunakan 1 item “<i>I enjoy life very much</i>” dengan skala 1-4 	usia tahun 10-13	tingkat gejala depresi tinggi, sedangkan subjective well being dan dukungan keluarga rendah. Selanjutnya tingkat gejala kecemasan ditemukan lebih tinggi pada korban cyberbully. Selain itu, disimpulkan bahwa beberapa jenis dukungan sosial tampaknya bersifat protektif dalam memediasi hubungan antara cyberbullying dan subjective well being. Lebih khusus lagi, dukungan sosial yang dirasakan dari keluarga dan guru mengurangi kemungkinan gejala depresi dan kecemasan, dan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi dari keluarga meningkatkan kemungkinan tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi di kalangan remaja yang menjadi korban cyberbullying (yaitu, korban

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil penelitian
						<ul style="list-style-type: none"> • <i>Perceived social support</i> diukur menggunakan <i>The Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> milik Zimet (1988) 		siber) dan menjadi pelaku sekaligus korban perundungan siber (yaitu, korban perundungan siber).



Berdasarkan dari pemaparan penelitian-penelitian terdahulu, maka berikut beberapa kesimpulan mengenai :

a. Keaslian Topik

Beberapa penelitian sebelumnya menghubungkan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri seperti penelitian yang dilakukan oleh Syalsadila & Nawangsih (2022), Jameel & Shamim (2019), Safitri & Rizal (2020), dan Agustin & Rizal (2022). Selanjutnya, beberapa penelitian juga menghubungkan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri, seperti hasil penelitian dari Hirmar et al. (2019) dan Manyu et al. (2023). Namun belum terdapat penelitian yang menghubungkan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri. Maka berbeda dari penelitian sebelumnya, topik yang akan dikerjakan dalam penelitian ini yaitu menguji hubungan antara citra tubuh, dukungan sosial dan kepercayaan diri.

b. Keaslian Teori

Teori yang digunakan sebagai landasan penelitian yaitu teori citra tubuh milik Cash & Pruzinsky (2002), teori dukungan sosial peneliti milik House et al. (1988) dan teori kepercayaan diri milik Lauster (2003). Teori-teori tersebut pernah digunakan dalam penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, sehingga dalam penggunaan teori terdapat kesamaan dengan penelitian sebelumnya.

Teori-teori di atas sudah digunakan pada penelitian sebelumnya. Seperti teori citra tubuh milik Cash & Pruzinsky (2002) telah digunakan

dalam penelitian sebelumnya yaitu Agustin & Rizal (2022). Selanjutnya untuk teori dukungan sosial milik House et al. (1988) telah digunakan pada penelitian sebelumnya yaitu Scardera et al. (2020) dan Hellfeldt & Laura (2019). Terakhir terkait teori kepercayaan diri milik Lauster (2003) telah digunakan dalam penelitian Syalsadila & Nawangsih (2022), Manyu et al. (2023) dan Agustin & Rizal (2022).

c. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini akan mengukur tingkat citra tubuh dalam diri individu menggunakan skala yang nantinya disusun oleh peneliti berlandaskan pada aspek citra tubuh berdasar milik Cash (2002). Variabel dukungan sosial akan dinilai menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial yang dikembangkan oleh House et al. (1988). Kepercayaan diri akan dinilai menggunakan skala yang akan disusun peneliti dengan mendasarkan pada aspek aspek kepercayaan diri milik Lauster (2003). Maka skala yang akan diaplikasikan dalam penelitian ini dapat dikatakan original karena alat ukur pada setiap variabel disusun oleh peneliti.

d. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian yang telah ada yaitu remaja perempuan di Yogyakarta. Dimana beberapa penelitian menggunakan subjek yang berbeda seperti penelitian Syalsadila & Nawangsih (2022) yang menggunakan subjek remaja putri pengguna Tik Tok. Selanjutnya ada juga penelitian yang dilakukan oleh Safitri & Rizal

(2020) yang menggunakan subjek remaja *overweight* yang mengalami body shaming. Hirmar et al. (2019) dalam penelitiannya menggunakan subjek penyandang tuna netra dan Manyu et al. (2023) yang menggunakan mahasiswa sebagai subjek penelitian.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan yang pertama yaitu bahwa hipotesis mayor. Artinya terdapat hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada remaja perempuan di Yogyakarta dengan sumbang pengaruh sebesar 34,9%. Kedua, dapat diketahui juga bahwa hipotesis satu (H1) diterima artinya bahwa secara parsial terdapat hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja perempuan di Yogyakarta. Terakhir, hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis kedua (H2) diterima artinya yaitu bahwa secara parsial terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada remaja perempuan di Yogyakarta.

B. Saran

Berdasarkan pemaparan di atas mengenai proses hingga pembahasan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh peneliti, maka terdapat saran yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Remaja Perempuan

Responden penelitian ini yaitu remaja perempuan di Yogyakarta.

Kepada remaja perempuan di Yogyakarta, diharapkan untuk terus membangun wawasan mengenai citra tubuh yang positif sehingga terbentuklah individu individu dengan kepercayaan diri yang meningkat dari waktu kewaktu. Remaja diharapkan mampu menumbuhkan

pemahaman bahwa tidak ada standar penampilan yang benar benar tepat untuk mengurangi tekanan dalam berpenampilan.

2. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan mampu memberikan dukungan sosial positif berupa peran yang aktif dengan memberikan waktu, perhatian, kasih sayang dan dukungan yang penuh terhadap perkembangan anak untuk membangun dan menumbuhkan kepercayaan diri.

3. Bagi *Peer Support* (Teman Sebaya)

Teman sebaya diharapkan mampu memberikan dukungan sosial yang positif bagi remaja lainnya. Teman sebaya dapat memberikan dorongan berupa dukungan dan interaksi positif agar remaja lainnya dapat merasakan perasaan diterima dan dihargai, sehingga mampu menumbuhkan kepercayaan diri.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian dengan pertimbangan berikut ini :

- a) Menambahkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri sebagai variabel mediasi atau moderasi.
- b) Melakukan pengambilan data secara offline dan mempertimbangkan waktu pengambilan data dengan tanggal akademik siswa. Sehingga dapat tersedianya ruang bagi responden untuk bertanya apabila terdapat hal-hal yang perlu dikonfirmasi terkait penelitian dan dapat dilakukannya pengkondisian selama pengisian kuesioner.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, S., & Rizal, G. L. (2022). Body image terhadap self-confidence pada remaja putri yang menikah. *Cognicia*, 10(1), 13–18. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i1.17605>
- Akmal, I. M., & Netrawati. (2023). Hubungan Interaksi Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 14865–14872. <https://mail.jptam.org/index.php/jptam/article/view/8749%0Ahttps://mail.jptam.org/index.php/jptam/article/download/8749/7140>
- Amalia, W., & Vebrian, G. (2022). Hubungan Antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Remaja Pada Korban Body Shaming di SMK Al-Gina. *Nusantara Hasana Journal*, 1(8), 129–135.
- Amri, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), 156–168.
- Andriani, A. (2021). Relationship Between Parental Support And Confidence In Adolescent With Defense Youth. *Jurnal Mahasiswa Indonesia*, 1(1), 44–49.
- Annisa, A. S. A. N., Yuliadi, I., & Nugroho, D. (2020). Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Whatsapp Pada Mahasiswa Kedokteran 2018. *Wacana*, 12(1), 86–109. <https://doi.org/10.13057/wacana.v12i1.170>
- Annisa, Sutja, A., & Amanah, S. (2023). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 7812–7824.
- Anthony, R. (1979). *The Ultimate Secrets of Total Self Confidence*. New York: Berkley Books.
- Azhari, N., & Nursalim, M. (2022). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Dengan Tingkat School Refusal Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 3 Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 12(2), 772–782.
- Azwar, S. (2014). *Dasar Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2022). *Reliabilitas dan Validitas* (4th ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Burton, K., & Platts, B. N. (2006). *Building Self-Confidence for Dummies*. England: John Wiley & Sons, Ltd. <http://www.amazon.com/Building-Self-Confidence-for-Dummies-ebook/dp/B004OC00PA>
- Cahyani, F. D., & Nastiti, D. (2021). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswi Di SMK Muhammadiyah 1 Taman. *Proceding of Inter-Islamic University Conference on Psychology, Volume 1 n(1)*, 1–8.

- Cash. (2012). Encyclopedia of Body Image and Human Appearance. In *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*. USA: Elsevier. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-384925-0.09001-5>
- Cash, & Pruzinsky. (2002). Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice. In *JAMA: The Journal of the American Medical Association* (Vol. 289, Issue 14). New York: The Guilford Press. <https://doi.org/10.1001/jama.289.14.1861>
- Centi, P. J. (1993). *Mengapa rendah diri?* (Hardjana (ed.)). Yogyakarta: Kanisius.
- Cohen, S., Underwood, L. G., & Gottlieb, B. H. (2000). Social Support Measurement and Interventions. In *Social Support Measurement and Intervention*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195126709.003.0010>
- Cohen, S., & Willis, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Creswell, J. (2014). *Desain Penelitian: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Davenport, B. (2014). *Building Confidence: Your Guide to Get Motivated, Be Assertive, Conquer Fear, and Empower Your Life for Success*. Bold Living Press.
- Dianningrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan Antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri pada Remaja Perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 194–203.
- Foekh, R. G., Priambodo, A., Siantoro, G., Kartiko, D. C., & Syam, A. R. (2022). Kontribusi Dukungan Orang Tua dan Teman terhadap Kepercayaan Diri Atlet Usia Sekolah Menengah Pertama di Cahaya Lestari Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 8(1), 648–655.
- Ghufron, & Risnawita. (2010). *Teori-teori Psikologis*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Grogan, S. (2001). Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children, Fourth Edition. In *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children, Fourth Edition*. London: Rouledge. <https://doi.org/10.4324/9781003100041>
- Hellfeldt, K., & Laura, L. (2019). *Cyberbullying and Psychological Well-being in Young Adolescence- The Potential Protective Mediation Effects of Social Support*.
- Hirmar, O. : , Omnihara Siregar, W., Marpaung, W., & Mirza, R. (2019). Kepercayaan Diri ditinjau dari Dukungan Sosial Pada Penyandang Tuna Netra Self-confidence Viewed From Social Support in Blind People. *Psycho Idea*, 17(2), 1693–1076. www.sindonews.com
- House. (1988). *Social Relationship and Health: Theory, Evidence, and Implication*

- for Public Health Policy*. University of Michigan, Institut for Sosial Research.
- House, J., Umberson, D., & Landis, K. R. (1988). Structures And Processes Of Social Support. *Annual Review of Sociology*, 14(1), 293–318. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.14.1.293>
- Huebner, A. J. (2009). *An Introduction to Adolescent Development* (In W.O'Don). New York: Springer.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Istiwidayanti & Soedjarwo (eds.); 5th ed.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Airlangga.
- Hurlock, E. B. (2010). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Ihsan, H. (2015). Valisitas Isi Alat Ukur Penelitian Konsep dan Panduan Penilaianya. *Pedagogia: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(2).
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Jameel, H. T., & Shamim, F. (2019). Relationship of Self-confidence with self body image of visually impaired children. *Journal of Research in Psychology*, 1(1), 9–11. <https://doi.org/10.31580/jrp.v1i1.517>
- Johnson, R. B., & Christensen, L. (2014). *EDUCATIONAL RESEARCH : Quantitative, Qualitative, and Mixed Approaches* (5th ed.). United Kingdom: SAGE Publications.
- Lauster, P. (2002). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Lutfianawati, D., Triswanti, N., & Pinilih, A. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa-Siswi Kelas X Sma Negeri 1 Raman Utara Kabupaten Lampung. *ANFUSINA: Journal Of Psychology*, 4(1), 1–6.
- Manyu, F. H. A., Deniati, K., & Indrawati, L. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepercayaan Diri dalam mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa di STIKes Medistra Indonesia. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 5(1), 1–8. <https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ>
- Melliana, A. (2006). *Menjelajahi Tubuh: Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: PT. Lukis Pelangi Aksara.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Hadinoto, S. R. (2002). *Psikologi Perkembangan (Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya)*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nabila, E., Sahputra, I., & Nurhayani. (2023). Pengaruh Beauty Vlogger Terhadap Body Image Siswa Kelas XI MAN 3 Langkat Plus Keterampilan Provinsi Sumatera Utara The Influence of Beauty Vloggers on the Body Image of Class XI MAN 3 Langkat Plus Skills Students in North Sumatra Province. *Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 1088–1096.

- Natawidjaja, R. (1987). *pendekatan Pendekatan dalam Penyuluhan Kelompok*. Bandung:CV. Diponegoro.
- Ogden, J. (2007). *Health Psychology: a textbook*. 489.
- Papalia & Feldman, R. D. &. (2017). *Menyelami Perkembangan Manusia* (P. : F. W. Herarti (ed.); 12th, Buku 2 ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- Pertiwi, A. Y., & Ansyah, E. H. (2022). The Relationship Between Body Image and Confidence In Vocational High School Teenage Girls. *Academia Open*, 6, 1–10. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.2625>
- Pierce, G. R., Sarason, B. R., & Sarason, I. G. (1996). *Handbook of Social Support and the Family*. New York: Springer Science and Business Media.
- Priyatno, D. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian Dengan SPSS Dan Tanya Jawab Uji Pendadaran*. Yogyakarta: Penerbit Gava Media.
- Romandina, A. D. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MAN 1 Semarang. *Kastara Karya: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 1(2), 45–56.
- Safitri, S. F., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Body Image dengan Self Confidence pada Remaja Overweight Yang Mengalami Body Shaming. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4 nomor 3, 2360–2367.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence-Perkembangan Remaja* (S. B. Adelar & S.Saragih (eds.)). Jakarta: Airlangga.
- Santrock, J. W. (2011). *Adolescence* (6th ed.). In *McGraw-Hill*.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions* (Seventh Ed). John Wiley & Sons, INC.
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Scardera, S., Perret, L. C., Ouellet-Morin, I., Gariépy, G., Juster, R. P., Boivin, M., Turecki, G., Tremblay, R. E., Côté, S., & Geoffroy, M. C. (2020). Association of social support during adolescence with depression, anxiety, and suicidal ideation in young adults. *JAMA Network Open*, 3(12), 1–12. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.27491>
- Solihat, M., Maulin, M., & Solihin, O. (2014). *Interpersonal Skill : Tips Membangun Komunikasi dan Relasi*. Bandung: Rekayasa Sains.
- Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52, 83–110. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.83>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono, D. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Method)*. Bandung: ALFABETA.

- Sugiyono, D. (2017). *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Suryani, C. D. (2019). Peningkatan Kepercayaan Diri melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 18(3), 252–269. <https://doi.org/10.17509/jpp.v18i3.14997>
- Suseno, M. N. (2012). Statistika : Teori dan Aplikasi Untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora. In *Yogyakarta: Ash-Shaff*, t.t.
- Syalsadila, A. D., & Nawangsih, E. (2022). Pengaruh Body Image terhadap Self Confidence pada Remaja Putri Pengguna Tiktok. *Psychology Science*, Vol. 2 No., 326–334. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v2i3.3022>
- Taylor, S. E. (2012). Health Psychology. In *McGraw Hill Education* (Eight Edit, p. 245). Mc Graw Hill.
- Thompson, K. (2000). Body Image, Eating Disorders, and Obesity: An Integrative Guide for Assessment and Treatment. In *American Journal of Psychotherapy*. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.2000.54.1.128>
- Wahyuni, C., & Costadinov, E. Y. (2020). Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(1), 50–59.
- Wiranatha, F. D., & Supriyadi. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri di KOTA Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 38–47. <https://doi.org/10.5422/fordham/9780823244881.003.0006>

