



Hubungan *Self-Esteem* dan *Body Image* Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA)

Nurul Aulia Fitra *)

Institut Agama Islam Negeri
Batusangkar, Sumatera Barat,
Indonesia

E-mail: nurulauliaf.2110@gmail.com

Sri Putri Rahayu Z

Institut Agama Islam Negeri
Batusangkar, Sumatera Barat,
Indonesia

E-mail: sriputrirahayu@iainbatusangkar.ac.id

Desmita

Institut Agama Islam Negeri
Batusangkar, Sumatera Barat,
Indonesia

E-mail: desmita@iainbatusangkar.ac.id

Irman

Institut Agama Islam Negeri
Batusangkar, Sumatera Barat,
Indonesia

E-mail: irman@iainbatusangkar.ac.id

*) *Corresponding Author*

Abstract: *The study aims to determine the relationship between self-esteem and body image in adolescent girls in LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota. The research method used is the correlation method. The population and sample in this study were 70 young women. Samples were taken using total sampling. Data collection techniques by giving questionnaires, self-esteem and body image questionnaire. The result showed that there was a significant relationship between self-esteem and body image in young woman in LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota, with a positive relationship direction. It is known that r hitung is 0,307 > r table 0,235 and with a probability value of sig ($0,010 < 0,05$). This means that H_0 is rejected and H_a is accepted. So, self-esteem has a significant relationship with body image in young women in LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota. The higher the self-esteem possessed by young womwn, the higher the body image they have.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-esteem* dengan *body image* pada remaja putri di LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode korelasional. Populasi dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 70 remaja putri. Sampel diambil menggunakan *total sampling*. Teknik pengumpulan data dengan memberikan kuesioner, yaitu kuesioner *self-esteem* dan kuesioner *body image*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja putri di LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota dengan arah hubungan positif. Diketahui r hitung 0,307 > r tabel 0,235 dengan nilai probabilitas sig ($0,010 < 0,05$). Artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, *self-esteem* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *body image* pada remaja putri di LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota. Semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja putri maka semakin tinggi pula *body image* yang dimiliki.

Kata Kunci: *Body Image*, Remaja Putri, *Self-Esteem*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode yang sangat tetap untuk mengembangkan seluruh potensi/kemampuan/ bakat/ minat positif yang dimiliki (Willis, 2017). Perkembangan kognitif atau intelektual remaja pada periode ini juga berkembang dengan baik. Tidak hanya itu, masa remaja juga dikenal sebagai masa dengan kesulitan, tidak hanya kesulitan bagi remaja tersebut, tapi orang tua dan masyarakat juga merasakannya. Hal ini terjadi karena masa remaja yaitu periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. (Sarwono, 2017). Menurut Blair & Jones, 1964; Ramsey, 1967; Mead, 1970; Dusek, 1977; Besonkey 1981, menemukan beberapa ciri khas perkembangan remaja, salah satu diantaranya yaitu remaja mengalami perubahan atau pertumbuhan fisik yang cepat (Umami, 2019). Terkait dengan perubahan dan pertumbuhan fisik tersebut, remaja harus mampu menerima kondisi fisiknya, yakin dan puas akan bentuk tubuhnya, pernyataan ini sesuai dengan salah satu tugas perkembangan remaja dari Hurlock (2003). Masa remaja secara global berkisar antara umur 12-21 tahun, dimana pembagiannya adalah: remaja awal 12-15 tahun, remaja pertengahan 15-18 tahun, dan remaja akhir 18-21 tahun (Fatmawaty, 2017).

Perubahan fisik pada remaja berkaitan dengan *body image*. *Body image* adalah pengalaman individu tentang pandangan terhadap kondisi tubuhnya, serta tingkah laku individu terkait penilaian terhadap penampilan fisiknya (Cash, 2012). Menurut Cash & Flamming, 2002; *National Eating Disorder Association*, 2005; Bestiana, 2012; Prihaningtyas, 2013,

mengemukakan bahwa *body image* seseorang dapat dibagi menjadi *body image* positif (puas terhadap diri sendiri) dan *body image* negatif (tidak puas dengan diri sendiri). Apabila seseorang memandang tubuhnya positif maka *body image* yang dimiliki positif, dan apabila seseorang memandang tubuhnya negatif maka *body image* yang dimiliki juga akan negatif.

Seseorang yang memiliki *body image* positif atau *body image* negatif dapat dipengaruhi oleh kehidupan di masa kecil, apapun yang terjadi dalam kehidupan seseorang, orang tua ataupun lingkungan memiliki pengaruh paling signifikan terhadap *body image*. Perilaku dan pesan negatif orang tua dapat berdampak besar pada *body image*, terutama berlaku bagi para penyintas tentang pelecehan emosional, pengabaian, atau kekerasan yang pernah dialami ketika kecil (Engel, 2006).

Ningsih, Sari dan Nurhasanah (2017) dalam hasil penelitiannya menyatakan, terdapat 68,38% responden tidak puas terhadap *body image*nya berdasarkan status gizinya dan menilai bahwa kondisi tubuhnya tidak proporsional. Sebanyak 83,33% siswa dengan status gizi gemuk tidak puas terhadap *body image* yang dimilikinya, 64,58% siswa dengan status gizi normal tidak puas terhadap *body image*-nya sedangkan 25,00% siswa dengan status gizi kurus tidak puas dengan *body image* yang dimilikinya. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa masih banyak siswa yang menilai tidak puas terhadap bentuk tubuhnya yang mengakibatkan siswa tersebut mengembangkan *body image* negatif, bahkan siswa dengan status gizi normal

pun juga tidak puas dengan *body image*nya dengan persentase 64,58%.

Menurut teori Cash (2000), terdapat 5 dimensi *body image* yaitu: 1) Evaluasi penampilan, berdasarkan aspek ini subjek menganggap penampilannya tidak menarik, sehingga ia tidak puas dengan bentuk tubuhnya. 2) Orientasi penampilan, berdasarkan aspek ini subjek berusaha memperbaiki penampilannya dengan cara melakukan perawatan pada tubuhnya. 3) Kepuasan terhadap tubuh, berdasarkan aspek ini subjek merasa tidak puas pada warna kulit wajah. 4) Kelebihan berat badan, berdasarkan aspek ini ada subjek yang mengontrol porsi makannya dan melakukan diet, dan ada juga subjek yang tidak mempermasalahakan porsi makannya, dan 5) Pengklasifikasian ukuran tubuh, berdasarkan aspek ini ada subjek yang menggolongkan tubuhnya proporsional dan subjek lainnya menggolongkan badannya pendek.

Body image dalam perkembangannya dipengaruhi oleh faktor-faktor, seperti pengenalan kebudayaan, pengalaman-pengalaman individu dengan orang disekitarnya, tampilan fisik, dan faktor kepribadian; pada faktor kepribadian, *self-esteem* merupakan salah satu hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan *body image*. Rosenberg (dalam Mruk, 2006) mendefinisikan *self-esteem* sebagai cara individu bersikap berdasarkan pandangan atau penilaian bagaimana ia menghargai dan memberikan penilaian terhadap dirinya sendiri dengan menyeluruh, baik itu penilaian positif (+) atau penilaian negatif (-). Rosenberg (dalam Tafarodi dan Milne, 2002) membagi dimensi *self-esteem* menjadi kompetensi diri

(*self-competence*) dan penghargaan diri (*self-liking*).

Faktor terpenting dalam menentukan tingkat *self-esteem* seorang anak dimulai dari cara orang tua mengasuh anaknya selama tiga atau empat tahun pertama kehidupan anak. Ketika orang tua penuh kasih, memberi semangat, berpikiran terbuka, menerapkan disiplin yang tepat dan menetapkan batasan yang sesuai, anak akan tumbuh menjadi percaya diri dan mengaktualisasikan dirinya. Tetapi bila orang tua lalai, tidak adil, dan memberikan contoh sikap yang tidak baik, disiplin dan batasan yang tidak tepat, anak cenderung merasa tidak aman dan mengkritik diri sendiri, dan merasa memiliki harga diri yang rendah (Engel, 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmania dan Ika (2012), menyatakan bila *self-esteem* yang dimiliki seorang perempuan rendah, maka ia akan merasa tidak puas dengan kondisi tubuh yang dimilikinya serta selalu memikirkan kekurangannya, dan sebaliknya jika *self-esteem* perempuan tersebut tinggi, maka ia akan memiliki gambaran yang positif mengenai dirinya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gupta, Bhatia, Shetty, Naphade, dan Datar (2016), menyatakan bahwa “*Adolescent girls have more body image dissatisfaction as compared to boys and positive body image will lead to higher levels of self-esteem and self-worth.*” Penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja perempuan memiliki ketidakpuasan terhadap *body image* lebih tinggi dibanding remaja laki-laki, dan *body image* yang positif akan mengarahkan

pada tingkat *self-esteem* yang lebih tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Fatimah, Sumitro dan Erwin (2020), hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self-esteem* dan variabel *body image* pada masing-masing subjek penelitian. Penelitian lain oleh Agustiningih, Rohmi dan Rahayu (2020), menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada kedua variabel *self-esteem* dan *body image*. Selain itu penelitian *self-esteem* dan *body image* oleh Wahyuni dan Auriella (2021), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada kedua variabel tersebut.

Menurut Guindon (dalam Nurvita & Handayani, 2015) saat masa remaja ini, remaja putri cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah, apalagi remaja putri yang tinggal di lembaga kesejahteraan sosial anak/ panti asuhan, yang mana banyak stigma negatif yang mengarah pada tempat tersebut, yang bisa menyebabkan terganggu/ terhambatnya aspek psikologis ataupun sosial remaja putri, dimana menimbulkan *body image* yang negatif, depresi, kecemasan sosial, dan rendahnya kepuasan hidup karena merasa ditolak oleh lingkungan keluarga, sehingga mereka tidak puas dengan diri sendiri sehingga terbentuklah *self-esteem* yang rendah.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada remaja putri usia 13-18 tahun, menunjukkan bahwa banyak remaja putri yang tinggal di LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota cenderung masih memberikan evaluasi yang rendah mengenai dirinya dan menilai kondisi atau bentuk tubuhnya

secara negatif, padahal menurut orang lain kondisi tubuh mereka bagus, namun mereka tidak menganggap demikian. Mereka menganggap kondisi tubuh mereka belum ideal dan masih memiliki kekurangan, sehingga mereka tidak puas akan dirinya sendiri. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-esteem* dengan *body image* pada remaja putri di LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subyek dalam penelitian ini adalah remaja perempuan usia 13-18 tahun sebanyak 70 orang. Data diperoleh dengan pemberian kuesioner *self-esteem* yang disusun oleh Rosenberg (R-SES) dan telah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Azwar (2011), dengan realibilitas skala $\alpha = 0,718$ dan skala *body image* diukur menggunakan skala yang peneliti susun sendiri berdasarkan dimensi Cash (2000) dengan realibilitas skala $\alpha = 0,872$.

Data dalam penelitian ini diuji menggunakan analisis *Product Moment*. Analisis data menggunakan *One-Sample Kolmogrov-Smirnov* untuk uji normalitas, dan *deviation of linearity* (ANOVA) untuk uji linearitas. Penelitian ini menggunakan SPSS for Windows Seri 21.0.

Tabel 1. Reliabilitas Skala Self-Esteem

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.718	10

Tabel 2. Reliabilitas Skala Body Image

Cronbach's Alpha	N of Items
.872	22

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keadaan *self-esteem* remaja putri berada pada kategori sedang berjumlah 39 orang (55,7%) dan kategori tinggi berjumlah 31 orang (44,3%), sehingga ditemukan bahwa secara keseluruhan *self-esteem* remaja putri LKSA Kabupaten 50 Kota berada pada kategori sedang.

Keadaan *body image* remaja putri dengan kategori rendah berjumlah 1 orang (1,4%), kategori sedang berjumlah 49 orang (70%), dan kategori tinggi berjumlah 20 orang (28,6%) sehingga ditemukan bahwa secara keseluruhan *body image* remaja putri LKSA Kabupaten 50 Kota berada pada kategori sedang.

Variabel	Kategori		
	Rendah	Sedang	Tinggi
<i>Self-Esteem</i>	0 (1,4%)	39 (55,7%)	31 (44,3%)
<i>Body Image</i>	1 (1,4%)	49 (70%)	20 (28,6%)

Tabel 3. Hasil Kategori *Self-Esteem* dan *Body Image*

Hasil temuan menunjukkan data kedua variabel yang peneliti gunakan sebaran daranya normal yang diuji menggunakan uji *Kolmogrov-Smirnov*, hasilnya nilai Sig *self-esteem* (0,617) *body image* (0,470) yang artinya besar dari 0,05.

Hasil uji linear menggunakan *deviation of linearity* memperoleh nilai sig. 0,339 yang berarti besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan terdapat

hubungan linear signifikan pada kedua variabel.

Hasil analisis data menggunakan *product moment (two-tailed)* diperoleh sig. 0,010 dengan nilai koefisien korelasi 0,307 dengan arah positif. 0,307 berarti adanya korelasi dengan kategori rendah. Hal ini menunjukkan hipotesis (H_a) diterima karena koefisien korelasi (r_{xy}) $0,307 > 0,235$ dan nilai signifikan $0,010 < 0,05$ sehingga kedua variabel ini memiliki hubungan yang signifikan. Semakin tinggi *self-esteem* maka semakin positif *body image* yang dimiliki oleh remaja putri yang tinggal di LKSA.

Hasil uji hipotesis mengungkapkan terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* dengan nilai r 0,307 dan signifikansi 0,010 ($p < 0,05$), menunjukkan hipotesis diterima, artinya terdapat hubungan positif signifikan antara *self-esteem* dengan *body image* remaja putri di LKSA Kabupaten 50 Kota. Semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja putri maka semakin positif juga *body image* yang dimiliki, dan semakin rendah *self-esteem* maka semakin negatif *body image*nya.

Individu dengan *self-esteem* yang tinggi tidak menganggap dirinya lebih hebat dari orang lain, merasa dirinya berharga, memperbaiki diri dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Individu dengan *self-esteem* rendah akan fokus untuk melindungi diri sendiri, kecewa berlebihan saat gagal, melebih-lebihkan peristiwa negatif yang dialami, merasa canggung dan malu mengekspresikan diri saat berinteraksi dengan orang lain (Rosenberg dalam Mruk, 2006).

Menurut Rice University (dalam Nurvita dan Handayani, 2015) remaja yang mempunyai *body image* positif akan puas dengan kondisi tubuh dan penampilan yang dimiliki. Mereka acuh tak acuh terhadap standar wanita ideal yang dibuat oleh masyarakat, sehingga mereka menerima perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Lain halnya dengan remaja dengan *body image* negatif, mereka merasa tidak puas dengan kondisi tubuhnya karena bentuk tubuh dan penampilannya tidak sesuai dengan apa yang disajikan di media maupun yang diinginkan oleh lingkungan sosial. *Body image* yang negatif memiliki dampak terhadap rendahnya *self-esteem*, kebiasaan perilaku diet yang tidak sehat, *stress* secara emosional, gangguan makan, kecemasan, kesehatan seksual yang terancam, depresi, berhenti melakukan kegiatan olahraga, dan *social withdrawal*.

Hasil penelitian ini mendukung teori yang diungkapkan oleh Cash & Pruzinsky (2002) bahwa *self-esteem* berperan penting dalam perkembangan *body image* seseorang. Sejalan dengan penelitian Nurvita & Handayani (2015) menjelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *body image*. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang dikatakan Cash (2012) bahwa *body image* (persepsi mengenai keseluruhan penampilan fisik) adalah unsur terpenting dari harga diri keseluruhan (*global self-esteem*) remaja. Pernyataan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Knauss, Paxton, & Alsaker (2008) yang membuktikan bahwa *self-esteem* yang baik merupakan faktor yang mempengaruhi ketertarikan fisik atau *body image* seseorang.

Self-esteem menurut Rosenberg (dalam Flynn, 2001) dalam perkembangannya dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu gambaran penilaian dan perbandingan sosial. Gambaran penilaian menentukan bagaimana individu memberikan penilaian terhadap dirinya sendiri dan melihat diri sendiri melalui pandangan orang lain. Selain itu, membandingkan diri sendiri dengan orang disekitar dapat mempengaruhi bagaimana *self-esteem* individu, setelah melakukan perbandingan sosial dengan orang lain individu dapat memberikan penilaian positif ataupun negatif terhadap dirinya.

McLoed & Owens, Powell (2004) menyatakan bahwa, usia, ras, etnis, pubertas, dan berat badan juga berpengaruh terhadap *self-esteem* individu. Saat individu memasuki masa anak-anak dan remaja, *self-esteem*nya akan terus berkembang karena memperolehnya dari keluarga, teman sepermainan, dan guru pada saat mereka bersekolah. Keanekaragaman budaya dan ras tertentu dapat mempengaruhi *self-esteem* individu untuk menjunjung tinggi rasnya. Lalu, terdapat etnis tertentu dalam kehidupan sosial dan bermasyarakat yang terkadang ada suku yang menilai derajat sukunya lebih tinggi dibanding suku lain sehingga individu dari suku tersebut merasa lebih unggul dari suku lain, akibatnya dapat mempengaruhi *self-esteem*nya.

Selanjutnya faktor pubertas, pubertas merupakan periode perpindahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa ditandai dengan munculnya ciri-ciri khusus seks sekunder dan primer yang menyebabkan mulai berfungsinya

kemampuan reproduksi seksual yang dapat menimbulkan perasaan tertarik pada lawan jenis sehingga mempengaruhi *self-esteem*nya. Terakhir yaitu faktor berat badan. Tentunya dari semua faktor tersebut perubahan yang paling menonjol terlihat pada fisiknya. Individu mengalami perubahan fisik yang sangat cepat sehingga ia harus mampu menyesuaikan dirinya dengan kondisi tubuhnya yang baru. Sebagai akibat dari hormon yang baru dalam penambahan atau penurunan berat badan, individu tersebut akan mulai merasakan ada yang berbeda pada tubuhnya. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa gambaran penilaian dan perbandingan sosial maupun usia, ras, etnis, pubertas, dan berat badan berpengaruh terhadap *self-esteem* yang dimiliki oleh seorang individu

Terkait *body image*, terdapat banyak faktor yang berpengaruh terhadap *body image* seseorang termasuk pandangan/ penilaian orang lain terhadap penampilan diri sendiri. Menurut Cash (1994), ada dua faktor yang mempengaruhi *body image* seseorang, yakni media massa dan hubungan interpersonal. Tampilan media massa yang memberikan gambaran ideal tentang tubuh perempuan bisa mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Tiggemen (dalam Cash, 1994) mengatakan media massa bisa sangat berpengaruh dalam sosial budaya. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi serta orang dewasa membaca surat kabar dan majalah. Survei membuktikan 83% majalah *fashion* khususnya dibaca oleh

mayoritas perempuan atau pun anak perempuan.

Levine dan Smolak (dalam Cash, 1994) menyimpulkan dengan memandang foto-foto model yang langsing membuat perempuan merasa penampilan fisiknya buruk, yang secara langsung dapat memberikan efek negatif seperti merasa tidak puas, merasa dirinya tidak menarik, suasana hati tidak baik, dan berlebihan dalam memperhatikan berat badan.

Selanjutnya, hubungan interpersonal cenderung membuat seseorang membandingkan diri dengan orang lain dan *feedback* yang diterima mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang membuat seseorang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan penilaian terhadap dirinya. Dunn dan Gooke (dalam Cash, 1994) menyatakan bahwa pikiran dan perasaan mengenai tubuh bermula dari adanya reaksi orang lain. Perkembangan emosional dan pikiran individu juga berkontribusi pada bagaimana seseorang melihat dirinya. Berdasarkan paparan di atas, dapat diketahui bahwa media massa dan hubungan interpersonal berkontribusi terhadap pembentukan *body image* pada remaja putri di LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota.

Mengenai analisis tambahan yang peneliti lakukan bertujuan melihat hubungan antara variabel *self-esteem* dengan aspek-aspek variabel *body image*, maka disimpulkan bahwa pada kelima aspek *body image* yang telah diuji, aspek kepuasan terhadap bagian tubuh adalah aspek yang memiliki nilai korelasi yang paling tinggi dibanding dengan aspek lain. Hal ini menjelaskan

semakin remaja putri merasa puas terhadap tubuh yang dimilikinya, baik secara spesifik maupun keseluruhan maka *self-esteem* yang dimiliki akan semakin tinggi, sebaliknya jika remaja putri tidak puas terhadap tubuh yang dimilikinya, baik secara spesifik maupun keseluruhan maka *self-esteem*nya semakin rendah. Dari penelitian ini ditemukan bahwa *self-esteem* seseorang memiliki korelasi dengan *body image* yang dimiliki individu.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menyimpulkan terjawabnya rumusan masalah penelitian yaitu dengan membuktikan hipotesis penelitian dimana terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *body image* remaja putri di LKSA Kabupaten Lima Puluh Kota. Hal ini dapat dilihat dari hasil r_{hitung} (0,307) > r_{tabel} (0,235), artinya H_a diterima dan H_0 ditolak, r_{hitung} memiliki nilai koefisien positif, artinya semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki remaja putri maka semakin positif *body image* remaja putri tersebut dan sebaliknya, semakin rendah *self-esteem* yang dimiliki remaja putri maka semakin negatif juga *body image* yang dimiliki remaja putri tersebut. Menurut tabel koefisien korelasi 0,307 berarti hubungan antara dua variabel tersebut rendah.

REFERENSI

Agustiningsih, N., Rohmi, F., & Rahayu, Y. E. (2020). Hubungan Body Image dengan Harga Diri pada Remaja Putri Usia 16-18 Tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8 (2), 109-115.

Ahyani, L. N., & Astuti, R. D. (2018). *Psikologi Perkembangan Anak*

dan Remaja. Kudus: Universitas Muria Kudus.

Azwar, S. 2011. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Bestiana, D. (2012). Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswa FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Psikologi*, 1 (1), 1-12.

Cash, T. F. (1994). Body-Image Attitudes: Evaluation, Investment, And Affect. *Perceptual And Motor Skill*, 1168-1170.

Cash, T. F. (2000). The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire. *MBSRQ Users' Manual (Third Revision)*, 1-12.

Cash, T. F. (2012). Cognitive-Behavioral Perspectives On Body Image. *Encyclopedia Of Body Image And Human Appearance*, 1, 334-342.

Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: The Guilford Press.

Chaplin, J. P. (2014). *Kamus Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers.

Engel, B. (2006). *Healing Your Emotional Self: A Powerful Program To Help You Raise Your Self-Esteem, Quiet Your Inner Critic, And Overcome Your Shame*. United States Of Amerika: John Wiley & Sons.

Fatimah, S., Sumitro, A., & Erwin, A. (2020). Hubungan antara Self-Esteem dengan Body Image pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 12 Bekasi. *Guidance: Jurnal*

- Bimbingan dan Konseling*, 17 (2), 1-8.
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Reforma*, VI (02), 55-65.
- Flynn, H. K. (2003). Self Esteem Theory And Measurement: A Critical Review. *Thirdspacing A Journal Of Feminist Theory & Culture*, 3 (1).
- Gupta, N. S., Bhatia, G. R., Shetty, J. V., Naphade, N. M., & Datar, M. C. (2016). Assessment of Body Image and Self Esteem among Young Adolescents. *IJSR - International Journal of Scientific Research*, 5 (6), 57-151.
- Hurlock, Elizabeth B. (2003). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Knauss, C. F., Paxton, S. J., & Alsaker, f. (2008). Body Dissatisfaction in Adolescent Boys and Girls: Objectified Body Consciousness, Internalization of the Media Body Ideal and Perceived Pressure from Media. *Springer Sex Roles*.
- Mcleod, J. D., & Owens, T. J. (2004). Psychological Well-Being In The Early Life Course: Variations By Socioeconomic Status, Gender, And Race/ Ethnicity. *Social Psychology Quarterly*, 67 (3), 257-278.
- Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, And Practice: Toward A Positive Psychology Of Self-Esteem 3rd Edition*. New York: Springer Publishing Company.
- Muhsin, A. (2015). Studi Kasus Ketidakpuasan Remaja Putri Terhadap Keadaan Tubuhnya (Body Image Negative Pada Remaja Putri). *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Edisi 1 Tahun Ke 4*, 1-8.
- National Eating Disorder Association. (2005). Body Image. *NEDA*. Retrieved from <http://stuasf.hiv.ed/csds/bodyimagepdf/> (Accessed 3 Desember 2020).
- Ningsih, A., Sari, A. M., & Nurhasanah. (2017). The Diferences In Body Image Based On The Nutritional Status Of Students Of SMPN 13 Pekanbaru Sail Districts Pekanbaru City. *JOMFK*, 4 (1), 1-9.
- Nurvita, V., & Handayani, M. M. (2015). Hubungan Aantara Self-Esteem Dengan Body Image Pada Remaja Awal Yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 4 (1), 41-49.
- Prihaningtyas R.A. (2013). *Diet Tanpa Pantangan*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Rahman, A. A. (2017). *Psikologi Soaial: Integrasi Pengetahuan Wahyu Dan Pengetahuan Empirik*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Rahmania P.N, & Yuniar C, I. (2012). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 1 (02), 110-117.

- Sarwono, S. W. (2017). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Tafarodi, R. W., & Milne, A. B. (2002). Decomposing Global Self-Esteem. *Journal of Assessment*, 70 (3), 443-483.
- Umami, I. (2019). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Idea Press.
- Wahyuni, N. S., & Auriella, A. (2021). Hubungan Body Image dengan Harga Diri pada Remaja Putri Penggemar Kpop di Komunitas ARMY Medan. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3 (3), 1365-1371.
- Willis, S. S. (2017). *Remaja dan Masalahnya: Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja Seperti Narkoba, Free Sex dan Pemecahannya*. Bandung: Alfabeta.