**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PENGGUNA *INSTAGRAM***

**Desy Parwati**

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[Manggiskar12@gmail.com](mailto:Manggiskar12@gmail.com)

+6282391003080

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Efikasi diri dengan Penerimaan diri pada remaja pengguna *Instagram*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek penelitian ini ialah remaja dengan rentang usia 14 sampai 21 tahun sebanyak 60 subjek. Pengumpulan data penelitian menggunakan skala Penerimaan diri (39 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar α = 0,896) dan skala Efikasi diri (9 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar α = 816) yang peneliti modifikasi dari peneliti sebelumnya. Teknik analisis data yang digunakan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan variabel tergantung dalam penelitian ini adalah teknik analisis korelasi *product moment* Pearson. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan penerimaan diri pada remaja pengguna *Instagram* dengan koefisien korelasi (rxy) sebesar 0,937 dan signifikansi 0,000 (p < 0,050). Nilai koefisien determinan (*R Square*) sebesar 0,879 yang berarti efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 87,9 % terhadap penerimaan diri pada remaja pengguna *Instagram* dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata Kunci: Penerimaan Diri, Efikasi Diri, Remaja, *Instagram.***

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND SELF-ACCEPTANCE IN ADOLESCENTS INSTAGRAM USER**

**ABSTRACT**

This study aims to see the relationship between Self-efficacy and Self-acceptance in adolescents Instagram user. This research uses quantitative methods. The subjects of this study were adolescence aged 14 until 21 years as many as 60 subjects. Collecting research data using the Self-acceptance Scale (39 valid items with reliability coefficient α = 0,896) and Self-efficacy Scale (9 valid items with reliability coefficient α = 0,816) which researchers modified from previous research. The data analysis technique used to measure the correlation of the independent and dependent variables in this study is the Pearson product moment analysis technique. The results showed a positive and significant relationship between Self-efficacy with Self-acceptance in adolescents Instagram user with correlation coefficient (rxy) = 0,937 and a significance of 0,000 (p < 0,050). The coefficient of determination (R Square) is 0,879, which means Self-efficacy gives an effective contribution of 87,9 % to Self-acceptance in adolescents Instagram user and the rest is influenced by other factors.

**Keywords: Self-acceptance, Self-efficacy, Adolescence, Instagram.**

**PENDAHULUAN**

Tekhnologi informasi dan komunikasi diciptakan untuk membuat aktivitas manusia menjadi lebih mudah. Saat ini remaja tidak terlepas dari perkembangan informasi dan komunikasi yang terjadi secara massif, salah satu diantaranya media sosial. Berdasarkan riset studi Kominfo dengan UNICEF, sekitar 400 remaja yang menjadi responden dalam penelitian tersebut, terdapat sebanyak 79,5% remaja yang sudah menggunakan media sosial (Kominfo.go.id, 2014). Penetrasi penggunaan internet di Indonesia semakin tinggi setiap tahunnya. Data yang dilansir oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menyebutkan jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 143,26 juta jiwa pengguna pada tahun 2017 atau setara dengan 54,68% dari jumlah total penduduk Indonesia (Kominfo.go.id, 2018).

Media sosial yang banyak digunakan oleh kalangan remaja ialah *instagram* (Oberst, 2017). *Instagram* adalah sebuah aplikasi media sosial yang dapat memberikan cara cepat dan menyenangkan dalam menjalin komunikasi dengan orang lain melalui berbagi kenangan dan hasil pencapaian dalam bentuk foto maupun video, *chatting, video call,* serta menambah komentar, suka dan membagikan sebuah postingan (Arianti, 2017). Aplikasi *Instagram* digunakan juga untuk berbagi dan mengambil foto maupun video dengan menerapkan filter-filter digital, lalu membagikannya ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk milik Instagram sendiri.

Fenomena yang banyak terjadi dewasa ini, remaja menunjukkan sebagian maupun keseluruhan dari kehidupannya seperti prestasi, kelebihan diri, suasana bahagia maupun sedih, kepemilikan barang mewah, dan jalan-jalan ke banyak destinasi. Hal ini dapat memberikan dampak kepada pengunggah maupun penonton konten *instagram* tersebut, diantaranya muncul pikiran membandingkan keadaan diri sendiri dengan orang lain. Melihat hal tersebut, tidak sedikit remaja mencoba meniru dengan melakukan banyak cara untuk memenuhi kepuasan dan pengakuan dari orang lain, tidak jarang cara yang dilakukan justru dapat merugikan diri sendiri seperti mencuri, berbohong, berhutang untuk mendapatkan perhatian dan pengakuan tersebut. Conscmovement (2019) mengatakan remaja sering berpikiran kalau hidup tidak sesuai ekspektasi orang lain, maka akan merasa rendah diri.

Perasaan tidak nyaman bisa muncul mulai dari merasa cemburu pada hidup orang lain dan takut ketinggalan gaya hidup, berita dan *trend* yang sedang ramai (Jiang & Annabel, 2020). Kemudian dapat memicu remaja berlomba-lomba memperoleh pengakuan dari orang lain, ketika tidak didapat, remaja merasa bahwa apa yang dimiliki dirinya tidak sebaik apa yang dimiliki orang lain sehingga sulit menerima keadaan diri sendiri (Oktaviani, 2019). Kurangnya kesadaran remaja menerima diri sendiri dapat menyebabkan berbagai kesulitan emosional, termasuk kemarahan dan kekecewaan yang tidak terkendali (Carson & Langer, 2006). Remaja dengan perasaan tersebut tidak berani berbicara atau melakukan suatu hal yang sesuai dengan keadaan diri, memicu munculnya keyakinan bahwa orang lain berpikiran buruk, merasa malu, merasa orang lain tidak suka, dan berakhir dengan menghindari situasi yang terjadi.

Saat bermain *instagram* remaja cenderung menunjukkan sosok diri yang terlihat selalu pintar, bahagia, dan suka menampilkan hobi, kegiatan, barang-barang mewah yang disukai agar mendapatkan *like* dan komentar yang positif. Dengan kata lain remaja menampilkan sosok ideal di media sosial, hal ini membuat remaja kurang mampu menerima diri apa adanya (Ayun, 2015). Perasaan malu berhubungan erat dengan penerimaan diri dan merupakan bentuk dari penyesalan bukan semata-mata karena sesuatu sudah atau belum dilakukan, melainkan mengenai pengenalan terhadap diri sendiri dan idealisme (Waney, Kristinawati, & Setiawan, 2020). Menurut Tipping (2011) penerimaan diri menjadi salah satu cara yang dapat dilakukan oleh individu untuk memproses rasa malu.

Penerimaan diri menurut Sheerer (dalam Paramita & Margaretha, 2013) adalah sikap untuk menilai keadaan diri secara objektif, menerima setiap kelebihan maupun kekurangan dalam diri. Supratiknya (1995) mengatakan penerimaan diri ialah merupakan keadaan individu dengan penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau tidak bersikap merendahkan terhadap diri sendiri. Ini berarti seseorang yang mampu menerima dirinya mampu melihat kebaikan sekaligus kekurangan yang ada pada dirinya. Hurlock (1978) mengatakan bahwa penerimaan diri adalah suatu sikap pada individu dengan menerima, menghargai dan mencintai kondisi diri sendiri. Penerimaan diri berkaitan dengan kemampuan individu dalam memberikan penilaian positif terhadap kondisi dan keadaan yang menimpa diri sendiri. Menurut Shereer (1949) penerimaan diri memiliki tujuh dimensi, yaitu: memiliki perasaan sederajat, bertanggung jawab, orientasi keluar diri, percaya kemampuan diri, berpendirian, menyadari keterbatasan, dan menerima sifat kemanusiaan.

Secara keseluruhan remaja dengan penerimaan diri yang baik akan mendapatkan penghargaan yang baik juga terhadap diri sendiri, serta memiliki kemampuan untuk membuka atau mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi kepada orang lain secara sukarela dan apa adanya, individu akan memiliki kesehatan psikologis yang baik atau perasaan positif terhadap dirinya sendiri seperti bahagia, memandang dirinya mampu, disenangi orang lain, dan diterima orang lain (Supratiknya, 1995). Remaja yang memiliki sikap penerimaan diri yang baik lebih mampu menerima orang lain dengan baik (Ridha, 2012). Menurut Gamayanti (2016) penerimaan diri sangat berpengaruh terhadap remaja dalam menjalani kehidupan, remaja menjadi tidak khawatir memandang diri secara jujur baik dari dalam pikiran, perasaan, perilaku maupun penampilan. Kaiser (2017) mengatakan bahwa adanya penerimaan diri saat individu mengizinkan diri untuk menerima diri sebagaimana adanya, tanpa berusaha lari, mengubah atau mencoba memperbaiki diri.

Setiap orang termasuk para remaja perlu memiliki penerimaan diri yang baik, namun pada kenyataannya masih banyak kita temukan remaja yang memiliki penerimaan diri yang sangat rendah. Hal ini dapat diketahui melalui beberapa penelitian-penelitian terdahulu. Oktaviani (2019) melakukan *screening* penerimaan diri terhadap 30 responden, diperoleh hasil bahwa sebanyak 66,7 % remaja merasa dirinya harus mengedit foto terlebih dahulu sebelum diunggah ke *instagram*, dan muncul perasaan harus terlihat lebih baik dari orang lain sebesar 80 %. Kemudian ada perasaan iri saat unggahan orang lain mendapat banyak respon yang lebih baik dari pada unggahan miliknya sebesar 73,3 %. Hal ini yang membuat remaja cenderung membandingkan kehidupannya dengan orang lain dan kesulitan menerima keadaan diri sendiri.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 21 Oktober 2022 dengan jumlah responden 7 remaja yang aktif bermain media sosial *instagram* usia 16 dampai 19 tahun. Hasil dari wawancara yang dilakukan, seluruh responden bisa menghabiskan waktu bermain *instagram* selama 5 sampai dengan 10 jam dalam sehari. Seluruh responden mengatakan bahwa setiap mengunggap foto maupun video harus melalui proses edit dulu baru kemudian diunggah ke *instagram* agar bisa lebih menarik perhatian dan pengakuan dari orang lain*.* Para responden juga mengaku merasa kesal saat penonton dan *like* yang diperoleh sedikit, apalagi jika unggahan teman atau orang terdekat berjumlah lebih banyak dari milik responden. Perasaan iri dan cemburu juga muncul saat responden melihat unggahan teman dekat yang terlihat seperti banyak uang, sering jalan-jalan dan jajan mahal, serta populer sehingga banyak teman. Pada saat itu juga muncul dalam pikiran responden perasaan kurang beruntung dibandingkan dengan orang lain. Hal tersebut membuat responden sering merasa sedih, marah, dan kesal dengan keadaan diri sendiri. Maka dari itu ketujuh responden menunjukkan kecenderungan penerimaan diri yang rendah. Jadi kesimpulannya bahwa dari responden yang merupakan remaja pengguna *instagram* belum optimal mencapai penerimaan diri karena masih memiliki kendala membandingkan diri dengan keadaan maupun pencapaian orang lain. Remaja diharapkan dapat menjalani kehidupan lebih baik dengan menerima dan memandang diri secara jujur serta terbuka baik itu dari dalam pikiran, perasaan, perilaku dan penampilan (Gamayanti, 2016). Memahami potensi diri bisa dilakukan dengan mengunggah kegiatan dan hobi positif, serta fokus pada hal tersebut (Oktaviani, 2019).

Remaja dengan penerimaan diri yang rendah kesulitan membuka atau mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi kepada orang lain secara apa adanya, serta munculnya perasaan yang negatif terhadap diri sendiri (Supratiknya, 1995). Penelitian dari Anwar, Khadijah, Sjoraida, dan Rahman (2020) menjelaskan bahwa media sosial dapat mempengaruhi penerimaan diri individu karena dapat membuat remaja menjadi terobsesi mengikuti gaya idola maupun orang lain yang dianggap lebih baik dari dirinya sendiri, dalam hal ini individu menjadi fokus pada ekspektasi orang lain, bukan fokus pada pengembangan diri sendiri.

Hurlock (1973) membagi faktor-faktor penerimaan diri menjadi 5, yaitu aspirasi realistis, keberhasilan, efikasi atau wawasan diri, wawasan sosial, dan konsep diri yang stabil. Dalam hal ini peneliti memilih faktor efikasi atau wawasan diri karena menurut Hurlock (1973) pengetahuan mengenai kemampuan dan kemauan dalam menerima diri sendiri dapat meningkatkan penerimaan diri.

Efikasi diri menurut Bandura (1997) adalah penilaian seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tindakan dalam mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Bandura menyebutkan bahwa efikasi diri terdiri atas 3 dimensi, *Magnitude* yaitu keyakinan individu dalam menghadapi perbedaan kesulitan tugas dari yang ringan hingga berat, untuk mengukur kemampuan diri sehingga individu mampu mengelola kemampuannya mengatasi tugas sesuai tingkat kesulitan yang dihadapi. *Generality* yaitu derajat kemantapan individu dalam meyakini kemampuannya yang berkaitan dengan tugas tertentu, seberapa luas individu memiliki keyakinan diri dalam melaksanakan tugas-tugas yang bervariasi. Dan yang terakhir dimensi *Strength* yaitu kekuatan penilaian atas keyakinan atau pengharapan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas.

Aprillia, Sriati, Hendrawati (2020) mengatakan penggunaan *instagram* secara berlebihan dapat membuat remaja menjadi kecanduan, mudah merasa cemas saat tidak daring, muncul ketakutan akan ketinggalan suatu berita maupun *trend*. Menurut penelitian Fauziawati (2015) remaja yang mengalami kecanduan akan menjadi sangat tergantung terhadap *instagram*, sehingga dapat menghabiskan waktu yang relatif lama untuk mencapai kepuasan. Remaja dengan penerimaan diri yang rendah sering berlomba-lomba memperoleh pengakuan dari orang lain, ketika itu tidak diperoleh, remaja merasa bahwa apa yang dimiliki tidak sebaik orang lain (Oktaviani, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian dari Puspita (2018) efikasi diri memiliki korelasi yang positif dengan penerimaan diri, semakin tinggi efikasi diri individu makan semakin tinggi juga penerimaan dirinya. Begitu juga dengan sebaliknya, semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah juga penerimaan diri individu. Hasil penelitian dari Yolandha, Ulfa, dan Daramatasia (2020) efikasi diri memberikan kontribusi penting terhadap penerimaan diri terutama pada remaja, tingkat keyakinan individu dalam mengatasi masalah yang terjadi di dalam diri akan mempengaruhi proses penerimaan dirinya juga. Semakin baik efikasi diri seseorang, maka semakin baik pula proses penerimaan diri. Dari uraian hasil penelitian diatas, maka penting melakukan penelitian mengenai hubungan antara efikasi diri dengan penerimaan diri remaja pengguna *instagram.*

Mengacu pada hal-hal di atas, maka penulis tertarik untuk mengajukan suatu permasalahan yaitu, “Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan penerimaan diri pada remaja pengguna *instagram*?”

**METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah remaja pengguna aktif *Instagram* dengan rentang usia 14 hingga 21 tahun sebanyak 60 subjek. Pengumpulan data penelitian menggunakan Skala Penerimaan Diri dengan 39 aitem valid dan koefisien reliabilitas α = 0, 896 dari Cherry (2021) dan Skala Efikasi Diri dengan 9 aitem valid dan koefisien reliabilitas α = 0, 816 dari Salisa (2021) yang telah peneliti modifikasi dari penelitian sebelumnya. Teknik analisis data yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas dan variabel tergantung dalam penelitian ini adalah teknik analisis korelasi *product moment* Pearson. Perhitungan analisis data yang dilakukan oleh peneliti menggunakan program komputer yaitu *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) 21 *for Windows.*

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan data hasil penelitian, skor dari masing-masing skala penelitian dikategorisasikan untuk mengetahui tinggi rendahnya skor subjek. Berdasarkan kategorisasi skor Penerimaan Diri diketahui bahwa sebanyak 41 remaja (68,3 %) memiliki Penerimaan Diri pada kategori tinggi, sedangkan 19 lainnya (31,7 %) memiliki Penerimaan Diri pada kategori sedang.

Selanjutnya berdasarkan kategorisasi skor Efikasi Diri diketahui bahwa sebanyak 39 siswa (65%) memiliki Efikasi Diri pada kategori sedang, sedangkan 21 siswa lainnya (35%) memiliki Efikasi Diri pada kategori yang sedang.

Berdasarkan hasil korelasi *product moment* Pearson diketahui korelasi antara Efikasi Diri dengan Penerimaan Diri pada remaja pengguna *Instagram* rxy = 0,937 (p < 0,050) yang berarti terdapat korelasi yang positif antara Efikasi Diri dengan Penerimaan Diri. Nilai koefisien determinasi (*R square*) 0,879 menunjukan bahwa variabel Efikasi Diri memiliki sumbangan pengaruh sebesar 87,9 % terhadap Penerimaan Diri dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Hal tersebut menunjukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara Efikasi Diri dengan Penerimaan Diri pada remaja pengguna *instagram* sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Hipotesis dalam penelitian ini menunjukan bahwa semakin tinggi Efikasi Diri dalam diri remaja maka semakin tinggi pula tingkat Penerimaan Diri pada remaja pengguna *instagram*, sebaliknya semakin rendah Efikasi Diri dalam diri remaja maka semakin rendah pula tingkat Penerimaan Diri pada remaja pengguna *Instagram*.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa Efikasi Diri memiliki pengaruh terhadap Penerimaan Diri pada remaja pengguna *Instagram.* Sumbangan efektif yang diberikan Efikasi Diri terhadap Penerimaan Diri dalam penelitian ini adalah sebesar 87,9 % sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Faktor tersebut antara lain konsep diri, wawasan sosial, dan pengaruh keberhasilan yang merupakan faktor lain dari Penerimaan Diri menurut Hurlock (1973).

**KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa Efikasi Diri memiliki hubungan yang positif dengan Penerimaan Diri pada remaja pengguns *Instagram*. Kesimpulan tersebut di dapat dari hasil uji korelasi rxy = 0,937, p = 0,000 (p < 0,050) yang menunjukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara Efikasi Diri dengan Penerimaan Diri dimana semakin tinggi tingkat Efikasi Diri maka semakin tinggi tingkat Penerimaan Diri, sebaliknya semakin rendah tingkat Efikasi Diri maka semakin rendah pula tingkat Penerimaan Diri pada remaja pengguna *Instagram.* Sumbangan efektif Efikasi Diri terhadap Penerimaan Diri sebanyak 87,9 % dan sisanya sebesar 12,1% dipengaruhi faktor lain.

**DAFTAR PUSTAKA**

Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian. (Edisi Revisi).* Malang: UMM Press.

Andani, A.N., Oktaviani, M., & Mulyati, M. (2023). Pengaruh *self-efficacy* terhadap *self-acceptance* mahasiswa pendidikan kesejahteraan keluarga. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*. 8(1). 33-38.

Anwar, R.K., Khadijah, U.L.S., Sjoraida, D.F., Rahman, M.T. (2020). The Impact of Using Instagram Social Media on Student Consumptive Behavior. *Record and Library Journal*, 6(1), 80-88.

Aprilia, R., Sriati, A., Hendrawati, S. (2020). Tingkat kecanduan media sosial pada remaja. *Jurnal.* 3(1). 41-53.

Arianti, G. (2017). Kepuasan remaja terhadap penggunaan media sosial Instagram dan path. *Jurnal WACANA*. 16(2). 180-192.

Ayun, P.Q. (2015). Fenomena remaja menggunakan media sosial dalam membentuk identitas. *CHANNEL Jurnal Komunikasi.* 3(2), 1-16.

Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bandura, A. (1997). *Self efficacy: The exercise of control*. New York. W.H Freeman and Company.

Baron, R.A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial edisi kesepuluh jilid 2*. Penerjemah Ratna Djuwita. Jakarta. Erlangga.

Carson, Shelley H. & Langer, E. J. (2006). Mindfulness and Self-Acceptance. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavioral Therapy*. 24 (1): 29-43.

Chaplin, J. P. 2000. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali.

Cronbach, L.J. (1963). *Educational psychology*. New York: Harcourt, Brace & World, Inc.

Dahlan, C.S.D. (2021).Hubungan Antara dukungan sosial keluarga dan makna hidup dengan penerimaan diri pada remaja di Luwuk, Sulawesi Tengah. *Skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Fauziawati, W. (2015). Upaya mereduksi kebiasaan bermain game online melalui teknik diskusi kelompok. *Psikopedagogia*. 4(2). ISSN: 2301-6167.

Feist, J., Feist, G.J. (2008). *Theories of Personality* (Edisi 6). Jakarta: Salemba  
Humanika.

Gamayanti, W., Permatasari, V. (2016). Gambaran penerimaan diri (self acceptance) pada orang yang mengalami skizofrenia. *Jurnal ilmiah psikologi*. 3(1). 139-152.

Ginting, S.G.L.B. (2019). Study identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri remaja korban perceraian di SMA kecamatan pancur batu. *Skripsi*. Universitas Medan Area.

Hadi, S. (2015). *Metodologi riset*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

Hardiyanti, S. (2020). Hubungan efikasi diri dengan penerimaan diri penderita tuberculosis di wilayah kerja puskesmas perak timur Surabaya. *Other thesis*. Universitas of Nahdlatul Ulama Surabaya.

Hurlock, E.B. (1973). *Adolescent Development* (Terjemahan). Tokyo: McGraw Hill Kogakusha, Ltd.

Jiang, Shaohai & Annabel Ngien. (2020). The Effects of Instagram Use, Social Comparison, and Self-Esteem on Social Anxiety: A Survey Study in Singapore. *SAGE Journal*, Social Media and Society.

Kaiser, S. (2017). *The self-love experiment*. Penguin.

Kamuli, F. (2018). Hubungan antara intensitas penggunaan Instagram dengan penerimaan diri pada remaja. *Skripsi*. Universitas Brawijaya.

Kartini Kartono. (1990). *Psikologi Perkembangan Anak*, Bandung: CV. Mandar.

Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia. (2018). Jumlah pengguna internet tahun 2017 meningkat, Kominfo terus lakukan percepatan pembangunan broadband. Diakses 21 Desember 2021 dari <https://www.kominfo.go.id/index.php/content/detail/12640/siaran-pers-no-53hmkominfo022018-tentang-jumlah-pengguna-internet-2017-meningkat-kominfo-terus-lakukan-percepatan-pembangunan-broadband/0/siaran_pers>

Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia. (2014). 98 Persen Anak dan Remaja Tahu Internet. Diakses 20 Desember 2021 dari <https://www.kominfo.go.id/index.php/content/detail/3836/98+Persen+Anak+dan+Remaja+Tahu+Internet/0/berita_satker>

Mahendra, B. (2017). Eksistensi sosial remaja dalam Instagram. *Jurnal visi komunikasi*. 16(1). 151-160.

Majorsy, U., Kinasih, A.D., Andriani, I., Lisa, W. (2013). Hubungan antara keterampilan sosial dan kecanduan situs jejaring sosial pada masa dewasa awal. *Jurnal Proceeding PESAT* *(psikologi, ekonomi, sastra, arsitektur, & tehnik sipil)*. Vol 5. ISSN: 1858-2559.

Marni, A., Yuniawati, R. (2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan  
Penerimaan Diri Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma  
Yogyakarta. Empathy. *Jurnal Fakultas Psikologi*. 3(1), 2.

Meilana, M.S. (2021). Media sosial bagi penerimaan diri, harga diri dan kebahagiaan remaja. *Jurnal selaras*: *kajian bimbingan dan konseling serta psikologi pendidikan*. 4(2). 132-142.

Novrianto, R., Marettih, A.K.E., Wahyudi, H. (2019). Validitas konstruk instrument General Self Eficacy Scale versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*. 15(1). 1-9.

Oberst. U.W. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents. The mediating role of fear of missing out. *Journal of adolescence*. 51-60.

Oktaviani, Mentari Aulia. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram. *Psikoborneo*. 7(4). 549-556.

Paramita, R., & Margaretha*.* (2013). Pengaruh penerimaan diri terhadap penyesuaian diri penderita lupus. *Jurnal psikologi undip*. 12(1). 92-99.

Puspita, R.D., & Astuti, Y. (2018). Hubungan self efficacy dengan  
penerimaan diri pada pasien penyakit jantung. *Skripsi*. Universitas Islam Indonesia.

Reber, S.A., Reber, S.E. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Ridha, M. (2012). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa aceh di Yogyakarta. *Empathy*,1(1), 112-121.

Salisa, I.P. (2021). Hubungan regulasi emosi dan efikasi diri dengan kenakalan remaja. *Skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Siradjuddin, M.S., & Esita, Z. (2021). Kontribusi efikasi diri dan regulasi diri terhadap pemaafan diri remaja yang sedang mengalami masa hukuman. *Majalah ilmu pengetahuan dan pemikiran agama TAJDID*. 24(1). 86-93.

Sheerer, Elizabeth. 1949. An Analysis of the Relationship Between Acceptance and Respect for the Self and Acceptance of and Respect for Others in Ten Counseling Cases. *Journal of Consulting Psychology*. XIII, 160 – 75.

Supratiknya. (1995). *Komunikasi antar pribadi*. Yogyakarta: Kanisius.

Tipping, C. (2011). *Radical self-forgiveness: the direct path to true self-acceptance.* Sounds True, Inc.

Tunnisa, F. (2019). Hubungan konsep diri dengan penerimaan diri pada remaja disabilitas di yayasan bukesra ulee kareng banda aceh. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Viveka, D.G.A.P. (2019). Hubungan antara penerimaan diri dengan body image pada remaja di Yogyakarta. *Skripsi.* Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Yanti, M.S. (2017). Hubungan tingkat *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan penerimaan diri klien HIV positif di puskesmas Dupak Surabaya. *Skripsi*. Universitas Airlangga.

Yolandha, A., Daramatasia, W., Ulfa, M. (2020). Hubungan self efficacy dengan self acceptance pada odha. *Media Husada* *Journal of Nursing Science*. 1(1). 43-53.