

Pengaruh *Body Image* dan Penyesuaian Diri terhadap Kemampuan Kolaborasi pada Siswa

Fenti Ameliana* & Dwi Yuwono Puji Sugiharto

Universitas Negeri Semarang

*Fenti Ameliana, e-mail: amelianafenti@gmail.com

Abstract: Collaboration skills is one of the competencies in 21st century skills that are very important in life, especially for the younger generation to develop themselves in learning as well as prepare their competencies to become a competitive workforce in the global era. This study aims to determine the relationship between body image, self-adjustment, and collaboration ability. This study uses a quantitative approach with ex post facto methods and correlational design. The results showed (1) There was no relationship between body image and the collaboration ability of SMA Karangturi Semarang students ($p > 0.01$, $r = 0.055$) (2) There was a positive and significant relationship between self-adjustment and collaboration skills of SMA Karangturi Semarang students ($p < 0.01$, $r = 0.646$) (3) There is a positive relationship between body image and self-adjustment with the collaboration ability of SMA Karangturi Semarang students with ($p > 0.01$, $R = 0.658$; $F = 0.433$). So it can be concluded that body image has no effect on collaboration ability. Then the higher the student's self-adjustment ability, the higher the collaboration ability. In addition, simultaneously the body image and self-adjustment variables have a positive influence on students' collaboration abilities, so the higher the student's body image and self-adjustment, the higher their collaboration abilities.

Keywords: body image; adjustment; collaboration skills

PENDAHULUAN

Pembelajaran pada abad 21 adalah satunya yakni keterampilan belajar dan berinovasi. Seperti penjelasan Trilling, Bernie & Fadel, Charles (2009: 49), keterampilan belajar dan berinovasi meliputi keterampilan dalam memecahkan masalah (*Problem solving*), berpikir kritis (*Critical thinking*), kemampuan kolaborasi (*Colaboration*), dan kecakapan komunikasi (*Comunication*). Dengan demikian siswa sebagai generasi abad 21 diharapkan dapat memiliki keterampilan-keterampilan tersebut sesuai dengan bidang kompetensinya. Keterampilan atau kemampuan kolaborasi adalah kemampuan seseorang dalam berinteraksi dengan saling menghargai perbedaan, kerja sama tim, berpartisipasi aktif, sumbang saran, mendengarkan serta mendukung orang lain guna mencapai tujuan yang sama (Sari, 2017).

Kemampuan kolaborasi merupakan salah satu kompetensi yang sangat penting dalam kehidupan khususnya bagi generasi muda di lingkungan sekolah. Adanya kolaborasi antar siswa diharapkan siswa dapat mengembangkan diri dalam belajar sekaligus menyiapkan kompetensi dirinya untuk terjun menjadi tenaga kerja yang kompetitif di era global. Menurut Tama (2018) salah satu pentingnya keterampilan kolaborasi yakni agar seseorang

dapat bersosialisasi, peka terhadap lingkungan sekitar, dan dapat mengendalikan emosi. Dengan demikian kemampuan kolaborasi merupakan salah satu keterampilan yang sangat penting guna mempersiapkan generasi muda untuk dapat bersinergi dengan berbagai elemen masyarakat dan nantinya dapat bersaing secara kompetitif, namun pada kenyataannya secara umum kolaborasi siswa belum sepenuhnya dapat berjalan dengan baik. Hal ini berdasarkan studi awal yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara kepada guru bimbingan dan konseling dan guru mata pelajaran tentang kemampuan kolaborasi yang menjelaskan bahwa siswa memiliki kolaborasi yang sudah cukup baik, namun sebagian siswa memiliki geng atau kelompok tersendiri sehingga kolaborasi mereka akan berjalan baik jika mereka disatukan dengan anggota kelompoknya dan cenderung lebih pasif jika disatukan dengan anggota kelompok yang tidak sesuai dengan keinginannya, siswa juga merasa kurang dapat menyalurkan idenya apabila berkelompok dengan teman yang tidak sesuai dengan keinginannya.

Dalam bersosialisasi dengan orang lain, keadaan fisik kerap menjadi perhatian dan kesan utama bagi sebagian individu terutama pada usia remaja. Hal ini dikarenakan pada rentang usia remaja perubahan fisik merupakan salah satu perubahan yang paling menonjol dari perubahan lain seperti meningkatnya ketidakstabilan emosi, minat dan sikap. Dapat dilihat bahwa permasalahan pada masa remaja cukup kompleks, salah satu penyebabnya dapat dilihat dari permasalahan perubahan fisik. Perubahan fisik menyebabkan remaja memiliki berbagai pandangan mengenai citra tubuh atau biasa disebut dengan istilah *body image*. *Body image* adalah bagaimana seseorang menggambarkan dirinya yang berkaitan dengan kondisi fisik yang didasarkan pada penilaian atau pendapat dari orang lain secara subjektif. *Body image* merupakan salah satu aspek yang diperhatikan dalam suksesnya pergaulan. Karena banyaknya tanggapan orang lain mengenai tubuhnya, kaum remaja kerap menyalahkan bagian tubuh mereka sebagai penyebab dari kesulitan mereka dalam bergaul. Memiliki kondisi fisik yang berbeda dari pada umumnya, remaja kerap berfikir jika ia tidak layak berada di kalangan teman sebaya dan menjadi penyebab individu takut untuk beradaptasi dan bersosialisasi. Apabila seseorang mempunyai *body image* yang negatif maka seseorang akan kesulitan dalam beradaptasi dengan baik begitu juga sebaliknya.

Hal ini selaras dengan pendapat Schneiders (dalam Sari&Siregar, 2012) bahwa *body image* memiliki dampak terhadap penyesuaian diri seseorang, dampak ini merupakan proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku untuk menghadapi kebutuhan internal, konflik dan frustrasi serta menyalurkan tuntutan dari dalam individu dengan tuntutan yang berasal dari lingkungan. Penyesuaian diri adalah suatu kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan maupun keadaan guna mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan lingkungan. Berada pada lingkungan yang baru dengan latar belakang budaya yang berbeda tidaklah mudah bagi semua siswa. Hal ini perlu adanya adaptasi atau penyesuaian diri terhadap lingkungan seperti pada umumnya, remaja kesulitan dalam menyesuaikan diri di sekolah yang ditandai dengan perilaku minder atau rendah diri, agresif, melanggar disiplin, kurang motivasi dalam belajar, dan sulit bekerja sama dalam kelompok (Maghfur, 2018). Sebagaimana fungsi dan peran yang dimiliki oleh guru bimbingan dan konseling, maka diharapkan guru BK mampu membimbing siswa yang

bersangkutan melalui layanan baik layanan konseling individu maupun layanan konseling kelompok.

Terdapat empat rumusan masalah pada penelitian ini; yang pertama, bagaimana gambaran *body image*, penyesuaian diri dan kemampuan kolaborasi siswa di SMA Karangturi Semarang?, kedua bagaimana hubungan antara *body image* dengan kemampuan kolaborasi pada siswa di SMA Karangturi Semarang?, ketiga bagaimana hubungan antara penyesuaian diri dengan kemampuan kolaborasi di SMA Karangturi Semarang?, dan yang keempat bagaimana hubungan antara *body image* dan penyesuaian diri dengan kemampuan kolaborasi pada siswa SMA Karangturi Semarang?.

Manfaat dari penelitian ini yakni; bagi guru bimbingan dan konseling, penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam membantu siswa yang memiliki kemampuan kolaborasi siswa yang masih rendah. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi pengetahuan mengenai gambaran *body image* dan penyesuaian diri siswa serta hubungannya dengan kemampuan kolaborasi siswa.

Penelitian ini merujuk beberapa penelitian terdahulu, penelitian pertama, dilakukan oleh Putri (2010), dalam penelitiannya menyebutkan bahwa individu yang mampu menyesuaikan diri dengan suatu kelompok sosial, cenderung memiliki penyesuaian sosial yang positif serta dapat menjalin relasi sosial pada lingkungan yang lebih luas, dan dengan adanya penyesuaian sosial individu akan mampu untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan orang lain pada umumnya dan dengan kelompok pada khususnya.

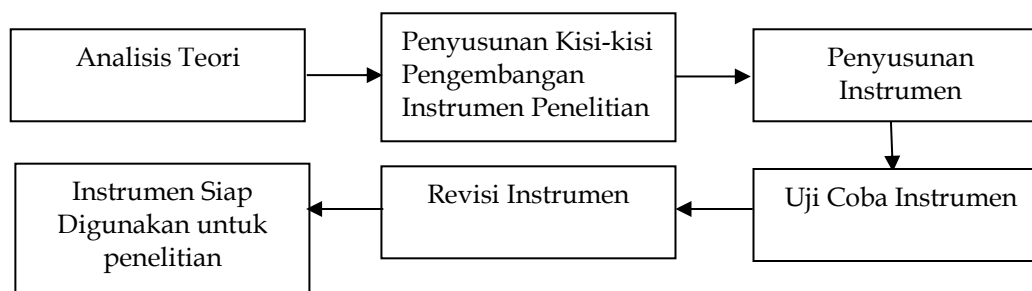
Penelitian kedua, dilakukan oleh Dewi (2016) menghasilkan temuan bahwa kecerdasan sosial memiliki hubungan yang searah dengan kepuasan kerja sama kelompok. Penelitian ini juga menyebutkan bahwa semakin tinggi kecerdasan sosial maka akan semakin baik kepuasan kerjasama di dalam kelompok. Penelitian ketiga, dilakukan oleh Ode (2017) yang menjelaskan bahwa dengan adanya kolaborasi, siswa dapat belajar bermusyawarah, menghargai pendapat orang lain, mengembangkan cara berfikir kritis dan rasional, dapat memupuk rasa kerja sama, serta memiliki daya saing yang sehat. Penelitian keempat, yang dilakukan oleh Ahmad (2018) mengungkapkan bahwa kegiatan pembelajaran di sekolah memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kemampuan kolaborasi. Sedangkan pada penelitian ini peneliti berfokus pada aspek internal yakni *body image* dan penyesuaian diri siswa. Penelitian kelima, dilakukan oleh Pratiwi (2018) kepada partisipan siswa menghasilkan temuan bahwa model pembelajaran kolaboratif di kelas dapat meningkatkan kemampuan kerjasama pada siswa. Penelitian keenam, dilakukan oleh Paramita (2003) mengungkapkan bahwa terdapat korelasi antara kepercayaan diri dengan kemampuan bekerjasama individu. Penelitian ini menjelaskan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kurangnya kepercayaan diri pada remaja yakni faktor psikologis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *body image*, penyesuaian diri, dan kemampuan kolaborasi. Penelitian ini

menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *ex post facto* dan desain korelasional. Metode penelitian *ex post facto* merupakan metode pengumpulan data tanpa memberikan perlakuan terhadap objek yang akan diteliti dengan tujuan untuk meneliti variabel yang kejadiannya telah terjadi sebelum penelitian dilakukan (Arikunto, 2013:17). Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik random sampling dengan sampel berjumlah 233 siswa yang tersebar di kelas X, XI, dan XII SMA Karangturi Semarang. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologis yang terdiri dari skala *body image*, skala penyesuaian diri dan skala kemampuan kolaborasi yang masing-masing reliabilitasnya 0,797, 0,878, dan 0,909.

Uji persyaratan analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi klasik. Teknik analisis data menggunakan regresi ganda. Berikut bagan prosedur penelitian.



Gambar 1. Prosedur Penelitian

Terdapat keterbatasan dalam metode penelitian ini yaitu; kurangnya kontrol terhadap variabel bebas, sulit memastikan apakah faktor penyebab telah dimasukkan dan diidentifikasi, sulit mengklasifikasikan antara sebab dan akibat.

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Body image adalah bagaimana seseorang menggambarkan dirinya yang berkaitan dengan kondisi fisik yang juga didasarkan pada penilaian atau pendapat dari orang lain secara subjektif. Seseorang dengan *body image* yang positif akan memiliki kemampuan untuk menerima dan menghargai hal-hal yang berkaitan dengan bentuk, substansi, dan fungsi tubuh (James dalam Wood-Barcalow, 2010). Penerimaan tanpa syarat terhadap diri sendiri membuat seseorang dengan *body image* yang positif lebih dapat menghargai orang lain terlepas dari kondisi fisiknya. Kolaborasi yang diciptakan seseorang dengan *body image* positif tidak berfokus atas penilaian dirinya terhadap kelebihan atau kekurangan kondisi fisik pada orang lain dalam kelompoknya namun lebih berfokus pada keterlibatan atau peran apa yang dapat dikontribusikan dalam aktivitas kelompok, diantaranya dapat bekerjasama untuk menyelesaikan permasalahan di dalam kelompok, bersikap terbuka dengan anggota kelompok, ikut serta dalam menciptakan suasana kerjasama yang akrab antar anggota kelompok, keterlibatan individu dalam menyalurkan ide dan pendapat di dalam kelompok, mendukung serta menghargai keputusan kelompok, dan berpartisipasi dalam melaksanakan tugas (Maasavet, 2011: 21). Sehingga berdasarkan penjelasan dari hasil analisis di atas dapat dipahami bahwa *body image* tidak memiliki hubungan dengan kemampuan kolaborasi.

Tabel 1.1 Hasil Uji Regresi Ganda

Prediktor	R	R ²	F	B	T	Sig.
<i>Body Image</i>	-	-	-	0,055	1,078	> 0,05
Penyesuaian Diri	-	-	-	0,646	12,762	> 0,01
BI dan PD	0,658	0,433	87,984	-	-	> 0,01

Analisis regresi ganda *body image* dengan kemampuan kolaborasi digunakan untuk menguji hipotesis pertama yang berbunyi “ada hubungan positif dan signifikan antara *body image* dengan kemampuan kolaborasi siswa” ditolak ($\beta = 0,055$; $t = 1,078$; $p > 0,05$). Kolaborasi yang diciptakan individu tidak berfokus atas penilaian dirinya terhadap kelebihan atau kekurangan kondisi fisik pada orang lain dalam kelompoknya namun lebih berfokus pada keterlibatan atau peran apa yang dapat dikontribusikan dalam aktivitas kelompok, diantaranya dapat bekerjasama untuk menyelesaikan permasalahan di dalam kelompok, bersikap terbuka dengan anggota kelompok, ikut serta dalam menciptakan suasana kerjasama yang akrab antar anggota kelompok, keterlibatan individu dalam menyalurkan ide dan pendapat di dalam kelompok, mendukung serta menghargai keputusan kelompok, dan berpartisipasi dalam melaksanakan tugas (Maasavet, 2011: 21). Sehingga berdasarkan penjelasan dari hasil analisis di atas dapat dipahami bahwa *body image* tidak memiliki hubungan dengan kemampuan kolaborasi.

Analisis regresi ganda penyesuaian diri dengan kemampuan kolaborasi digunakan untuk menguji hipotesis kedua yang berbunyi “ada hubungan yang positif dan signifikan antara penyesuaian diri dengan kemampuan kolaborasi siswa SMA Karangturi Semarang” diterima ($\beta = 0,646$, $t = 12,762$, $p < 0,01$). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara penyesuaian diri dengan kemampuan kolaborasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa penyesuaian diri menjadi faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan kolaborasi. Hasil penelitian didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan sosial dengan kerjasama kelompok. Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ketika siswa memiliki kemampuan penyesuaian diri yang tinggi, maka siswa tersebut akan memiliki kemampuan dalam bekerjasama yang baik. Saat bekerjasama di dalam kelompok, maka akan ada interaksi antar anggota kelompok. Menurut Goleman (2007), anggota kelompok menyesuaikan diri dengan anggota yang lain serta memberikan perhatian terhadap anggota yang lain. Apabila individu dalam kelompok memiliki kecerdasan sosial yang baik maka akan memudahkan individu dalam menjalin interaksi dan pertemanan sehingga akan terbentuk kerjasama yang baik.

Analisis regresi ganda digunakan untuk menguji hipotesis ketiga yang berbunyi “ada hubungan yang signifikan antara *body image* dan penyesuaian diri dengan kemampuan kolaborasi siswa SMA Karangturi Semarang” diterima ($R = 0,658$; $F = 0,433$; $p < 0,01$). Dengan kata lain hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel *body image* (X_1) dan penyesuaian diri (X_2) secara bersama-sama memiliki hubungan dengan variabel kemampuan kolaborasi (Y). Individu dengan *body image* yang positif akan memiliki kemampuan untuk menerima dan menghargai hal-hal yang berkaitan dengan bentuk, substansi, dan fungsi tubuh (James

(dalam Wood-Barcalow, 2010)). Sehingga dirinya dapat memiliki apresiasi yang positif terhadap citra diri, memiliki rasa cinta terhadap tubuhnya, dan lebih fokus pada apa yang telah dimiliki dibandingkan dengan kekurangan dirinya atas penilaian orang lain. Penerimaan tanpa syarat terhadap diri sendiri membuat individu dengan *body image* yang positif lebih dapat menghargai orang lain terlepas dari kondisi fisiknya. Hal ini sebagaimana penelitian (Nichole, 2010: 8) yang menyebutkan bahwa *body image* positif membuat individu menyadari bahwa setiap orang memiliki hak untuk dicintai, memperoleh perlakuan istimewa, dan dihargai terlepas dari hal-hal selain penampilan dan bentuk fisik.

Dengan demikian individu dengan *body image* yang positif akan memiliki sikap penghargaan yang positif pula terhadap orang lain. Sikap penghargaan terhadap orang lain inilah yang dapat membuat individu dapat berkolaborasi. Karena dengan adanya sikap menghargai maka individu akan melibatkan dan menganggap jika orang lain merupakan bagian dari lingkungan yang kedudukannya sama seperti dirinya (Wirawan, 2018). Selanjutnya kemampuan menyesuaikan diri memiliki peran yang penting dalam kehidupan sosial. Ketika individu memasuki lingkungan baru maka individu dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya guna menghadapi situasi dan keadaan yang berbeda dari biasanya (Ali & Asrori, 2008). Dalam melakukan penyesuaian diri, lingkungan memiliki pengaruh yang cukup besar bagi individu, dengan demikian kecerdasan sosial memiliki peran penting dalam penyesuaian diri individu. Individu yang memiliki kecerdasan sosial yang tinggi maka individu dapat menempatkan dirinya dimanapun individu berada sehingga individu akan mudah untuk bersosialisasi dengan lingkungannya dan mampu bekerjasama dengan baik di dalam kelompok, dengan kecerdasan sosial yang tinggi individu pada penyesuaian diri yang baik, individu menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain maka individu dapat menjalankan perannya dengan baik sebagai anggota kelompok Hurlock (dalam Pratiwi, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2016) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan sosial dengan kerjasama kelompok. Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ketika siswa memiliki kemampuan penyesuaian diri yang tinggi, maka siswa tersebut akan memiliki kemampuan dalam bekerjasama yang baik. Menurut Goleman (2007), anggota kelompok menyesuaikan diri dengan anggota yang lain serta memberikan perhatian terhadap anggota yang lain. Apabila individu dalam kelompok memiliki kecerdasan sosial yang baik maka akan memudahkan individu dalam menjalin interaksi dan pertemanan sehingga akan terbentuk kerjasama yang baik.

Penelitian ini memberikan implikasi bagi guru BK dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling. Pertama, guru BK berperan dalam memberikan layanan yang dapat membantu siswa dalam meningkatkan persepsi *body image*. Dengan adanya peningkatan persepsi *body image* diharapkan siswa memiliki kepercayaan diri yang baik guna memudahkan siswa dalam berkolaborasi. Kedua, guru BK berupaya untuk memberikan layanan yang dapat meningkatkan kompetensi penyesuaian diri pada siswa. Dengan adanya peningkatan kompetensi penyesuaian diri siswa diharapkan siswa siap dalam menghadapi karakteristik individu yang berbeda sehingga dengan demikian kemampuan kolaborasi siswa akan meningkat. Mengingat kemampuan kolaborasi

merupakan salah satu keterampilan yang sangat penting guna menghadapi era kompetitif pada generasi abad 21.

SIMPULAN

Body image tidak berpengaruh terhadap kemampuan kolaborasi. Kemudian semakin tinggi kemampuan penyesuaian diri siswa maka semakin tinggi pula kemampuan kolaborasinya. Terdapat hubungan positif antara *body image* dan penyesuaian diri dengan kemampuan kolaborasi siswa, semakin tinggi *body image* dan kemampuan penyesuaian diri siswa maka akan semakin tinggi kemampuan kolaborasinya. Selain itu, secara simultan variabel *body image* dan penyesuaian diri memiliki pengaruh positif dengan kemampuan kolaborasi siswa, sehingga semakin tinggi *body image* dan penyesuaian diri siswa maka akan semakin tinggi kemampuan kolaborasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S. (2018). *Meningkatkan Kemampuan Kolaborasi Siswa Kelas XI SMA Islam Al-Wodir Menggunakan Model TPS Pada Materi Sistem Reproduksi*. (Skripsi). Universitas Nusantara PGRI, Kediri.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik-Edisi Revisi 6*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asrori, M. & Ali, M. (2016). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi aksara.
- Dewi, N. P. S., & Wulanyani, N. M.S. (2016). Hubungan kecerdasan sosial dengan kepuasan kerja sama kelompok dalam *small group discussion* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3.
- Goleman, D. (2007). *Social Intelligence: Ilmu Baru tentang Hubungan Antar Manusia*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Maasavet, E. T. (2011). Meningkatkan Kemampuan Kerjasama Belajar Biologi melalui Penerapan Strategi Inkuri Terbimbing pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Kota Samarinda. *Jurnal Bioedukasi*, 2 (1).
- Maghfur, S. (2018). Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren Al-Ishlah Darussalam Semarang. *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 12(1).
- Ode, N. M. Y., dkk. (2017). Pengaruh Pembelajaran Kolaboratif terhadap Hasil Belajar Siswa pada Materi Tata Nama Senyawa Kimia di SMA Negeri 1 Telaga Biru T.A 2015/2016. *Jurnal Entropi*, 2 (12).
- Paramita, D. (2003). Kemampuan Kerjasama Ditinjau dari Kepercayaan Diri dan Kepercayaan terhadap Orang Lain pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Indonesia. (Skripsi). Universitas Indonesia, Jakarta.
- Pratiwi, N. I. (2018). Hubungan antara *Body Image* dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Swasta Dharma Bakti Lubuk Pakam. (Skripsi). Universitas Medan Area, Medan.

- Sari, S. H. & Siregar, A. R. (2012). Peran *Body-Image* terhadap Penyesuaian Diri Perempuan Dewasa Dini pada Kehamilan Pertama. *Psikologia-Online*, 7 (2), 50-51.
- Sari, K. A., Zuhdan., Prasetyo, H., & Setiyo,. (2017). Pengembangan Lembar Kerja Peserta Didik IPA Berbasis Model Project Based Learning untuk Meningkatkan Keterampilan Kolaborasi dan Komunikasi Peserta Didik Kelas VII. *Jurnal Pendidikan Dan Sains*. 6 (8), 1-7.
- Tama, D. (2018). *Proses Pembuatan Lagu Anak melalui Metode Tadasa Sesuai dengan Kecakapan Abad-21*. Bandung: Universitas Pasundan.
- Trilling, B. & Fadel, C. (2009). *21st Century Skills: Learning for Life in Our Times*. America: Jossey-Bass.
- Wirawan, R. A. & Rahman, M. Z. (2018). Hubungan antara Pemahaman Diri dengan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas VIII SMP. *Jurnal Kajian Penelitian & Pengembangan Pendidikan*, 6 (2), 7-13.
- Wood-Barcalow, N. L., Tylka, Tracy L., & Augustus-Horvath, C. L. (2010). *But I Like My Body'': Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women*. The Ohio State University, United States:7.