

JURNAL SKRIPSI

**HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI
REMAJA DI DESA PLUMBON KECAMATAN NGAWEN
KABUPATEN BLORA**



NISAUL KHOIRIYAH

2334201043

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO**

2024

**HALAMAN PENGESAHAN
JURNAL SKRIPSI**

**HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI
REMAJA DI DESA PLUMBON KECAMATAN NGAWEN
KABUPATEN BLORA**



**NISAUL KHOIRIYAH
2334201043**

Dosen Pembimbing I

Yudha Laga H.K., S.Psi., S.Kep. Ns., M.Kes
NIK. 220 250 086

Dosen Pembimbing II

Atikah Fatmawati, S.Kep.Ns., M.Kep
NIK. 220 250 155

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto :

Nama : Nisaul Khoiriyah

NIM : 2334201043

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan/S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat/
S1 Kebidanan *)

Setuju/tidak setuju*) naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari Pembimbing, dipublikasikan **dengan/tanpa*)** mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum.

Mojokerto,...Agustus 2024
Peneliti



Nisaul Khoiriyah
2334201043

Mengetahui,

Dosen Pembimbing I



Yudha Laga H.K., S.Psi., S.Kep. Ns., M.Kes
NIK. 220 250 086

Dosen Pembimbing II



Atikah Fatmawati, S.Kep.Ns., M.Kep
NIK. 220 250 155

**HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI
REMAJA DI DESA PLUMBON KECAMATAN NGAWEN
KABUPATEN BLORA**

Nisaul Khoiriyah

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
Email: Nisaulkhoiriyah27@gmail.com

Yudha Laga Hadi Kusuma

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
Email:

Atikah Fatmawati

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
Email:

Abstrak – Usia remaja ditandai dengan ketidakstabilan psikis, ajang pencarian identitas, konflik batin, dan rasa keingintahuan yang besar. Salah satu faktor yang mendorong remaja untuk menerima kondisi fisiknya adalah pemikiran terhadap bentuk tubuh yang berbeda yang tidak sesuai dengan standar tubuh proporsional yang ada di lingkungan sekitarnya. Kebanyakan remaja mengungkapkan ketidakpuasan akan bentuk tubuhnya terutama dalam hal berat badan. Salah satu hal yang disebabkan dari ketidakpuasan akan bentuk tubuh adalah kepercayaan diri yang rendah pada remaja. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dengan tingkat kepercayaan diri remaja di Desa Plumbon Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional. Penelitian ini menggunakan sampling total sampling dengan jumlah sampel 150 remaja. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2024. Instrumen yang digunakan merupakan kuesioner yang diadopsi dari peneliti sebelumnya dengan *Cronbach alpha* 0,949 untuk kuesioner *body image* dan *Cronbach alpha* 0,956 untuk kuesioner kepercayaan diri. Penelitian ini menggunakan uji analisis *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki *body image* positif sebanyak 106 responden (70,7%) dan sebagian besar remaja memiliki kepercayaan diri tinggi sebanyak 117 responden (78%). Berdasarkan hasil Uji *Chi Square* didapatkan nilai sig 0,000 < 0,05 dan *Contingency Coefficient* sebesar 0,000, yang artinya terdapat hubungan *body image* dengan tingkat kepercayaan diri remaja di Desa Plumbon Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora. Remaja yang memiliki *body image* positif akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi, apabila remaja memiliki *body image* negatif maka akan semakin rendah kepercayaan dirinya. Oleh karena itu diharapkan remaja di Desa Plumbon Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora dapat menilai citra tubuh yang dimilikinya secara positif agar dapat meningkatkan kepercayaan diri serta selalu berusaha menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri dan selalu memandang positif terhadap dirinya.

Kata kunci : *body image*, remaja, kepercayaan diri

Abstract – Adolescence is characterized by psychological instability, a search for identity, inner conflict, and great curiosity. One of the factors that encourages teenagers to accept their physical condition is the idea of different body shapes that do not conform to the standards of proportional bodies in the surrounding environment. Most teenagers express dissatisfaction with their body shape, especially in terms of weight. One of the causes of dissatisfaction with body shape is low self-confidence in teenagers. The general aim of this research is to determine the relationship between body image and the level of self-confidence of teenagers in Plumbon Village, Ngawen District, Blora Regency. This research uses a correlational research design. This research used total sampling with a sample size of 150 teenagers. This research was conducted in July 2024. The instrument used was a questionnaire adopted from previous researchers with a Cronbach alpha of 0.949 for the body image questionnaire and a Cronbach alpha of 0.956 for the self-confidence questionnaire. This research uses the chi-square analysis test. The research results showed that the majority of teenagers had a positive body image, 106 respondents (70.7%) and the majority of teenagers had high self-confidence, 117 respondents (78%). Based on the results of the Chi Square test, a sig value of $0.000 < 0.05$ was obtained and the Contingency Coefficient was 0.000, which means that there is a relationship between body image and the level of self-confidence of teenagers in Plumbon Village, Ngawen District, Blora Regency. Adolescents who have a positive body image will have high self-confidence. If adolescents have a negative body image, their self-confidence will be lower. Therefore, it is hoped that teenagers in Plumbon Village, Ngawen District, Blora Regency can assess their body image positively in order to increase their self-confidence and always try to accept their own strengths and weaknesses and always look positively at themselves.

Keywords: body image, confidence, teenagers

PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu tahap tumbuh kembang manusia, di mana pada masa itu manusia penuh dengan ketidakstabilan emosi, pencarian identitas, konflik batin, dan rasa keingintahuan yang besar. Salah satu faktor yang mendorong remaja untuk menerima kondisi fisiknya adalah persepsi reaksi sosial terhadap bentuk tubuh yang berbeda yang tidak sesuai dengan standar tubuh proporsional yang ada.

Oleh karena itu, para remaja melakukan diet ketat, melakukan perawatan, bahkan melakukan segala cara untuk mendapatkan standar tubuh yang mereka inginkan. Gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik inilah yang disebut citra tubuh atau *body image*. Banyak remaja yang mengungkapkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya, terutama dalam hal berat badan. Menurut (Ifdil, Denich, dkk (2017) ketidakpuasan akan bentuk tubuh dapat mengakibatkan rendahnya kepercayaan diri pada remaja yang berakibat isolasi sosial bahkan sampai tindakan

bunuh diri. Seperti yang diberitakan dalam artikel online Parapuan, dalam artikel tersebut dilaporkan bahwa terdapat remaja berusia 17 tahun bunuh diri karena diejek dan dipanggil “gendut” oleh temannya (Parapuan 2018).

Banyak penduduk Indonesia pada masa remaja mengalami gangguan kejiwaan emosional, termasuk wilayah Jawa Tengah. Berdasarkan Risesdas Jateng (2018) menunjukkan bahwa jumlah remaja yang mengalami gangguan mental emosional sebanyak 67.057 remaja. Terkhusus di wilayah Kabupaten Blora, terdapat sebanyak 1.726 remaja mengalami gangguan mental emosional.

Rina Safitri (2022) dalam penelitiannya tentang *body image* pada siswi di SMAN 1 Kabupaten Blora dengan responden 66 siswi didapatkan hasil bahwa 39 siswi (59%) memiliki *body image* baik dan 27 siswi (41%) memiliki *body image* tidak baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswi SMAN 1 Kabupaten Blora memiliki *body image* baik. Berdasarkan studi pendahuluan awal yang telah dilakukan dengan metode wawancara dengan 4 remaja di Desa Plumbon Kecamatan Ngawen kabupaten Blora, didapatkan hasil bahwa 2 remaja kurang puas dengan bentuk tubuhnya karena bentuk badan yang terlalu besar, 1 remaja kurang puas dengan bentuk tubuhnya karena bentuk badannya kurang berisi dan 1 remaja merasa puas dengan bentuk tubuhnya karena bentuk badannya sudah ideal. Sebanyak 2 remaja mengatakan kurang percaya diri dan minder karena badannya yang besar dan menganggap seperti ibu-ibu, 1 remaja mengatakan tetap percaya diri meskipun badannya kurang berisi, dan 1 remaja mengatakan sangat percaya diri karena bentuk tubuhnya yang sudah ideal.

Rendahnya kepercayaan diri pada remaja disebabkan oleh beberapa faktor. Menurut Santrock (2003), salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan oleh remaja. Remaja yang kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku ketidakberdayaan, akan selalu ragu dalam menjalankan kehidupannya, kurang percaya diri, sering menutup diri dan berusaha menghindari komunikasi. Sedangkan remaja yang puas dengan kualitas dirinya cenderung merasa percaya diri, tidak kecewa, dan tahu apa yang dibutuhkan, sehingga dapat memutuskan segala sesuatu sesuai kebutuhannya, serta mandiri dan tidak bergantung kepada

orang lain. Remaja yang memiliki kepercayaan diri juga cenderung memiliki citra tubuh dan konsep diri yang positif (Pertiwi and Ansyah 2022).

Menurut Mardiyanti dan Aisyah (2022), Remaja yang memiliki rasa percaya diri yang cukup akan bertanggungjawab atas keputusan yang telah dipilih, dan mampu mengevaluasi kesalahan, sesuai dengan tugas perkembangan psikisnya yaitu mulai memikirkan bagaimana mengembangkan identitasnya, beradaptasi dengan lingkungan sekitar, mengembangkan keahlian dan berkomitmen pada cita-cita. Sebaliknya jika rasa percaya diri rendah maka akan menyebabkan terhambatnya kepribadian, akibatnya remaja menjadi pesimis dalam menghadapi tantangan, takut menyampaikan ide, ragu-ragu dalam memilih dan suka membanding-bandingkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Safitri, Afiati, dan Wibowo (2022) menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif diantara *body image* dengan kepercayaan diri. Semakin tinggi *body image* yang dimiliki, semakin tinggi pula kepercayaan dirinya, begitu sebaliknya. Pramesti, Usman dan Helen (2022) juga menyebutkan dalam penelitiannya bahwa remaja yang memiliki tingkat *body image* yang positif cenderung memandang dirinya dan tubuhnya sebagai sesuatu yang sangat berharga dan berarti, yang akan menjadikannya memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi pula. Berbeda dengan remaja yang memiliki *body image* yang negative biasanya akan memandang rendah dirinya, tubuhnya dan akan membanding- bandingkan dengan orang lain yang menurutnya tubuh ideal atau wajahnya dan warna kulitnya yang kurang menarik yang nantinya akan berdampak pada rasa kepercayaan diri yang rendah.

Berdasarkan hasil pengulasan dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan *body image* dengan tingkat kepercayaan diri remaja di Desa Plumbon Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian korelasional dengan mengkaji hubungan antar variabel. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putra putri Desa Plumbon Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora yang tergabung dalam komunitas dengan jumlah 150 remaja. Sampel yang digunakan

adalah seluruh anggota populasi, diambil menggunakan teknik *Total Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuisioner meliputi kuisioner *body image* dan kuisioner kepercayaan diri. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Penelitian ini menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan kedua variabel. Penelitian ini telah lolos uji etik penelitian dari Komite Etik Penelitian Kesehatan STIKES Majapahit dengan nomor 117/EC-SM/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	37	24,7 %
Perempuan	113	75,3%
Usia		
12 tahun - 15 tahun	9	6 %
16 tahun – 18 tahun	42	28%
19 tahun – 22 tahun	99	66%
Pendidikan		
SMP	25	16,7%
SMA	62	41,3%
D3/S1	63	42%
Pekerjaan		
Siswa/Mahasiswa	68	45,3%
Karyawan Swasta	61	40,7%
Pegawai Toko	7	4,7%
ART	3	2%
Tidak Bekerja	11	7,3%
Body Image		
Positif	106	70,7%
Negatif	44	29,3%
Kepercayaan Diri		
Tinggi	117	78 %
Rendah	33	22%
Nilai Sig (<i>p-value</i>)		0,000
<i>Contingency Coefficient</i>		0,000

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar responden berusia 19 tahun – 22 tahun. Hampir setengah responden memiliki pendidikan D3/S1 dan hampir setengah responden memiliki pekerjaan siswa/mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar remaja yang memiliki *body image* positif juga memiliki kepercayaan diri yang tinggi sebanyak 95 responden. Hasil uji *chi square* diperoleh nilai $\text{sig } 0.000 < 0.05$ maka H_1 diterima yang artinya ada hubungan *body image* dengan tingkat kepercayaan diri remaja di Desa Plumbon Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardiyanti & Aisyah (2022) yang diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan kuat antara *body image* dan kepercayaan diri remaja putri IPPNU Ngusikan dengan nilai $\text{sig } 0,000$. Penelitian yang dilakukan oleh Abdillah & Masykur (2021) juga yang menunjukkan adanya hubungan yang positif antara Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Siswa Kelas XI SMAN 6 Kota Tangerang Selatan. Hal tersebut menunjukkan apabila seseorang memiliki *body image* yang positif maka akan semakin tinggi pula tingkat kepercayaan dirinya, begitupun juga sebaliknya apabila *body image* nya negatif maka tingkat kepercayaan dirinya juga rendah.

Menurut Santrock (2007), kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua, dan hubungan dengan teman sebaya. Penampilan fisik memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja (Deni and Ifdil 2016). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *body image* positif yaitu sebanyak 106 responden (70,7%). Mardiyanti dan Aisyah (2022) menjelaskan bahwa seseorang akan percaya diri ketika orang tersebut merasa puas melihat bentuk tubuhnya, maka *body image* yang terbentuk pun menjadi positif, begitupun sebaliknya, dimana individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang, sehingga akan terbentuk citra tubuh yang negatif yang mengakibatkan kepercayaan diri yang dimilikinya akan rendah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 22 responden memiliki *body image* negatif namun mereka memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Hal itu bisa saja dikarenakan karena sebagian besar responden yang memiliki kepercayaan diri tinggi juga memiliki pendidikan yang tinggi. Menurut Ghufron & Risnawita (2016) pendidikan juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Hal itu dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan sebagian besar responden yang memiliki kepercayaan diri tinggi

adalah berpendidikan D3/S1 sebanyak 46 responden dan SMA sebanyak 51 responden. Menurut Ghufron and Risnawita (2016), Seseorang yang memiliki pendidikan yang tinggi akan lebih percaya diri dalam mengambil keputusan dan tidak bergantung kepada orang lain dibandingkan dengan individu yang berpendidikan rendah.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa terdapat 11 responden memiliki kepercayaan diri yang rendah meskipun mereka memiliki *body image* yang tinggi. Hal itu bisa saja dikarenakan karena terdapat beberapa remaja yang tidak yakin akan kemampuan yang ia miliki. Ghufron and Risnawita (2016) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan individu untuk melakukan suatu hal pada diri individu tersebut sebagai pribadi yang yakin akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis.

Body image merupakan gambaran persepsi seseorang tentang tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan pada tubuh mereka baik itu dalam hal berat maupun bentuk tubuh yang didasarkan pada standar orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan standar tersebut. Seseorang menganggap kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka individu tersebut akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Keadaan seperti itu yang sering membuat seseorang tidak dapat menerima kondisi fisiknya secara apa adanya sehingga *body image*nya menjadi negatif. Jika seorang wanita merasa gemuk dan memiliki berat badan yang berlebih, mereka cenderung merasa tidak puas dengan kondisi tubuhnya dan menginginkan berat tubuhnya berkurang. Kesenjangan yang terlalu jauh antara tubuh yang dipersepsi dengan gambaran idealnya akan menyebabkan penilaian yang negatif terhadap tubuhnya, hal tersebut yang membuat mereka memiliki kepercayaan diri yang rendah akibat dari penilaian yang negatif terhadap *body image* yang tidak sesuai dengan gambaran idealnya (Denich and Ifdil 2015).

Wahyu (2016) menjelaskan bahwa citra tubuh yang dimiliki oleh remaja memberikan berbagai dampak, salah satunya adalah kepercayaan diri. Hal ini sesuai dengan yang pernah dituliskan cash dalam bukunya “Bahwa *body image* negatif dapat menyebabkan kecemasan dan ketidakpercayaan diri, jika individu tidak dapat menerima citra tubuhnya, maka kemungkinan besar ia akan menganggap orang lain

juga tidak menyukai citra tubuhnya” (Pertiwi and Ansyah 2022). Remaja yang kurang percaya diri akan menunjukkan perilaku ketidakberdayaan, akan selalu ragu-ragu dalam memenuhi tugasnya, tidak berani berbicara tanpa dukungan, sering menutup diri dan berusaha menghindari komunikasi. Meninggalkan lingkungan dan sedikit berpartisipasi dalam kegiatan atau kelompok, agresif, defensif dan balas dendam. Sedangkan Remaja yang puas dengan kualitas dirinya cenderung merasa percaya diri, tidak kecewa, dan tahu apa yang dibutuhkan, sehingga dapat memutuskan segala sesuatu secara objektif, secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain. Remaja yang percaya diri juga cenderung memiliki *body image* dan konsep diri yang positif (Pertiwi and Ansyah 2022).

Dari hasil penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja. Remaja yang memiliki *body image* positif maka ia akan lebih percaya diri, begitupun juga sebaliknya. Remaja yang memiliki *body image negatif* bisa saja dikarenakan ketidaknyamanan akan tubuhnya, kurang menerima dirinya, yang dapat membuat remaja kurang percaya diri dan merasa minder yang berujung pembatasan aktivitas sosial di lingkungan sekitarnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki *body image* positif sebanyak 106 responden (70,7%) dan sebagian besar memiliki kepercayaan diri tinggi sebanyak 117 responden (78%). Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan *body image* dengan tingkat kepercayaan diri remaja di Desa Plumbon Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora dengan nilai sig 0,000. Dengan adanya penelitian ini diharapkan responden dapat menilai *body image* secara positif, meningkatkan kepercayaan diri serta selalu berusaha menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri dan selalu bersikap positif terhadap diri sendiri. Untuk itu kepada masyarakat di Desa Plumbon Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora diharapkan dapat memberikan dukungan kepada remaja agar lebih percaya diri dan memiliki *body image* yang positif. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan memodifikasi variabel yang sudah diteliti agar hasil penelitian menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, Syaiful Bahrie, and Ahmad Mudjab Masykur. 2021. "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Siswa Kelas XI SMAN 6 Kota Tangerang Selatan." *Jurnal EMPATI* 10 (4): 300–304. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32607>.
- Deni, Amandha Unzilla, and Ifdil. 2016. "Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri." *Jurnal Educatio* 2 (2): 43–52. <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/72>.
- Denich, Amandha Unziila, and Ifdil. 2015. "Konsep Body Image Remaja Putri." *Jurnal Konseling Dan Pendidikan* 3 (2): 55–61. <https://doi.org/10.29210/116500>.
- Ghufron, M. Nur, and Rini Risnawita. 2016. *Teori-Teori Psikologis*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ifdil, Amandha Unzilla Denich, and Asmidir Ilyas. 2017. "Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri." *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 2 (3): 107–13.
- Mardiyanti, Ressay, and Yeni Lutfiatin Dewi Aisyah. 2022. "Body Image Dan Kepercayaan Diri Remaja Putri PAC IPPNU Ngusikan." *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 9 (2): 223–32. <https://doi.org/10.35891/jip.v9i2.2743>.
- Parapuan. 2018. "Engga Tahan Dipanggil Gendut Remaja Ini Bunuh Diri Di Sekolah." *Parapuan*, 2018. <https://cewekbanget.grid.id/read/06917607/enggak-tahan-dipanggil-gendut-remaja-ini-bunuh-diri-di-sekolah?page=all>.
- Pertiwi, Anggie Yuliani, and Eko Hardi Ansyah. 2022. "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Sekolah Menengah Kejuruan." *Academia Open* 6: 1–10. <https://doi.org/10.21070/acopen.6.2022.2625>.
- Pramesti, Mella Ardhyia, Andi Mayasari Usman, and Millya Helen. 2022. "Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Di Wilayah Rw 024 Kelurahan Tlajung Udik." *MAHESA : Malahayati Health Student Journal* 2 (2): 270–77. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v2i2.5993>.
- Riskesdas Jateng. 2018. *Laporan Riskesdas 2018 Kementrian Kesehatan Jawa Tengah Republik Indonesia. Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan 2018.
- Safitri, Fifi, Evi Afiati, and Bangun Yoga Wibowo. 2022. "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Serta Implikasinya Pada Bimbingan Dan Konseling." *Guidance : Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 19 (1): 121–31. <https://doi.org/10.34005/guidance.v19i02.2229>.
- Safitri, Rina. 2022. "Hubungan Antara Body Image Pada Remaja Putri Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Di SMAN 1 Kabupaten Blora." Poltekkes Semarang.
- Wahyu, Andiyanti Anggoro Dyah. 2016. "Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Di SMA Negeri 2 Bantul." *E-Journal Bimbingan Dan Konseling* 4 (4): 80–88. journal.student.uny.ac.id/index.php/fipbk/article/view/1157.