**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN CITRA TUBUH PADA REMAJA PEREMPUAN DI YOGYAKARTA**

***RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM WITH BODY IMAGE IN ADOLESCENT WOMEN IN YOGYAKARTA***

**Fiana Dewi Yuliyanti**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[18081035@student.mercubuana-yogya.ac.id](mailto:18081035@student.mercubuana-yogya.ac.id)

0859131431240

**Abstrak**

Masa remaja merupakan masa peralihan mulai dari masa anak - anak menuju masa dewasa. Setiap remaja berada pada masa pubertas dan fase pencarian identitas dengan adanya kondisi ini membuat remaja lebih rentan terhadap tingkat kematangan emosinya. Kondisi ini akan membuat remaja merasa tidak puas terhadap berbagai macam perubahan yang terjadi. Salah satunya adalah perubahan fisik, dimana perubahan fisik masih jauh dari yang diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan di Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan di Yogyakarta. Subjek penelitian ini adalah 120 remaja perempuan di Yogyakarta berusia 12 - 21 tahun. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala citra tubuh dan skala harga diri. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi product moment. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,624 dan p= 0,05. Hasi tersebut menunjukan bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan citra tubuh, sehingga hipotesis diterima. Koefisien determinasi (R2) sebesar 0,389 sehingga dapat dikatakan bahwa variabel harga diri memiliki kontribusi sebesar 38,9% terhadap citra tubuh pada remaja perempuan dan sisanya 61,1 % dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata kunci :harga diri, citra tubuh, remaja perempuan**

***Abstract***

*Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood. Every teenager is in puberty and the phase of searching for identity with this condition makes teenagers more vulnerable to their level of emotional maturity. This condition will make teenagers feel dissatisfied with the various changes that occur. One of them is physical change, where physical change is still far from what is desired. This study aims to determine the relationship between self-esteem and body image in young women in Yogyakarta. This study aims to determine the relationship between self-esteem and body image in young women in Yogyakarta. The hypothesis put forward in this study is that there is a positive relationship between self-esteem and body image in female adolescents in Yogyakarta. The subjects of this study were 120 young girls in Yogyakarta aged 12-21 years. The data collection method in this study used a body image scale and a self-esteem scale. The data analysis technique used is product moment correlation. Based on the results of data analysis, the correlation coefficient (rxy) = 0.624 and p = 0.05 was obtained. These results indicate that there is a positive relationship between self-esteem and body image, so the hypothesis is accepted. The coefficient of determination (R2) is 0.389 so that it can be said that the self-esteem* variable contributes 38.9% to body image in female adolescents and the remaining 61.1% is influenced by other factors.

**Keywords: self-esteem, body image, female adolescents**

**PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan masa peralihan mulai dari masa anak - anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2007). Tugas utama dari masa remaja adalah persiapan menuju kedewasaan (Santrock, 2014). Tahapan usia remaja dimulai dari usia 12-21 tahun. Masa tersebut dibagi menjadi tiga, antara lain: masa remaja awal yakni sekitar usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan sekitar usia 15-18 tahun, dan masa remaja akhir sekitar usia 18-21 tahun (Monks dkk., 2002). Pada umumnya, setiap remaja berada pada masa pubertas dan fase pencarian identitas dengan adanya kondisi ini membuat remaja lebih rentan terhadap tingkat kematangan emosinya.

Disamping perekembangan fisik, perubahan hormonal akan menumbuhkan ketertarikan remaja pada lawan jenis yang membuat remaja ingin memiliki penampilan yang menarik. Tubuh serta karakteristik remaja memiliki peranan penting dalam membentuk gambaran tentang dirinya mulai dari pandangan terhadap diri sendiri maupun penilaian orang lain. Kondisi ini akan membuat remaja merasa tidak puas terhadap berbagai macam perubahan yang terjadi. Salah satunya adalah perubahan fisik, dimana perubahan fisik masih jauh dari yang diinginkan. Hal ini dapat membawa dampak kepada perkembangan piskologis individu (Santrock, 2012).

Citra tubuh adalah persepsi seseorang terhadap tubuhnya yang dapat dinilai secara positif dan negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). Penelitian yang dilakukan oleh Mulyarny dan Prastuti (2020) menunjukkan hasil sebanyak 152 remaja perempuan, terdapat 77 remaja dengan persentase 52% menunjukkan bahwa remaja memiliki citra tubuh rendah atau negatif. Penelitian ini didukung oleh Cash dan Pruzinsky (2002) menyatakan bahwa terdapat rata-rata 40-70% dari remaja perempuan yang mempunyai citra tubuh negatif seperti perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Bagian tubuh yang diperhatikan oleh remaja perempuan meliputi pinggang, pinggul, perut dan paha. Kondisi ini sangat mempengaruhi citra tubuh pada remaja sehingga remaja akan menuntut dirinya sendiri agar dapat tampil secara sempurna, keinginan inilah yang akan membawa pengaruh atau dampak negatif. Di beberapa Negara berkembang terdapat 50-80% remaja perempuan menginginkan tubuh yang lebih kurus dan 20-60% melakukan diet berlebihan (Cash & Pruzinsky, 2002).

Peneliti melakukan wawancara pada hari 3 Juli 2022 kepada 10 remaja perempuan dengan menggunakan aspek yang dikemukakan oleh (Cash & Pruzinsky, 2002). Berdasarkan hasil wawancara di atas didapatkan delapan dari sepuluh remaja merasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya dan adanya kondisi seperti ini akan mendorong remaja untuk memperbaiki tubuhnya dengan melakukan berbagai macam cara salah satunya perubahan pola hidup sehat dan olahraga. Menurut Nur dan Sari (2013) Citra tubuh yang positif dapat meningkatkan nilai diri, kepercayaan diri serta mempertegas prinsip pada diri sendiri. Akan tetapi, perubahan-perubahan fisik yang terjadi pada remaja, memberikan serangkaian pengalaman yang dapat membentuk persepsi remaja tentang dirinya serta memberikan kesan mendalam terkait pentingnya makna tubuh serta kekuatan fisik (Amalia, 2007).

Seseorang yang memiliki harga diri yang positif mampu memberikan evaluasi positif terhadap tubuhnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah, Sumitro dan Erwin (2020) mengenai hubungan antara harga diri dengan citra tubuh didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan citra tubuh. Artinya semakin positif harga diri yang dimiliki individu, maka semakin positif pula citra tubuh yang dimiliki individu tersebut, begitupun sebaliknya.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang serupa namun dengan subjek, lokasi penelitian, dan teknik sampling yang berbeda, dimana subjek pada penelitian sebelumnya adalah remaja laki – laki sedangkan penelitian ini menggunakan subjek remaja perempuan. Lokasi penelitian sebelumnya di Bekasi sedangkan penelitian ini berlokasi di Yogyakarta. Peneliti ingin mengetahui hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan di Yogyakarta. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan di Yogyakarta ?” Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan di Yogyakarta.

**METODE**

Desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian korelasional dengan metode penelitian kuantitatif yang pada dasarnya terdapat dua variabel, yakni variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah Harga Diri. Untuk variabel terikat (Y) adalah Citra Tubuh.Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode Skala Likert. Skala Likert merupakan skala yang akan digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2009).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tabel 1. Data Subjek Berdasarkan Usia** | | |
| **No** | **Usia** | **Jumlah** |
| 1. | 12-15 tahun | 6 |
| 2. | 16-18 tahun | 16 |
| 3. | 19-21 tahun | 98 |
| TOTAL | | 120 |

Prosedur penelitian yang akan dilakukan peneliti dalam penelitian ini terbagi menjadi berbagai tahapan,tahap pertama Peneliti mempersiapkan instrumen pengumpulan data yang akan digunakan. Instrumen data yang digunakan. Tahapan kedua Sebelum alat ukur digunakan, peneliti melakukan uji coba skala citra tubuh dan skala harga diri yang dilakukan pada tanggal 12 – 15 September 2022 kepada subjek berjumlah 80 remaja perempuan di Yogyakarta. Penyebaran alat ukur dilaksanakan secara online sehingga alat ukur dibuat dalam bentuk *Google Form.* Tahapan ketigasetelah pengumpulan responden pada skala uji coba tersebut, peneliti melakukan uji daya beda dan uji reliabilitas pada skala uji coba. Tahapan keempat pada tanggal 30- 6 Oktober 2022 peneliti menyebarkan skala penelitian yang telah diuji coba kepada subjek berjumlah 120 remaja perempuan di Yogyakarta. Tahapan kelima Setelah data penelitian terkumpul, peneliti melakukan pengolahan analisis data.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil uji normalitas dilakukan mengetahui apakah sebaran data yang diukur memiliki sebaran data yang normal atau tidak. Kaidah untuk uji normalitas adalah apabila nilai signifikansi dari uji Kolmogorov-Smirnov ˃0,050 ˃0,050 maka sebaran data mengikuti distribusi normal, namun apabila nilai signifikansi dari uji Kolmogorov-Smirnov ≤0,050 maka sebaran data tidak mengikuti distribusi normal (Safitri, 2019). Berdasarkan hasil uji Kolmogorov-Smirnov untuk variabel citra tubuh diperoleh K-S Z = 0,144 dengan p= 0,000 dan variabel Harga Diri diperoleh K-S Z= 0,109 dengan p= 0,000. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa skor variabel citra tubuh dan harga diri terdistribusi tidak normal. Menurut Gani dan Amalia (2015) jika jumlah subjek lebih dari 30 (N ≥ 30), maka data tersebut tetap terdistribusi normal, normal atau tidaknya suatu data tidak mempengaruhi hasil akhirnya karena uji normalitas hanya memberikan suatu gambaran dari distribusi tidak bertentangan dengan garis plot serta diagram dalam uji normalitas. Berdasarkan data hasil uji linieritas kedua variabel tersebut, diperoleh nilai koefisien (F) sebesar 84,793 dengan p= 0,000 yang memiliki arti hubungan antara harga diri dengan citra tubuh merupakan hubungan yang linier.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan citra tubuh dengan koefisien korelasi (rxy) = 0,624 dan taraf signifikansi p = 0,000 (p < 0,0 5) yang berarti bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu semakin tinggi harga diri pada remaja perempuan, akan semakin tinggi pula citra tubuh pada remaja perempuan. Sebaliknya semakin rendah harga diri pada remaja perempuan, akan semakin rendah pula citra tubuh pada remaja perempuan. Dalam hal ini diterimanya hipotesis pada penelitian ini menunjukan bahwa harga diri dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh pada remaja perempuan. Berdasarkan hasil analisis, hipotesis dalam penelitian ini diterima, sehingga menunjukkan bahwa harga diri dapat mempengaruhi citra tubuh. Hal ini dapat diperkuat dengan hasil penelitian Fatimah, Sumitro & Erwin (2020) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara harga diri dengan citra tubuh.

Rosenberg (dalam Mruk, 2006) menjelaskan terdapat dua aspek dalam harga diri, yaitu kompetensi diri dan keinginan sendiri. Kompetensi diri merupakan penilaian terhadap diri sendiri yang menganggap dirinya mampu, memiliki potensi, efektif dan dapat dikontrol serta diandalkan. Kompetensi diri merupakan hasil dari keberhasilan memanipulasi lingkungan fisik maupun sosial yang berhubungan dengan realisasi pencapaian tujuan. Seorang individu yang memiliki kompetensi diri yang positif akan cenderung merasa memiliki kemampuan yang baik dan merasa puas dengan kemampuan diri sendiri. Pernyataan ini senada dengan hasil penelitian Solistiawati & Novendawati (2015), untuk memunculkan penilaian yang baik mengenai tubuh perlu adanya pemikiran yang logis mengenai persepsi tubuh sehingga memicu individu memiliki citra tubuh yang positif dan meningkatkan salah satu aspek dari citra tubuh yaitu rasa bangga dan puas atas bagian tubuh serta penampilan yang dimiliki terutama pada remaja perempuan. Contohnya seperti skala harga diri aitem nomer 6 “Saya merasa bangga dengan diri saya sendiri” pada pernyataan tersebut menunjukan respon dengan skor tinggi dengan mayoritas subjek “Sesuai”

Hal ini diperkuat dengan data dilapangan pada remaja perempuan di Yogyakarta yang menunjukan bahwa remaja perempuan di Yogyakarta memiliki rasa bangga dan puas atas bagian tubuh serta penampilan yang dimilikinya. Sehingga remaja perempuan memiliki kemampuan diri yang baik, memiliki potensi yang bisa dibanggakan dan merasa bangga dengan diri sendiri.

Aspek selanjutnya adalah keinginan sendiri merupakan perasaan berharga individu akan dirinya sendiri dalam lingkungan sosial, apakah dirinya merupakan seorang yang baik atau seorang yang buruk. Hal ini juga mengacu pada bagaimana cara remaja perempuan menerima diri sendiri berdasarkan penilaian lingkungan sosial. Individu yang memiliki penerimaan diri atau keinginan sendiri yang tinggi akan mendapatkan penghargaan terhadap dirinya, serta memiliki kemampuan untuk membuka atau mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi kepada orang lain tanpa rasa terpaksa, individu juga akan memiliki kesehatan psikologis yang baik terhadap dirinya sendiri seperti bahagia, memandang dirinya mampu serta bisa mengevaluasi penampilan sesuai dengan aspek dari citra tubuh sehingga diterima oleh orang lain (Supratiknya dalam Chaerani dan Rahayu, 2019). Contohnya seperti skala harga diri aitem nomer 14 “Saya memiliki sikap positif terhadap diri saya sendiri” pada pernyataan tersebut menunjukan respon dengan skor tinggi dengan mayoritas subjek “Sesuai”

Hal ini diperkuat dengan data dilapangan pada remaja perempuan di Yogyakarta yang menunjukan bahwa remaja perempuan di Yogyakarta melakukan perawatan tubuh secara rutin agar penampilan tetap terjaga dengan baik dan berusaha mempertahankan berat badan yang ideal dengan cara berolah raga dan menjaga pola makan. Sehingga remaja perempuan memiliki pemikiran positif akan dirinya sendiri dalam menghadapi lingkungan sosial dan merasa mampu melalukan sesuatu hal dengan baik.

Harga diri mampu mempengaruhi bagaimana cara seseorang memberikan gambaran positif terkait dengan citra tubuh. Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan yang diungkapkan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) yang menyatakan bahwa harga diri merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan citra tubuh. Ifdil, Denich, dan Ilyas (2017) juga menjelaskan jika seorang remaja menganggap dirinya berharga atau melihat dirinya sebagai sesuatu yang bernilai, maka seseorang tersebut akan mendapatkan kenyamanan sosial dan hal ini dapat mencegah penilaian citra tubuh yang negatif pada diri remaja. Remaja yang yakin dengan kemampuannya akan lebih baik dan kreatif dalam mengekspresikan ide-ide yang ada dalam dirinya, sehingga dapat mencegah munculnya citra tubuh yang negatif. Citra tubuh yang negatif akan berdampak pada rendahnya harga diri yang dimiliki, stress secara emosional, kebiasaan perilaku diet yang tidak sehat, kecemasan, depresi, gangguan makan, kesehatan seksual yang terancam. Adapun hasil kategorisasi hasil kategorisasi data *Citra tubuh* dapat diketahui bahwa sebanyak 64 subjek (53,3 %) memiliki tingkat Citra Tubuh positif, sebanyak 56 subjek (46,7 %) memiliki tingkat Citra Tubuh negatif. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan cenderung memiliki Citra Tubuh yang positif Adapun hasil kategorisasi data Harga Diri dapat diketahui bahwa sebanyak 62 subjek (51,7%) memiliki tingkat Harga Diripositif, sebanyak 58 subjek (48,3%) memiliki tingkat Harga Diri negatif. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan cenderung memiliki Harga Diri yang positif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan citra tubuh dengan koefisien korelasi (rxy) = 0,624 dan taraf signifikansi p = 0,000 (p < 0,05) yang berarti bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu semakin positif harga diri pada remaja perempuan, akan semakin positif pula citra tubuh pada remaja perempuan. Sebaliknya semakin negatif harga diri pada remaja perempuan, akan semakin negatif pula citra tubuh pada remaja perempuan. Dalam hal

ini diterimanya hipotesis pada penelitian ini menunjukan bahwa harga diri dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh pada remaja perempuan. Berdasarkan hasil analisis, hipotesis dalam penelitian ini diterima, sehingga menunjukkan bahwa harga diri dapat mempengaruhi citra tubuh. Hal ini dapat diperkuat dengan hasil penelitian Fatimah, Sumitro & Erwin (2020) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara harga diri dengan citra tubuh.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu semakin positif harga diri remaja perempuan, maka akan semakin positif citra tubuh yang dimiliki remaja perempuan. Sebaliknya, semakin negatif harga diri remaja perempuan, maka semakin negatif citra tubuh yang dimiliki remaja perempuan. Berdasarkan hasil kategorisasi dapat disimpulkan bahwa sebagian remaja perempuan Di Yogyakarta memiliki citra tubuh dan harga diri yang positif. Pada hasil perhitungan diperoleh nilai determinasi (R Squared) sebesar 0,389 yang berarti bahwa variabel harga diri dapat mempengaruhi variabel citra tubuh sebesar 38,9 % dan sisanya 61,1 % dipengaruhi oleh faktor lain.

Saran bagi subjek penelitian yaitu seorang remaja perempuan perlu meningkatkan penilaian terhadap potensi yang dimiliki sebagai suatu kemampuan yang baik dalam berinteraksi dengan lingkungan fisik maupun sosial, untuk dapat mencapai tujuan dengan kemampuan diri sendiri.Seorang remaja perempuan perlu mempertimbangkan perasaan yang muncul, hal ini dilakukan

ketika seorang remaja perempuan berada dalam suatu ruang lingkup masyarakat, memiliki sikap yang positif dan melakukan hal-hal yang dilakukan masyarakat pada umumnya dapat menjadikan diri sendiri merasa lebih berharga dan memiliki kualitas yang tinggi ditengah masyarakat itu sendiri.

Bagi peneliti selanjutnya Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik ingin mengambil penelitian yang serupa atau mengembangkan penelitian ini, disarankan untuk memperhatikan faktor – faktor lain karena selain harga diri yang berkontribusi sebesar 38,9 % masih terdapat 61,1 % faktor lainnya yang ikut mempengaruhi citra tubuh seperti : perbandingan orang lain, keluarga, identifikasi orang lain.

**DAFTAR PUSTAKA**

Amalia, L. (2007). Citra tubuh (body image) remaja wanita. *Musawa*, *5*(4), 441–464.

Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar

Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas* (Edisis emp). Anggota IKAPI.

Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Cash, T. ., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (Second Edi). Guilford Press.

Ifdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, *2*(3), 107–113.

Moeen, T., Muazzam, A., & Zubair, B. (2013). Development and validation of body scale (bis) for young adult females. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, *11*(1), 52–58.

Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Hadinoto, S. R. (2002). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Gadjah Mada University Press.

Mruk, C. (2006). *Self esteem: Research, theory, and practice: Toward a positive pchology of self esteem*. SpringerPustaka Pelajar.

N,P.Rahmania,&Yuniar,I.C.(2012).Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental.1(2),110-117.

Nurfitri, W. (2018). *Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan Citra Tubuh pada remaja akhir putri*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Nurvita, V., & Handayani, M. M. (2015). Hubungan antara self-esteem dengan body image pada remaja awal yang mengalami obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, *4*(1), 1–9.

Ramandai, R., Akbar,Z.,& Kusuma, M, W.(2019).Studi kepustakaan mengenai ladasan teori Citra Tubuh bagi perkembangan remaja. Jurnal Bimbingan Konseling 5(2). 121- 135.

Refnadi, R. (2018). Konsep self-esteem serta implikasinya pada siswa. *Jurnal EDUCATIO:Jurnal Pendidikan Indonesia*, *4*(1), 16.<https://doi.org/10.29210/120182133>

Rombe, S. (2013). Hubungan body image dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *1*(4), 76–91. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i4.3520>

Safitri, R. M. (2019). *Modul praktikum analisis data*. Yogyakarta: Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Santrock, J. W. (2012). *Life-Span development: Perkembangan masa hidup*. Erlangga

Seawell, A. H., & Danoff-Burg, S. (2005). Body image and sexuality in women with and without systemic lupus erythematosus. *Sex Roles*, *53*(11–12), 865–876. <https://doi.org/10.1007/s11199-005-8298-y>

Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan r&d*. Bandung: PT. Alfabet

Tafarodi, R. ., & Milne, A. B. (2002). Decomposing global self-esteem. *Journal of Personality Assessment*, *70*(3), 443–484.

Williams, C. S., Wilkinson, S. M., McShane, P., & Lewis, J. (2010). A double-blind, randomized study to assess the effectiveness of different moisturizers in preventing dermatitis induced by hand washing to stimulate healthcare use. *British Journal of Dermatology*, *162*(5). 1088-1092. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2133.2010.09643.x>

Zhafirah, T., & Dinardinata, A. (2018). Hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada siswi SMA Kesatrian 2 Semarang. *Empati*, *7*(2), 334–340.