

HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP BODY SHAMING PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 BELINYU TAHUN 2024

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND SELF-CONFIDENCE TOWARDS BODY SHAMING AMONG ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 1 BELINYU IN 2024

Aulia Roza*

*Program Studi Ilmu Keperawatan

*Institut Citra Internasional

*Email: auliaroza51@gmail.com

ABSTRAK

Body image merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai tubuhnya. Gambaran dirisendiri juga bisa memungkinkan seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain. Sehingga saat ini sering kali teman menjadikan penampilan fisik sebagai ejekan terhadap individu. Sehingga menyebabkan ketidakpercayaan diri pada individu yang mengalami citra diri yang rendah dan menyebabkan terjadinya korban *body shaming*. tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan antara *body image* dan kepercayaan diri terhadap *body shaming* pada remaja di SMAN 1 Belinyu. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif desain *cross sectional* dan *uji chi square* dengan hasil berupa uji analisa univariat dan bivariat. Populasi penelitian ini berjumlah 44 orang di SMAN 1 Belinyu. Sample penelitian ini berjumlah 30 responden dimana siswa yang pernah mengalami *body shaming* di SMAN 1 Belinyu dan teknik pengambilan sampling menggunakan metode *quota sampling*. Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dan *p-value* (0,002), *p-value* (0,002) kepercayaan diri terhadap *body shaming* di SMAN 1 Belinyu tahun 2024. Saran dari penelitian ini disarankan untuk memperluas cakupan sampel penelitian agar mencakup berbagai latar belakang demografis dan geografis, guna meningkatkan generalisasi temuan. untuk memperluas ruang lingkup penelitian lebih lanjut sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas penelitian. Peneliti juga dapat menambahkan variable –variable lainnya mis peran media sosial, kondisi keluarga, dan faktor psikologis lainnya yang mungkin mempengaruhi *body shaming* yang belum disertakan dalam penelitian ini.

Kata Kunci: *Body Image*, Kepercayaan Diri, *Body Shaming*

ABSTRACT

Body image is the picture a person has of their body. Self-image can also allow someone to compare themselves with other people. So nowadays friends often use physical appearance as a mockery of individuals. This causes lack of self-confidence in individuals who experience low self-image and causes victims of *body shaming*. The aim of this research is to determine the relationship between *body image* and self-confidence towards *body shaming* in teenagers at SMAN 1 Belinyu. This research uses quantitative research methods, *cross sectional* design and *chi square* tests with results in the form of univariate and bivariate analysis tests. The population of this study was 44 people at SMAN 1 Belinyu. The sample for this research consisted of 30 respondents, students who had experienced *body shaming* at SMAN 1 Belinyu and the sampling technique used the

quota sampling method. The research results prove that there is a relationship between body image and p-value (0.002), p-value (0.002) self-confidence towards body shaming at SMAN 1 Belinyu in 2024. Suggestions from this research are to expand the scope of the research sample to include various demographic and geographic backgrounds, in order to increase the generalizability of the findings. to expand the scope of research further so that it is hoped that it can improve the quality of research. Researchers can also add other variables, such as the role of social media, family conditions, and other psychological factors that might influence body shaming that have not been included in this research.

Keywords: *Body Image, Self Confidence, Body Shaming.*

Pendahuluan

Body image merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas penilaian orang lain terhadap kepercayaan dirinya (Damanik, 2018).

Terdapat kasus *body shaming* di dunia pendidikan dan jejaring sosial yang mencapai 2.473 laporan dan diperkirakan akan terus meningkat. Kasus di Indonesia menduduki peringkat tertinggi dibandingkan Vietnam dan Nepal dengan angka yang sama, sekitar 79 dan diurutan berikutnya Kamboja 73, dan Pakistan 43% (Sindo, 2017). Fakta mengejutkan dilansir dari *Study Fit Ranted*, 2017 terdapat 92,7% dari 1000 wanita pernah mengalami *body shaming* (Amri, 2020). Hasil riset *Programme for International Student Assessment* (PISA) 2018 dari organisasi kerja sama Ekonomi dan Pembangunan (OECD) 2019, menyimpulkan Indonesia berada di urutan ke lima besar, korban perundungan tertinggi pada remaja (Hastanto, 2018).

Menurut survei majalah terdapat 5.053 remaja, 90% remaja tidak menyukai bentuk tubuh mereka. dari data diperoleh 19% mengalami kegemukan, 67% remaja berpendapat perlu diet untuk menurunkan berat badan, dan 64% mengikuti program diet (Sahrina *et al.*, 2021). kejadian yang ada di Indonesia banyak sekali terjadi di sosial media terutama kalangan aktris Indonesia yang mengalami (*bullying*).

Berdasarkan data awal yang peneliti ambil SMAN 1 belinyu pada tahun 2024 terdapat 30 kasus *body shaming*, penjelekan dan penghinaan fisik. Hasil survei yang dilakukan (Putri *et al.*, 2018) ditemukan sebanyak 96% siswa SMA pernah menjadi korban ataupun pelaku *body shaming*. Berdasarkan dari jurnal yang saya baca berdasarkan penelitian Andika dan Novita (2021) hasilnya menunjukkan bahwa 39,3% remaja menjadi tidak percaya diri hal ini diakibatkan oleh adanya 57,1% remaja yang menerima perlakuan *body shaming* terkait dengan berat badan atau gendut. Menurut penelitian Linggar, dkk tahun 2022 hasil dari penelitian tersebut Ada hubungan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri pada remaja di SMAN 1 Pacitan Kabupaten Pacitan.

Berdasarkan survei yang saya lakukan di SMA Negeri 1 Belinyu pada tanggal 20 Februari 2024 terhadap 10 siswa kelas X dan XI, mereka mengatakan bahwa (50%) diantaranya pernah di ejek karena postur tubuh yang gemuk, pesek, hitam, kemudian (30%) diantaranya pernah di ejek karena kecil pendek dan semampai (semeter tidak sampai), (20%) 2 diantaranya diejek karena wajah jelek dan berjerawat yang bermula dari candaan berujung dengan *bullying*, sehingga remaja yang mengalami *body shaming* akan membuat mereka merasa tidak nyaman dan kurang percaya diri.

Body image adalah persepsi individu dengan kesadaran dan perilaku, mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan

tubuh di masyarakat. Usia remaja adalah usia dimana masa transisi yang menjadikan remaja dapat mudah berpengaruh berubah dan mudah mengikuti arus (Cristiani, 2015). Dari beberapa trend gaya hidup di era modern jaman sekarang sangat berkembang, kasusnya tidak sedikit yang akan memunculkan tindakan penjelekan bagi mereka yang tidak mengikuti atau dianggap masyarakat yang tidak sesuai dengan trend.

Perubahan yang terjadi pada masa remaja adalah terkait dengan perubahan biologis maupun perubahan psikologis, pada masa remaja juga memiliki bagian perkembangan salah satunya menerima keadaan tubuh dengan rasa percaya diri, tetapi nyatanya hanya sedikit remaja yang mempunyai rasa percaya diri akan bentuk tubuh, wajah dan warna kulit. Pada usia remaja mereka berfikir bahwasannya dalam berinteraksi sosial daya tarik fisik sangat berperan penting dalam berinteraksi sosial dengan dunia nyata maupun pada media sosial (Hurlock dalam Mulawarman *et al.*, 2019).

Body shaming ditunjukan untuk mengejek mereka yang memiliki penampilan fisik yang dinilai cukup berbeda dengan masyarakat pada umumnya, meski bukan kontak fisik yang merugikan, namun *body shaming* sudah termasuk jenis perudungan secara verbal atau lewat kata – kata. Perilaku *body shaming* dapat menjadikan seseorang semakin merasa tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya dan mulai menutup diri baik terhadap lingkungan maupun orang yang mereka temui. Dari kasus tersebut dapat disimpulkan bahwa *body shaming* dapat menjatuhkan mental seseorang yang berujung ketidakpercayaan diri.

Metodologi Penelitian

Metode penelitian kuantitatif desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Korelasi adalah untuk melihat apakah ada hubungan yang signifikan antara “*body image* dan kepercayaan diri” maka penelitian ini dapat melihat apakah ada “hubungan antara *body image* dan

kepercayaan diri terhadap *body shaming* pada remaja”. Populasi pada penelitian ini berjumlah 44 siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Belinyu Tahun 2024. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 siswa untuk sampel ini menggunakan rumus slovin.

Hasil Penelitian

Analisa Univariat

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	17	56,7
Laki - Laki	13	43,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1 Belinyu paling banyak berjenis kelamin perempuan berjumlah 17 siswa (56,7%), dibandingkan siswa berjenis kelamin laki – laki.

Tabel 2
Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
15 tahun	3	10
16 tahun	12	40
17 tahun	13	43,3
18 tahun	2	6,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1 Belinyu paling banyak berusia 17 tahun yaitu 13 siswa (43,3%) lebih banyak, dibandingkan siswa usia 15,16, dan 18 tahun.

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi	Persentase (%)
Kelas X	17	56,7
Kelas XI	13	43,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1

Belinyu Kelas X berjumlah 17 siswa (56,7%), dibandingkan kelas XI.

Tabel 4
Distribusi Responden Berdasarkan Berat Badan

Berat Badan	Frekuensi	Persentase (%)
40-50 kg	15	50
51-60 kg	5	16,7
61-70 kg	6	20
71- 80 kg	3	10
81- 90kg	1	3,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1 Belinyu mempunyai berat badan 40-50 kg yaitu 15 siswa (50%) lebih banyak, dibandingkan yang mempunyai berat badan 51-60 kg, 61-70 kg, 71-80 kg, 81-90 kg.

Tabel 5
Distribusi Responden Berdasarkan Tinggi Badan

Tinggi Badan	Frekuensi	Persentase (%)
150-159 cm	12	40
160-169 cm	12	40
170-179 cm	6	20
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1 Belinyu mempunyai tinggi badan 150-159 cm dan 160-169 cm berjumlah sama yaitu sebanyak 12 siswa (40%), dibandingkan siswa mempunyai tinggi 170-179 cm.

Tabel 6
Distribusi Responden Berdasarkan IMT

IMT	Frekuensi	Persentase (%)
Kurus	13	43,3
Normal	8	26,7
Gemuk	9	30
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1 Belinyu mempunyai IMT kurus yaitu 13 siswa (43,3%), lebih banyak dibandingkan siswa yang mempunyai IMT normal dan gemuk.

Tabel 7
Distribusi Responden Berdasarkan Body Image

Body Image	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	10	33,3
Rendah	20	66,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1 Belinyu mempunyai *body image* yang rendah sebanyak 20 siswa (66,7%) lebih banyak, dibandingkan siswa yang mempunyai *body image* yang tinggi.

Tabel 8
Distribusi Responden Berdasarkan Kepercayaan Diri

Kepercayaan Diri	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	12	40
Rendah	18	60
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1 Belinyu mempunyai kepercayaan diri yang rendah yaitu 18 siswa (40%) lebih banyak, dibandingkan siswa yang mempunyai kepercayaan diri rendah.

Tabel 9
Distribusi Responden Berdasarkan Body Shaming

Body Shaming	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	23	76,7
Negatif	7	23,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa SMA N 1 Belinyu mengalami *body shaming* yang positif yaitu 23 siswa (76,7%) lebih banyak, dibandingkan siswa yang mengalami *body shaming* negatif.

Analisa Bivariat

Tabel 9
Hubungan Antara Body Image Terhadap Body Shaming Siswa SMA N 1 Belinyu Tahun 2024

<i>Body Image</i>	<i>Body Shaming</i>				<i>Jumlah</i>		<i>p value</i>	<i>OR</i>
	<i>Positif</i>		<i>Negatif</i>					
	<i>N</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>%</i>		
Tinggi	4	40	6	60	10	100	0.002	0.035
Rendah	19	95	1	5	20	100		
Jumlah	23	76,7	7	23,3	30	100		

Berdasarkan tabel 9 analisis hubungan antara *body image* terhadap *body shaming* pada remaja di SMA N 1 Belinyu dari 30 responden menunjukkan bahwa yang mengalami *body image* tinggi yaitu 4 orang (40%), dibandingkan siswa yang mengalami *body image* rendah yaitu 19 siswa (95%). Sedangkan siswa yang mengalami *body shaming* negatif dengan *body image* yang tinggi yaitu 6 orang (60%) lebih banyak dibandingkan siswa yang mengalami *body shaming* positif dengan *body image* yang rendah yaitu 1 orang (5%).

Hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p-value* $(0,002) < \alpha (0,05)$, yang berarti ada dapat disimpulkan ada hubungan antara *body image* terhadap *body shaming* pada remaja di SMA N 1 Belinyu Tahun 2024. Hasil analisis lebih lanjut diperoleh POR (*Prevalence Odds Ratio*) 0,035 yang berarti siswa yang mengalami *body image* memiliki kecenderungan 0,035 kali lebih besar untuk menjadi korban *body shaming*. artinya semakin tinggi tingkat perlakuan *body shaming* maka tingkat *body image* semakin rendah.

Tabel 10
Hubungan Antara Kepercayaan Diri Terhadap Body Shaming Siswa SMA N 1 Belinyu Tahun 2024

Kepercayaan Diri	Body Shaming				Jumlah		p value	OR
	Positif Negatif							
	N	%	N	%	N	%		
Tinggi	4	40	6	60	10	100	0.002	0.035
Rendah	19	95	1	5	20	100		
Jumlah	23	76,7	7	23,3	30	100		

Berdasarkan tabel 13 analisis hubungan antara *body image* terhadap *body shaming* pada remaja di SMA N 1 Belinyu dari 30 responden menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi negatif yaitu 6 orang (60%), lebih banyak dibandingkan kepercayaan diri positif yaitu 4 orang (40%). Sedangkan siswa yang mengalami kepercayaan diri yang rendah positif yaitu 19 orang (95%), lebih banyak dibandingkan *body shaming* negative yaitu 1 orang (5%).

Hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p-value* $(0,002) < \alpha (0,05)$, yang berarti ada dapat disimpulkan ada hubungan antara kepercayaan diri terhadap *body shaming* pada remaja di SMA N 1 Belinyu Tahun 2024. Hasil analisis lebih lanjut diperoleh POR (*Prevalence Odds Ratio*) 0,035 yang berarti siswa yang mengalami kepercayaan diri memiliki kecenderungan 0,035 kali lebih besar untuk menjadi korban *body shaming*. artinya semakin tinggi tingkat perlakuan *body shaming* maka tingkat kepercayaan diri semakin rendah.

Pembahasan

1. Hubungan antara *body image* Terhadap *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 1 Belinyu Tahun 2024

Body image merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai tubuhnya dalam bentuk kepuasan dan ketidakpuasan yang merupakan hasil dari penilaian subjektif individu itu sendiri (Soucise et al., 2017). Gangguan *body image* dapat dibagi dua, berdasarkan komponen *body image* yang terganggu yaitu, *body image* distortion adalah seseorang tidak mampu memperkirakan (mengestimasi) ukuran tubuhnya secara tepat dan *body image dissatisfaction* yaitu ke tidak puasan *body image* dapat dilihat dari bagaimana individu menilai tubuhnya. Bila individu menilai penampilan tidak sesuai dengan standar pribadinya, maka ia akan menilai rendah tubuhnya seperti rendahnya *self esteem*, gangguan pola makan, diet yang tidak sehat, depresi

dan juga *anxiety* (Oluseyi & Olufemi, 2015).

Hasil penelitian yang saya lakukan menunjukkan bahwa *body image* di temukan bahwa yang mengalami *body image* tinggi positif yaitu 4 orang (40%) dibandingkan siswa yang mengalami *body image* tinggi negatif yaitu 6 orang (60%). Sedangkan siswa yang mengalami *body shaming* positif pada *body image* rendah yaitu 19 orang (95%) lebih banyak dibandingkan siswa yang mengalami *body shaming* negatif pada *body image* rendah yaitu 1 orang (5%). Hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p-value* ($0,002 < \alpha$ ($0,05$), yang berarti ada dapat disimpulkan ada hubungan antara *body image* terhadap *body shaming* pada remaja di SMA N 1 Belinyu Tahun 2024.

Penelitian ini diperoleh hasil yang searah dengan penelitian – penelitian sebelumnya. Hal ini searah dengan penelitian Syarifah Amalia (2020) yang juga mengatakan bahwa ada hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming*. didalam penelitian ini menyatakan uji hipotesis yang telah dilakukan. Maka kesimpulannya adanya hubungan dari kedua variable yang signifikasi sebesar $0,000 < 0,05$ serta nilai koefisien korelasi sebesar 0,548 dan *body image* telah memberikan sumbangsih senilai 30% terhadap kepercayaan diri yang didapat dari uji linear dengan melihat *r square* sebesar 0,300 serta sisanya dipengaruhi oleh factor –faktor lainnya.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Silvia Aulia (2022) Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja korban *body shaming* di desa sinar banten. Data analisis menunjukan hasil, korelasi $R = 0,423$ dan signifikan $p < 0,001$. Dari hasil penelitian diketahui bahwa sumbangan variable *body image* terhadap variable terikat sebesar 17,9%, sedangkan pengaruh variable lain diluar penelitian sebesar 82,1%.

Body image sendiri juga bisa memungkinkan seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain. Sehingga saat ini, sering kali teman menjadikan penampilan fisik sebagai ejekan terhadap individu. *Body shaming* yang dilakukan disekolah orang yang merasa terkenal, keren, hebat dia bisa saja melakukan tindakan sewenang-wenang terhadap orang lain tanpa memikirkan perasaan orang tersebut (Lestari, 2020). Para pelaku melakukan tindakan *body shaming* tersebut karena mereka belum paham dampak yang ditimbulkan dari *body shaming* yang telah mereka lakukan terhadap korban (Rachmah, 2019).

Peneliti berasumsi bahwa *body image* berhubungan dengan *body shaming* karena harga diri yang sangat rendah. Jika individu memiliki citra diri yang tinggi maka akan memiliki harga diri yang baik sehingga tidak menjadi korban *body shaming*. Akan tetapi jika individu memiliki citra tubuh yang rendah maka harga diri yang dimilikinya juga akan buruk dan menjadi korban *body shaming*.

2. Hubungan antara Kepercayaan Diri Terhadap *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 1 Belinyu Tahun 2024

Kepercayaan diri berasal dari bahasa Inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nantinya akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya. Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap semua kelebihan dan keyakinan mampu untuk mencapai tujuan dalam hidupnya (Geofani, 2019).

Hasil penelitian yang saya lakukan menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah positif yaitu 19 orang (95%),

dibandingkan siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah negatif yaitu 1 orang (5%). Sedangkan siswa yang mengalami *body shaming* negatif banyak di temukan pada kepercayaan diri yang tinggi yaitu 6 orang (60%), dibandingkan siswa yang mengalami *body shaming* positif yaitu 4 orang (40%). Hasil uji *chi-square* didapatkan nilai $p\text{-value}$ $(0,002) < \alpha$ $(0,05)$, yang berarti ada dapat disimpulkan ada hubungan antara kepercayaan diri terhadap *body shaming* pada remaja di SMA N 1 Belinyu Tahun 2024.

Penelitian ini diperoleh hasil yang searah dengan penelitian – penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh linggar rolis kumala (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri terhadap *body shaming*. hasil penelitian yang dilakukan terhadap 64 responden remaja di SMAN 1 Pacitan dengan uji kendal didapatkan nilai $\tau = 0,003$ $\tau < 0,05$. Di simpulkan bahwa terdapat hubungan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri pada remaja di SMAN 1 Pacitan. Nilai keeratan hubungan (koefisien korelasi) sebesar 0,351 artinya semakin tinggi tingkat perlakuan *body shaming* yang diterima korban maka tingkat kepercayaan diri semakin rendah.

Hasil penelitian searah Dina Phitaloka (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri pada remaja di SMAN 1 Batang. Berdasarkan analisis yang dilakukan terhadap 221 subjek siswi putri di SMA N 1 Batang. Hasil hipotesis penelitian ini terdapat hubungan antara *body shaming* dan kepercayaan diri yang dilakukan dengan uji korelasi diperoleh $r_{xy} = 0,544$ dengan signifikan sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Peneliti berasumsi bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan *body shaming* karena kepercayaan diri mempengaruhi cara siswa berinteraksi dan menanggapi situasi sosial. Siswa dengan kepercayaan diri rendah maka akan menjadi target korban *body*

shaming, dan sebaliknya jika siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka cenderung lebih mampu membela diri dari tindakan *body shaming*.

Kesimpulan

1. Ada hubungan antara *body image* terhadap *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 1 Belinyu Tahun 2024.
2. Ada hubungan antara kepercayaan diri terhadap *body shaming* pada remaja di SMA Negeri 1 Belinyu Tahun 2024.

Daftar Pustaka

- Alawiyah, Desi. 2019. *Pendekatan Person-Centered Dalam Menangani Body Shaming Pada Wanita*. Jurnal Mimbar
- Ajeng Laksmi. 2022. Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa UIR di Media Sosial. Skripsi: Universitas Islam Riau.
- Amalia, S. (2020). Hubungan body image dengan kepercayaan diri pada korban body shaming. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Di SMA Negeri 2 Bantul. EJournal Bimbingan Dan Konseling, 4(4), 80–88.
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/1157>
- Andika, W. G. & Novita M.J. 2021. Persepsi Remaja Tentang Body Shaming. Jurnal: IKRA-ITH Humaniora.
- Cahyani, R.R. 2018. *Efektivitas Cognitive Behavior Therapy untuk Menurunkan Tingkat Body Shame*. Malang: UIN Malang.
- Chairani, L. 2018. *Body Shame dan Gangguan Makan Kajian Meta-Analisis*. Buletin Psikologi.
- Cristiana Duarte, and Jose Pinto Gouveia. 2017. *The Impact of Early Shame Memories in Binge Eating Disorders*:

- The Mediator Effect of Current Body Image Shame and Cognitive Fusion. Journal: Psychiatry Research.*
- Damanik, T.M. 2018. *Dinamika Psikologi Perempuan Mengalami Body Shame*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Dolezal. 2015. *The Body and Shame: Phenomenology, Feminism, and The Socially Shape Body*. London: Lexington.
- Fitriana, S.A. 2019. *Dampak Body Shaming Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Gilbert, P., & Miles, J. 2002. *Body Shame Conceptualisation, Research, and Treatment*. New York: Brunner-Routledge.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2012). *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*. (2nd Ed) Jakarta: Salemba Medika.
- Honigman, R. J., Phillips, K. A., & Castle, D. J. (2004). *A review of psychosocial outcomes for patients seeking cosmetic surgery. Plastic and Reconstructive Surgery*, 113(4), 1229.
- Januar, V., & Putri, D. E. (2011). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan memiliki anak. *Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Lauster. (2012). *Tes Kepribadian* (terjemahan D. H. Gulo). Bumi Aksara.
- Mulawarman, M., Nugraheni, E. P., Putri, a, & Febrianti, T. (2019). Psikologi konseling (sebagai pengantar bagi konselor pendidikan).
- January. Nadhifah, S. (2018). Remaja dan globalisasi: studi kasus tentang perilaku keagamaan remaja pada era globalisasi di Kelurahan Tlogoanyar Kabupaten Lamongan. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Pandie, M. M., & Weismann, I. T. J. (2016). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial terhadap perilaku reaktif sebagai pelaku maupun sebagai korban cyberbullying pada siswa kristen SMP Nasional Makassar. *Jurnal Jaffray*.
- Papalia, D. E. (2015). Experience human development.
- Putri, B. A. S., Kuntjara, A. P., & Sutanto, R. P. (2018). Perancangan Kampanye “Sizter’s Project” sebagai Upaya Pencegahan Body Shaming. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1(12), 9.
- Putri, T. A. (2015). Hubungan antara Body Image dengan Kepercayaan Diri Mahasiswi yang Mengalami Obesitas. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rachmah EN, Baharuddin F. Faktorfaktor pembentuk perilaku body shaming di media sosial. *Seminar Nasional Psikologis Sosial di Era revolusi Indonesia* 40; Peluang dan Tantangan. 2019;66
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir. *Jurnal Spirits*.
- Safitri, S. F., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Body Image dengan Self Confidence pada Remaja Overweight Yang Mengalami Body Shaming. *Jurnal Pendidikan Tambusai*.
<https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/7>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Kuantitatif Kualitatif*. Alfabeta