**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA KORBAN BULLYING**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND TEENAGE BULLY CONFIDANCE***

**Mariana Martha Heny Saudale**

12 Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Mercubuana Yogyakarta

12 Email [190810163@student.mercubuana-yogya.ac.id](mailto:190810163@student.mercubuana-yogya.ac.id)

12 No Handphone (082339234309)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja korban bullying. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja korban bullying. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 110 remaja awal yang berusia 13 - 17 tahun dengan menggunakan teknik *purposive sampling.* Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan citra tubuh dan skala kepercayaan diri dengan metode analisis korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Karl pearson. Berdasarkan analisis data didapatkan kesimpulan bahwa adanya hubungan yang positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja korban bullying. Hasil analisis *product moment* untuk variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri mendapat nilai koefisien korelasi sebesar 0.496 ( p ≤ 0,05). Hasil ini menunjukan adanya hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja korban bullying. Hubungan tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi citra tubuh maka akan semakin tinggi kepercayaan diri remaja korban bullying. Sebaliknya, semakin rendah citra tubuh maka akan semakin rendah kepercayaan diri remaja korban bullying.

***Kata kunci : Citra tubuh, Kepercayaan diri, Remaja korban bullying***

***Abstract***

This study aims to determine the relationship between body image and the self-confidence of adolescent victims of bullying. The hypothesis put forward in this study is that there is a positive relationship between body image and the self-confidence of adolescent victims of bullying. The subjects in this study were 110 early adolescents aged 13-17 years using a purposive sampling technique. The data collection method used in this research is using body image and self-confidence scale with the product moment correlation analysis method developed by Karl Pearson. Based on the data analysis, it can be concluded that there is a positive relationship between body image and the self-confidence of adolescent victims of bullying. The results of the product moment analysis for the body image variable with self-confidence got a correlation coefficient of 0.496 (p ≤ 0.05). These results indicate that there is a significant positive relationship between body image and the self-confidence of adolescent victims of bullying. This relationship can be interpreted that the higher the body image, the higher the self-confidence of adolescent victims of bullying. Conversely, the lower the body image, the lower the self-confidence of the victims of bullying

***Key word : Body image, self confidence, adolescent victims bully***

**PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan fase perkembangan manusia yang menghubungkan antara masa kanak kanak dan masa dewasa (Santrock 2003). Istilah “remaja” mengacu pada fase pertumbuhan atau perkembangan yang terjadi di masa kanak kanak dan dewasa, yang meliputi perubahan biologis, sosio-emosional dan kognitif (Santrock, 2003). Menurut WHO (2014), individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun di klasifikasikan sebagai remaja yang jumlahnya sekitar 43,5 juta orang atau (18%) dari populasi, hal tersebut tercatat dalam sensus penduduk pada tahun 2010. Sedangkan, pada tahun 2015, demografi remaja di Indonesia, terdiri dari individu yang berusia antara 10 hingga 24 tahun yang berjumlah 66,0 juta orang, yang merupakan 25% dari keseluruhan penduduk di Indonesia. Selama masa remaja, individu mengalami banyak perubahan yakni perubahan fisik, psikologis, dan social yang dapat menghadirkan berbagai tantangan dalam kehidupannya, salah satu tantangan pada remaja ialah kurangnya kepercayaan diri.

Perubahan yang terjadi selama masa remaja berhubungan dengan perubahan psikologis dan biologis, tahap perkembangan remaja juga mencakup berbagai aspek, termasuk penerimaan kondisi fisik seseorang dengan rasa percaya diri. Namun, patut diperhatikan bahwa hanya sedikit remaja yang menunjukan kepercayaan diri pada bentuk tubuh, wajah, dan warna kulitnya. Fakta yang terjadi saat ini adalah tidak banyak remaja yang mampu melaksanakan tugas perkembangannya karena merasa kurang percaya diri dengan kondisi fisiknya, selain itu remaja juga telah menyadari bahwa keadaan fisik memiliki peran yang cukup penting dalam interaksi sosial. Hal tersebut sesuai dengan penelitian mengenai remaja yang dilaksanakan oleh Wahyu (2021) yang menunjukan bahwa remaja cenderung mementingkan penampilan fisik atau bentuk tubuh sebagai penilaian untuk diri sendiri dan dari sudut pandang teman sebaya.

Menurut Lauster (2003) kepercayaan diri juga dapat diartikan sebagai suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga keadaan ini memungkinkan individu untuk bertindak tanpa memiliki kecemasan berlebihan, merasa bebas dalam pengambilan keputusan, dan tanggung jawab atas tindakannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Wiranatha & Supriyadi (2015) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah salah satu dari beberapa aspek kepribadian yang berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja. Penampilan merupakan faktor penting yang akan membentuk kepercayaan diri pada remaja. Setiap individu akan memiliki kepercayaan diri yang berbeda beda. Ada individu yang memiliki kepercayaan diri penuh dan individu yang merasa kurang memiliki kepercayaan diri, tingkatan tersebut tergantung pada tanggapan orang lain mengenai kondisi fisik, moral, dan sosialnya.

Remaja dengan kepercayaan diri yang rendah dapat disebabkan oleh banyaknya kritikan dari lingkungan sekitar, baik itu dari orang tua atau teman temannya, hal itu merupakan salah satu alasan yang menyebabkan remaja menjadi kurang percaya diri. Menurut Ifdil, dkk (2017) Perasaan tidak berharga dan kurang nyaman akan diri sendiri, serta selalu membandingkan diri sendiri dengan orang lain adalah salah satu sumber permasalahan mengapa seseorang kurang percaya diri. Remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung menganggap dirinya tidak berharga dan memandang rendah dirinya ketika mendapat kritikan dari lingkungannya. Namun sebaliknya dengan remaja yang memiliki kepercayaan diri tinggi ia akan dengan mudah bergaul dengan orang lain, dapat mengontrol perilakunya, serta cenderung lebih menikmati hidupnya.

*Bullying* adalah sebuah jenis kekerasan yang dapat terwujud dalam bentuk fisik dan psikologis, yang dimana individu atau kelompok yang dominan menargetkan individu atau kelompok yang lebih lemah (Djuwita, 2005). Menurut Rigby (2003) anak anak atau remaja yang sering mengalami intimidasi (korban *bullying*) dalam lingkungan pendidikan cenderung menunjukan perilaku introvert, memiliki harga diri yang rendah, dan menunjukan kurangnya bakat social, khususnya dalam ranah asertivitas. Menurut data statistic yang tercatat dalam Komnas Perlindungan Anak dari tahun 2011 hingga pertengahan tahun 2014, terdapat 369 pengaduan terkait insiden *bullying,* tindakan ini sering terjadi di kalangan remaja, mulai dari teman sebaya, hingga senior junior. Sedangkan pada masa itu remaja seharusnya fokus pada pendidikan namun karena sering terjadinya *bullying* maka banyak anak anak atau remaja yang rasa percaya dirinya kurang atau menurun karena merasa risih dengan hal tersebut, (Siti 2020).

Lauster (2003) menjelaskan aspek kepercayaan diri terdiri dari 5 bagian yaitu : Yakin dengan kemampuan yang ada dalam diri sendiri, yaitu sikap positif seseorang terhadap dirinya. Optimis, yaitu sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal. Objektif, yakni orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya. Bertanggung jawab yakni kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. Rasional dan realistis yakni analisis terhadap suatu masalah atau suatu kejadian menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Lauster (2006) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian individu yang dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Oleh karena itu, kepercayaan diri yang dimiliki oleh remaja terhadap kondisi tubuhnya akan menimbulkan perasaan puas terhadap bentuk fisik dan menerima kelebihan maupun kekurangan yang ada pada dirinya. Hal tersebut juga sesuai dengan pendapat dari Harter (2002) yang menyatakan bahwa terdapat korelasi yang kuat antara penampilan fisik dengan rasa percaya diri pada individu. Penampilan fisik seseorang memungkinkan mereka untuk terlibat dalam perbandingan social, yang berpotensi untuk menghasilkan evaluasi diri yang negative dan perasaan malu secara fisik. Menurut Safitri dan Rizal (2020), sudah menjadi hal yang lumrah bagi individu dan teman sebayanya untuk melakukan tindakan mengejek mengenai penampilan fisik orang lain dalam lingkungan sosialnya. Individu dengan kepercayaan diri yang rendah sering menganggap diri mereka kurang berharga dan menunjukan kecenderungan mencela diri sendiri ketika dihadapkan dengan umpan balik dari lingkungan sekitar. Lebih jauh lagi, menurut Hurlock (1991) tanggapan baik individu terhadap penampilan dirinya sendiri dapat menghasilkan perasaan puas yang dapat mempengaruhi perkembangan mentalnya.

Menurut Santrock (2003) kepercayaan diri memiliki 4 faktor yaitu, penampilan fisik yakni presepsi bentuk dan citra tubuh sangat erat hubungannya dengan penampilan fisik. Dimana penampilan fisik selama perkembangan tidak sesuai dengan yang di inginkan akan timbul rasa tidak puas. Ketidakpuasan tersebut merupakan permasalahan yang rumit sehingga mengakibatkan berkurangnya rasa percaya diri di kalangan remaja. Sehingga Penampilan fisik merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri remaja (Santrock, 2003). Berikutnya, pola asuh orang tua menurut Santrock (2003) faktor seperti ekspresi kasih sayang dan pemberian kebebasan terbatas terhadap anak terbukti sebagai faktor penentu kepercayaan diri pada remaja. Konsep diri fisik merupakan presepsi indvidu tentang diri mereka secara keseluruhan, meliputi keyakinan dan sikap mereka terhadap penampilan fisik seperti yang dirasakan oleh orang lain. Kualitas konsep diri seseorang bergantung pada diri sendiri, karena konsep diri akan mempengaruhi seseorang untuk mengoptimalkan dirinya agar lebih baik lagi ( Mudjiran,dkk 2015). Dan yang terakhir hubungan teman sebaya, merupakan tingkat derajat tertinggi untuk penilaian dari teman sebaya yang diamati pada kelompok usia anak anak yang lebih tua dan remaja.

Penilaian terhadap diri sendiri mengenai tubuh dan penampilan fisik disebut dengan istilah citra tubuh atau *body image*. Cash & Pruzinsky (2002) berpendapat bahwa citra tubuh merupakan evaluasi/penilaian tentang penampilan individu terhadap dirinya sendiri. Citra tubuh yang terbentuk dalam diri individu akan berdampak terhadap beberapa hal, salah satu contohnya yaitu kepercayaan diri. Penjelasan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ifdil, Denich, & Ilyas (2017) dengan judul “Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”, penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara body image atau citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja perempuan. Cash & Pruzinsky (2002) menyebutkan lima aspek dari citra tubuh, yaitu: evaluasi penampilan (appearance evaluation) yang berarti penilaian mengenai menarik atau tidaknya penampilan, orientasi penampilan (appearance orientation) yang berarti mengukur upaya yang telah dijalankan untuk melakukan perbaikan pada penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh (body areas satisfaction) yang berarti tingkat kepuasan individu pada bagian tubuh tertentu, kecemasan menjadi gemuk (overweight preocupation) yang berarti ketakutan individu jika berat badannya bertambah dan diiringi dengan perilaku untuk mewujudkan tubuh yang ideal, pengelompokan ukuran tubuh (self-clasified weight) yang berarti persepsi individu terhadap kurang atau lebihnya berat badan

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dilihat bahwa masa remaja merupakan masa yang memiliki permasalahan yang cukup kompleks, salah satu contohnya yakni perubahan fisik. Perubahan fisik yang dialami remaja mengakibatkan mereka memiliki pandangan yang berbeda-beda mengenai citra tubuh, hal tersebut menimbulkan berbagai masalah yang dapat dialami oleh remaja (Wiranatha & Supriyadi, 2015). Remaja yang memandang kondisi tubuhnya tidak sesuai dengan tubuh idealnya akan memiliki rasa tidak puas terhadap kondisi tubuh maupun penampilannya, meskipun dari sudut pandang orang lain dirinya dianggap menarik. Kondisi tersebut akan mengakibatkan remaja tidak menerima kondisi fisiknya sehingga akan membentuk citra tubuh yang rendah. Remaja yang citra tubuhnya rendah akan memperoleh respon yang kurang baik dari lingkunganya. Sebaliknya, jika remaja memandang citra tubuhnya secara positif maka mereka akan dapat dengan mudah melakukan penyesuaian diri sehingga lebih bahagia dan tidak memiliki rasa khawatir serta memiliki kepercayaan diri.

Individu yang merasa puas terhadap penampilan, menerima bentuk tubuh, dan menerima kekurangan kekurangan yang ada pada tubuhnya merupakan individu yang memiliki citra tubuh positif. Sedangkan individu yang tidak puas dengan penampilan dan terdapat perbedaan antara citra tubuh yang nyata dan citra tubuh ideal merupakan individu yang memiliki citra tubuh negatif (Safitri & Rizal, 2020). Citra tubuh yang dimiliki individu mulai ditentukan ketika usia remaja, hal ini disebabkan individu mengalami banyak perubahan pada tubuhnya ketika memasuki usia remaja.

**METODE**

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode penelitian yang mempergunakan angka sebagai data dan hasil penelitian (Jannah, 2018). Pengambilan data dalam penelitian menggunakan *google form* dengan teknik purposive sampling dan jumlah subjek sebanyak 110 remaja awal yang berusia 13 sampai 17 tahun. Pemilihan subjek untuk remaja awal dikarenakan pada usia tersebut mereka memasuki usia remaja awal, yang dimana cenderung untuk memiliki perhatian lebih terhadap perubahan bentuk tubuh yang akan mempengaruhi kepercayaan diri (Santrock, 2002). Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi. Skala yang dipilih untuk penelitian ini yaitu skala *Likert*, karena skala tersebut dapat dipergunakan untuk mengatur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2015). Kedua variabel disusun berdasarkan skala *Likert* yang memuat empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala dari variabel kepercayaan diri disusun berdasarkan aspek aspek kepercayaan diri dari Lauster. Sedangkan skala dari variabel citra tubuh disusun berdasarkan aspek-aspek citra tubuh dari Cash & Pruzinsky.

Validitas aitem yang dianggap memuaskan adalah 0.30 dan reliabilitas dianggap memuaskan bila koefisiennya mencapai 0.900 ( Azwar, 2018). Untuk mengetahui hal tersebut, peneliti melihat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hayatul Nisa (2021) dengan nilai koefisien untuk skala kepercayaan diri sebesar 0.849, dan skala citra tubuh sebesar 0.928. Teknik pengolahan data pada penelitian ini menggunakan analisa korelasi product moment, metode ini dipilih karena bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri. Sebelum dilakukan analisa korelasi product moment, dilakukan uji normalitas (untuk mengetahui apakah data penlitian berdistribusi normal atau tidak) dan uji linearitas (untuk mengentahui hubungan antara variabel citra tubuh dan kepercayaan diri memiliki hubungan linearitas atau tidak). Hasil dari pengolahan data akan dianalisis menggunakan bantuan SPSS.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan data penelitian dari skala penelitian citra tubuh dan kepercayaan diri diperoleh perhitungan skor hipotetik dan skor empirik. Ringkasan deskripsi data dari variabel citra tubuh dan kepercayaan diri dapat dilihat pada *table 1* dibawah ini.

**Tabel 1. Data empiric**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Variabel | N |  | Data hipotetik | |  | | Data empirik | | | |
| Mean | Skor | | SD | Mean | | Skor | | SD | |
|  | Min | Max |  | | Min | Max |
| Citra Tubuh | 110 | 87.5 | 35 | 140 | 17.5 | 93.60 | | 70 | 106 | 5.528 | |
| Kepercayaan Diri | 110 | 85 | 34 | 136 | 17 | 96.08 | | 67 | 116 | 6982 | |

Berdasarkan hasil perhitungan data empiric untuk skala kepercayaan diri diperoleh skor minimum 34 dan skor maksimum 136, rata-rata (*mean*) empiriknya sebesar 85 dengan standar deviasi 17, dan untuk skala citra tubuh diperoleh skor minimum 35 dan skor maksimum 140, rata-rata (*mean*) empiriknya sebesar 87,5 dengan standar deviasi 17,5.

**Tabel 2. Normalitas**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Variabel | Statistic | Df | Sig |
| X | .080 | 110 | .083 |
| Y | .082 | 110 | .067 |

Berdasarkan hasil uji model Kolmogorov-Smirnov untuk variabel citra tubuh diperoleh K-S Z = 0,06 ( p > 0,05) berarti sebaran data variabel citra tubuh mengikuti sebaran data yang normal. Dan dari hasil uji Kolmogorov-Smirnov untuk variabel kepercayaan diri diperoleh K-S Z = 0,08 (p > 0,05) berarti sebaran data variabel kepercayaan diri mengikuti sebaran data yang normal.

**Tabel 3. Linearitas**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Sum of squares | Df | Mean Square | F | Sig |
| Kepercayaandiri | Between Groups | (Combined) | 2287.953 | 22 | 103.998 | 2.990 | .000 |
| CitraTubuh |  | Linearity | 1307.320 | 1 | 1307.320 | 37.593 | .000 |
|  |  | Deviation from Linearity | 980.633 | 21 | 46.697 | 1.342 | .172 |
|  | Within Groups |  | 3026.311 | 87 | 34.785 |  |  |
|  | Total |  | 5314.246 | 109 |  |  |  |

Berdasarkan *table 3* hasil uji linearitas diperoleh nilai F = 0,000 (p < 0,05) serta memiliki angka deviation from linearity sebesar 0.172. Maka dapat disimpulkan variabel citra tubuh dengan kepercayaan diri merupakan hubungan yang linear.

**Tabel 4. Korelasi**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Citra Tubuh | Kepercayaan Diri |
| Citra Tubuh | Pearson Correlation | 1 | .496 |
|  | Sig. (2-tailed) |  | .000 |
|  | N | 110 | 110 |
| Kepercayaan Diri | Pearson Correlation | .496 | 1 |
|  | Sig. (2-tailed) | .000 |  |
|  | N | 110 | 110 |

Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment diperoleh nilai F= 0,000

(p < 0,05), serta nilai koefisien korelasi sebesar = 0.496. Hal ini menunjukan terdapat hubungan dengan arah yang positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja korban bullying. Artinya, semakin tinggi tingkat citra tubuh yang dimiliki oleh remaja korban bullying maka akan semakin tinggi kepercayaan diri remaja tersebut. Sebaliknya, apabila semakin rendah kepercayaan diri maka akan semakin rendah citra tubuh remaja korban bullying.

Berdasarkan uji korelasi yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa “terdapat hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja korban *bullying”*

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis *product moment* Karl Pearson menunjukan koefisien korelasi antara citra tubuh dengan kepercayaan diri sebesar 0,000 ( p<0,05). Hal ini menunjukan korelasi positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja korban bullying yang berjumlah 110 responden. Korelasi antara tingkat citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja yang pernah mengalami *bullying* menunjukkan bahwa semakin tinggi citra tubuh maka semakin tinggi pula kepercayaan diri. Sebaliknya, individu dengan tingkat kepercayaan diri yang lebih rendah cenderung menunjukkan citra tubuh yang lebih buruk akibat menjadi sasaran *bullying*. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Penelitian yang telah dilakukan diharapkan dapat menambah wawasan maupun informasi kepada pembaca. Saran yang dapat diberikan untuk remaja yaitu lebih meningkatkan untuk menerima kondisi fisik yang dapat mempengaruhi terbentuknya kepercayaan diri, hal ini dikarenakan kepercayaan diri yang dimiliki remaja akan mempengaruhi kualitas hidupnya dari aspek sosial maupun akademik. Selanjutnya saran untuk instansi terkait yaitu menyediakan tempat dan layanan untuk para siswa belajar menerima dirinya sendiri dan meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga akan membentuk citra tubuh yang positif dan kepercayaan diri yang tinggi. Sedangkan untuk peneliti selanjutnya, saran yang dapat diberikan yaitu lebih membahas secara mendalam faktor lain yang mempengaruhi terbentuknya citra tubuh maupun kepercayaan diri. Hal ini dikarenakan dalam penelitian ini lebih fokus pada hubungan antara variabel citra tubuh dan kepercayaan diri.

**DAFTAR PUSTAKA**

Azwar, S. (2018). Metode penelitian psikologi (Ed ke-2.). Yogyakarta: Pustaka pelajar.

Cash, T.F & Pruzinsky, T. 2002. Citra Tubuh : *A Handbook of theory, Research and clinical.* New York: Guilford Publications*.*

Fekkes, M., Pijpers M., & Verloove-Vanhorick S.P (2004). *Bullying Behavior and Association with Psychosomatic Complaints and Depression in Victim. The Journal of Pediatrics, January 2004.*

Hakim, Thursan (2002) Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta: Puspa Swara.

Hurlock, E. B. (2012). Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan). Jakarta : Gramedia

Ifdil I., Denich, A, U., & Ilyas, A (2017) Hubungan Citra Tubuh dengan kepercayaan diri remaja putri. Jurnal kajian bimbingan dan konseling, 2(3) 107-113

Lauster, P. 2003. Tes Kepercayaan Diri, Bumi Aksara, Jakarta.

Mudjiran., Mori, D., & Gistituati, N. (2015). Kontribusi Dukungan Sosial dan Konsep Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa di SMP Negeri Kecamatan Batang Kapas Pesisir Selatan. Konselor. 4(1), 19-20

Rigby, K. 2003. *Addressing Bullying in School: Theory and Practice. Australia Institute of Criminology: Trend & Issues in Crime and Criminal Justice. No. 259*

Safitri, S. F., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Citra Tubuh dengan Self Confidence pada Remaja Overweight Yang Mengalami Body Shaming. Jurnal Pendidikan Tambusai,4,2360–2367.

Santrock, J.W. (2003). Adolescence: Perkembangan remaja. Erlangga.

Siti Komala Sari (2020) Pengaruh Perilaku Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas Viii Mts Esa Nusa *Islamic School* Binong - Tangerang Jurnal Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam 1(2) X Sma . *Jurnal Ilmiah Psyche* 13(1) 1-12

Sugiyono.(2015).Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D).Bandung: Alfabeta

Wiranatha F. D, & Supriyadi (2015) Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri Di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana. 2(1) 38-47*