

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN *INSECURITY* PADA REMAJA PUTRI DI YOGYAKARTA

THE RELATIONSHIP OF BODY IMAGE AND INSECURITY IN ADOLESCENT GIRLS IN YOGYAKARTA

Rr. Pingkan Arum Dianty Maharani

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

200810416@student.mercubuana-yogya.ac.id

085161141055

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *insecurity* pada remaja putri di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *body image* dengan *insecurity* pada remaja putri di Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini yaitu remaja putri di Yogyakarta yang berjumlah 200 orang. Pengambilan subjek menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Metode dalam pengumpulan data menggunakan skala *Body Image* dari Cash dan Pruzinsky sedangkan skala *Insecurity* menggunakan skala dari Lautser. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *alpha cronbach*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai korelasi $\rho = 0,16$ dengan nilai $p = 0,000$ berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *body image* dengan *insecurity*, hal ini menunjukkan hipotesis yang diajukan penelitian ini diterima. Sedangkan hasil koefisien determinasi diperoleh nilai R^2 sebesar 0,171 yang menunjukkan bahwa *body image* berkontribusi sebesar 17,1% terhadap *insecurity* pada remaja putri di Yogyakarta, sedangkan sisanya sebesar 82,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Kata Kunci : *Body Image, Insecurity, remaja perempuan di Yogyakarta*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between body image and insecurity in adolescent girls in Yogyakarta. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between body image and insecurity in adolescent girls in Yogyakarta. The subjects in this study were 200 adolescent girls in Yogyakarta. Subjects were taken using the Purposive Sampling technique. The method of data collection used the Body Image scale from Cash and Pruzinsky while the Insecurity scale used the Lautser scale. The data analysis technique used alpha cronbach correlation analysis. Based on the results of the data analysis, the correlation value of $\rho = 0.16$ with a p value = 0.000 means that there is a significant negative relationship between body image and insecurity, this indicates that the hypothesis proposed in this study is accepted. While the results of the determination coefficient obtained an R^2 value of 0.171 which indicates that body image contributes 17.1% to insecurity in adolescent girls in Yogyakarta, while the remaining 82.9% is influenced by other factors not studied.

Keyword : *Body Image, Insecurity, adolescent girls in Yogyakarta*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase peralihan dari masa anak-anak ke masa awal dewasa, dimulai sekitar usia 10 hingga 12 tahun serta berakhir di usia 18-22 tahun (Sarwo dalam Olivia, 2013). Salah satu tokoh psikologi yang berasal dari Jerman

yaitu Eric Erikson menjelaskan bahwa dalam usia remaja masuk dalam kelima yaitu identity vs confusion (Mokalu & Boangmanalu,2021). Dalam tahap ini, remaja masuk dalam masa pencarian identitas yang seharusnya mendapatkan pemahaman atau arahan agar mendapatkan jati dirinya yang sesungguhnya sedangkan remaja yang tidak mendapatkan contoh baik dari lingkungannya akan cenderung terjadi krisis identitas yang dapat menyebabkan individu tersebut mengalami kebingungan (Solobutina,2020). Maka dari itu saat seseorang memasuki usia remaja perlu mendapat dukungan yang berasal dari orang sekelilingnya agar dapat memberikan pengaruh yang baik dan yakin akan kemampuan yang dimiliki.

Pada fase ini terjadi peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa remaja yang didalamnya terdapat berbagai perubahan, mulai dari perkembangan fisik, kognitif, emosional dan sosial. Perubahan fisik ditandai dengan mulai matangnya organ reproduksi seperti remaja putri yang mengalami menstruasi, perkembangan payudara serta pinggul yang mulai melebar. Sedangkan pada remaja laki-laki ditandai dengan perubahan suara, tumbuh jakun, serta tumbuh kumis. Pada perubahan kognitif ditandai dengan berkembang dalam pemikiran serta penalaran dan pemahaman mengenai lingkungan sekitar. Dan pada perubahan sosial disebabkan oleh perbedaan pendapat atau aturan yang ada hal inilah yang menjadi alasan remaja mengalami konflik dengan lingkungan sekitar. Perubahan yang terjadi pada remaja terkadang membuat individu merasa insecure . Lautser (dalam Mu'awittag, 2017) menjelaskan bahwa insecure merupakan perasaan tidak aman yang disebabkan oleh ketidakpercayaan diri, individu merasa takut serta cemas karena tidak puas dan ragu terhadap potensi yang dimiliki. Saat remaja mengalami insecure dapat menyebabkan seseorang menjadi stress, depresi, kekhawatiran ataupun rasa tidak percaya diri yang berlebihan (Mardiana,2021).

Dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Irischa (2021) bahwa presentase remaja hampir lebih dari 50% responden dengan rentang usia 17-20 tahun mengalami insecure dikarenakan individu mereka sendiri, bentuk tubuh yang dimiliki, dan juga sebanyak 43,6% ketidakamanan (insecure) disebabkan oleh

media sosial. Hal ini didasarkan pada remaja yang mengalami insecure dikarenakan lingkungan sekitar terutama teman sebaya sebesar 59,1%, kemudian insecure yang disebabkan oleh keluarga sebesar 30,9%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa rasa tidak aman (insecure) dapat disebabkan oleh beberapa hal dan media sosial memiliki dampak yang besar pula terhadap remaja yang berakibat pada rasa insecure.

Wawancara yang dilakukan kepada 10 remaja putri di Yogyakarta, ditemukan bahwa remaja putri pernah merasa kurang berharga akibat kurang mampu mengambil sebuah tanggung jawab dan kurang yakin dapat menghadapi suatu peristiwa yang menimpanya, kemudian remaja putri juga tidak merasa aman apabila berada di lingkungan baru serta merasa cemas. Ketiga hal inilah yang menjadi dasar remaja putri cenderung mengalami insecurity. Dari wawancara ini pula ditemukan bahwa remaja putri mengalami rasa ketidakamanan yang tinggi.

Remaja yang mengalami insecure dapat memberikan efek negatif, hal ini disebabkan karena insecure dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan mental (Aslikdeana, 2021). Insecure juga dapat menyebabkan seseorang merasa kurang percaya diri, tidak memiliki niat untuk maju serta dapat terjadi depresi. Seperti yang dikatakan oleh Qatrunnada (2022) bahwa insecurity dapat membuat seseorang terutama remaja memiliki rasa kepercayaan diri yang rendah, kurang adanya niat atau tekad untuk maju serta seseorang yang mengalami insecure dapat mengalami depresi. Selain itu, insecure juga dapat menyebabkan banyak permasalahan pada orang yang mengalaminya, mulai dari efek jangka panjang, efek negatif baik secara kesehatan maupun mental seseorang.

Memasuki usia remaja terjadi banyak perubahan yang terjadi, hal inilah yang terkadang membuat remaja mengalami ketidakamanan. Banyak faktor yang menjadi penyebab seseorang mengalami insecure. Cklamz & Ebra (2018) membagi insecure menjadi dua yaitu faktor internal yang meliputi konsep diri, penyesuaian diri, body image, serta bayang-bayang akan kesuksesan orang lain. Selain itu faktor eksternal yang menyebabkan seseorang mengalami insecure yaitu lingkungan sekitar yang kacau, kegagalan dalam hidup, dan penolakan sosial.

Untari (2014) juga menyebutkan terdapat beberapa hal yang menyebabkan individu mengalami insecure yaitu usia, jenis kelamin, tipe kepribadian, pendidikan, status kesehatan, nilai budaya dan spiritual, dukungan lingkungan sekitar, kemampuan mengatasi permasalahan, pekerjaan, serta insecure akan tahap perkembangan.

Dari banyaknya faktor yang menyebabkan seseorang mengalami insecure, body image menjadi salah satu fokus penulis hal ini dikarenakan body image merupakan pandangan individu yang dapat mempengaruhi pandangan dirinya terhadap tubuh yang dimiliki. Body image sendiri tidak hanya dipengaruhi oleh diri sendiri akan tetapi juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar atau standarisasi yang dibentuk oleh masyarakat. Tubuh dapat dikatakan ideal apabila sesuai dengan standar masyarakat, hal inilah yang terkadang membuat individu mengalami ketidaksesuaian pandangan akan dirinya sendiri dengan ekspektasi masyarakat mengenai tubuh ideal yang dapat berakibat pada ketidakpuasan individu mengenai bentuk tubuh yang dimiliki (Amelia, 2007). Hal inilah yang dapat membuat individu tidak dapat menerima dirinya sendiri.

Body image merupakan pengamatan seseorang berupa pandangan mengenai tubuh yang dimiliki, hal ini dapat berupa berat badan maupun bentuk tubuh yang dimiliki serta penilaian seseorang mengenai penampilannya fisiknya (Cash & Pruzinsky, 2012). Surya (2009) mengatakan bahwa seseorang yang puas akan tubuhnya serta memiliki wawasan mengenai tubuh yang ideal dapat menyebabkan body image menjadi positif dan dapat berdampak positif pula bagi hidupnya. Sedangkan remaja yang tidak puas akan dirinya akan cenderung memiliki citra tubuh negatif sehingga menimbulkan ketidakamanan atau insecurity.

Penelitian mengenai body image dan insecurity belum banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya hal inilah yang menjadi hal baru. Pada penelitian ini melibatkan remaja putri berusia 12-23 tahun yang ada di Yogyakarta. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat korelasi yang negatif antara body image dengan insecurity. Remaja yang memiliki pandangan negatif terhadap bentuk tubuh yang dimiliki cenderung mengalami insecurity hal ini diakibatkan mereka terlalu

mengikuti standarisasi yang ada di masyarakat atau terlalu mengikuti apa yang mereka rasa baik walaupun berdampak buruk pada tubuhnya.

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan tersebut, rumusan penelitian ini yaitu “ Apakah ada hubungan antara body image dengan insecurity pada remaja putri di Yogyakarta?”.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan skala. Skala yang digunakan berupa skala likert pada variabel body image dan variabel insecurity. Pada penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 200 orang dengan karakteristik; 1). Remaja putri berusia 12-23 tahun, 2). Berdomisili di Yogyakarta.

Pada kedua variabel yang digunakan pada penelitian ini yaitu variabel body image dan variabel insecurity menggunakan skala likert dimana tersedia empat pilihan jawaban yang berbeda, mulai dari 1 hingga 4. Nilai tersebut memuat pernyataan favourable dengan skor 4 untuk sangat setuju, skor 3 setuju, skor 2 tidak setuju dan skor 1 untuk sangat tidak setuju. Sedangkan untuk pernyataan favourable, skor 1 untuk sangat setuju, skor 2 untuk setuju, skor 3 untuk tidak setuju, serta skor 4 untuk sangat tidak setuju.

Metode pengumpulan data menggunakan skala body image dan skala insecurity. Skala body image menggunakan adaptasi skripsi dari Huwaida (2022) berdasarkan teori Cash & Pruzinsky (dalam Seawell, A.H & Danorf Burg, 2005) sedangkan skala insecurity yaitu adaptasi jurnal Qatrunnada dkk (2022). Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan analisis product moment yang dikembangkan oleh Karl Person.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan hasil deskriptif statistic pada variabel *body image* dan *insecurity* yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. Deskripsi Data Penilaian

| Variabel | N | Data Hipotetik | | | | Data Empirik | | | |
|-------------------|-----|----------------|------|-----|----|--------------|------|-----|------|
| | | Mean | Skor | | SD | Mean | Skor | | SD |
| | | | Min | Max | | | Min | Max | |
| <i>Insecurity</i> | 225 | 20 | 8 | 32 | 4 | 19,85 | 8 | 32 | 3,25 |
| <i>Body Image</i> | 225 | 35 | 14 | 56 | 7 | 4,48 | 14 | 56 | 4,48 |

Keterangan :

N : Jumlah Subjek

Min : Skor Minimal

Max : Skor Maximal

Mean : Nilai rata-rata

SD : Standard Deviasi

Tabel tersebut menunjukkan bahwa skala *body image* dan skala *insecurity* digunakan untuk menguji hipotesis yang memerlukan kategorisasi. Kategorisasi digunakan untuk menganggap skor populasi dari subjek yang memiliki distribusi normal, maka dari itu akan diperoleh skor hipotetik yang berdistribusi normal (Azwar,2019). Dari data yang telah dijelaskan diatas dapat diketahui bahwa data empiric untuk *Skala Body Image* memiliki skor tertinggi yaitu 56 dan skor terendah yaitu 14 dengan rerata empiric 35 serta nilai standar deviasi sebesar 7. Sedangkan untuk Skala *Insecurity* memiliki skor minimal 8 dan skor maksimal 32, dengan rata- rata empiric sebesar 20 dan nilai deviasi standar sebesar 4. Sedangkan jawaban responden pada setiap variabel dapat diklasifikasikan sebagai berikut :

1) *Insecurity*

Tabel 2. Kategorisasi Skor Skala *Insecurity*

| Kategori | Norma | Interval | F | % |
|---------------|---|------------------------|----|------|
| Tinggi | $(\mu+1.\sigma) \leq X < \text{Maksimal Ideal}$ | $24,00 \leq X < 32,00$ | 50 | 25.0 |
| Sedang | $(\mu-1.\sigma) \leq X < (\mu+1.\sigma)$ | $16,00 \leq X < 24,00$ | 86 | 43.0 |
| Rendah | $\text{Minimum Ideal} \leq X < (\mu-1.\sigma)$ | $8,00 \leq X < 16,00$ | 64 | 32.0 |

| | | |
|--------------|------------|--------------|
| Total | 200 | 100.0 |
|--------------|------------|--------------|

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, dengan jumlah subjek 200 orang maka diketahui bahwa remaja putri di Yogyakarta memiliki *insecurity* dalam kategori tinggi sebesar 25% dengan jumlah 50 orang, pada kategori sedang sebesar 43% dengan jumlah 86 orang maupun pada kategori rendah sebesar 32% dengan jumlah 64 orang. Dengan demikian, disimpulkan bahwa subjek pada penelitian ini memiliki *insecurity* yang mengarah pada sedang cenderung ke sedang.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Skala *Body Image*

| Kategori | Norma | Interval | F | % |
|-----------------|--|------------------------|------------|--------------|
| Tinggi | $(\mu+1.\sigma)\leq X < \text{Maksimal Ideal}$ | $42,00 \leq X < 56,00$ | 31 | 15.5 |
| Sedang | $(\mu-1.\sigma)\leq X < (\mu+1.\sigma)$ | $28,00 \leq X < 56,00$ | 142 | 71.0 |
| Rendah | $\text{Minimum Ideal} \leq X < (\mu-1.\sigma)$ | $14,00 \leq X < 28$ | 27 | 13.5 |
| Total | | | 200 | 100.0 |

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, dengan jumlah subjek 200 orang maka diketahui bahwa remaja putri di Yogyakarta memiliki *body image* dalam kategori tinggi sebesar 15,5% dengan jumlah 31 orang, pada kategori sedang sebesar 71% dengan jumlah 142 orang maupun pada kategori rendah sebesar 13,5% dengan jumlah 27% orang. Dengan demikian, disimpulkan bahwa subjek pada penelitian ini memiliki *body image* yang mengarah pada sedang cenderung ke sedang.

Pada penelitian ini dilakukan uji normalitas menggunakan teknik analisis model one sample kolmogorov-smirnov (KS-Z) dengan menggunakan pedoman jika nilai $\rho > 0,050$ maka diketahui sebaran data terdistribusi normal, sebaliknya jika nilai $< 0,050$ maka diketahui sebaran data tidak terdistribusi normal. Pada penelitian ini, menunjukkan bahwa *insecurity* dan *body image* pada remaja putri di Yogyakarta terdistribusi secara normal. uji hipotesis menggunakan teknik korelasi product moment (*pearson correlation*) dari Karl Pearson dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *insecurity* pada remaja putri

di Yogyakarta dengan menggunakan pedoman untuk uji hipotesis yaitu jika nilai signifikansi $\rho < 0,010$ maka terdapat korelasi antara variabel bebas dengan variabel terikat, sedangkan jika nilai signifikansi $\rho > 0,010$ maka tidak terdapat korelasi antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Berdasarkan hasil analisis korelasi korelasi product moment maka diperoleh koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,143$ dengan $\rho = 0,000$ ($\rho < 0,010$) yang berarti ada hubungan negatif antara *body image* dengan *insecurity*. Artinya semakin tinggi tingkat *body image* semakin rendah pula *insecurity*. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *body image* yang dimiliki remaja maka semakin tinggi pula *insecurity* yang dialami oleh remaja putri. Pada penelitian ini, hipotesis yang diajukan diterima yaitu terdapat hubungan negatif antara *body image* dengan *insecurity* pada remaja putri di Yogyakarta. Hasil koefisien determinasi diperoleh nilai R^2 sebesar 0,171 yang menunjukkan bahwa *body image* berkontribusi sebesar 17,1% terhadap *insecurity* pada remaja putri di Yogyakarta, sedangkan sisanya sebesar 82,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *body image* dengan *insecurity* pada remaja putri di Yogyakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin positif *body image* yang dimiliki maka semakin negatif pula *insecurity* yang dialami oleh remaja putri di Yogyakarta. Sebaliknya, semakin negatif *body image* semakin positif *insecurity* yang dimiliki oleh remaja putri di Yogyakarta

Pada penelitian ini juga menghasilkan kategorisasi *insecurity* dan *body image* cenderung sedang. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa variabel *body image* berkontribusi sebesar 17,1% terhadap *insecurity* dan sisanya 82,9% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abidah et al. (2024). Intensitas Penggunaan Media Sosial, Loneliness, Dan Insecure

Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan. 11(1). 193-210

Amalia, L.(2007). Citra tubuh (body image) remaja perempuan. *Musawa Jurnal Studi Gender dan Islam*. 5(2). 441-464

Arumsari Tri Ambar (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Rasa Insecure dan Kepercayaan Diri Pada Remaja Desa Patila Kecamatan Tana Lili Kabupaten Luwu Utara. Skripsi. Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam. Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah. Institut Agama Islam Negeri Palopo.

Aslikdeana, G.2021. Perancangan Video Campaign “This Is Me” (Sebuah Eksperimen Sosial Mengenai Insecurity). Bachelor Thesis, Universitas Multimedia Nusantara.

Azwar, S. 2019. Metode Penelitian skripsi (2th ed).Yogyakarta : Pustaka Pelajar
Azwar, S. 2019. Metode penelitian Psikologi (2th ed). Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Burns, R.B. (1993). Konsep Diri: Teori Pengukuran, Perkembangan, Perilaku.
Cash, T.F. (2012). Cognitive-behavioral perspectives on body image

Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image : A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. The Guildford Press.

Cklaimz, D., & Eba, M.A. (2018). Adolescent Insecurity and Parental Influence.1(1), 110-128

Dacey, J. & Kenny, M. (2001). *Adolescent development* (2th ed). USA : Brown & Benchmark Publishers

Denich, A. U., Ifdil. 2015. Konsep Body image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 3(2).

- EL-Huzni, 2021. Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Putri di Yogyakarta. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Greenberg, Melani.2015. The 3 most common Cause of insecurity and how to beat them
- Grogan.(2010). Promoting Positive body image in males and females : contemporary issues and future directions. *Sex Roles: A Journal of Research*.6(3). 757-765
- Grossbard, J. R., Lee, C. M., Neighbors, C., & Larimer, M. E. (2009). Body image concerns and contingent self-esteem in male and female college students. *Sex Roles* 60, 198–207.
- Gewirtz-Meydan et,all. 2021. Attachment Insecurities and Body Image Self-Consciousness Among Women : The Mediating Role of Pornography Use
<https://kumparan.com/irischauna/pengaruh-media-sosial-terhadap-rasa-insecure-dan-kepercayaan-diri-pada-remaja-luzNPZUbjdN>
- Hurlock, B. Elizabeth.1999.Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Erlangga.
- Huwaida, Ayesha.2022. Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Madrasah Aliyah Negeri (MAN. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru
- Januar, V., & Putri, D. E. (2011). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan memilikianak. *Jurnal Psikologi*, 1 (1).
- Kristiawan, A. (2006). Menjelajah Tubuh: Perempuan dan Mitos Kecantikan. PT LKiS Pelangi Aksara.
- Li, Mingqli.2021. Social Status Insecurity and Body Image Related Health

Outcomes : Testing A Moderated Mediation Model. College of Science and Health Theses and Dissertations. 1-92

Lu,J., Zhang, Y., & Liu, J. (2018). Interpersonal Insecurity and Risk-Tasking Propensity Across Domains and Around the Globe. *Evaluationary Psychology*,16(3). 1-10

Mardiana, Nova dkk. (2021). FENOMENA INSECURE PADA REMAJA DI ERA PANDEMIC COVID19: STUDI LITERATUE : *JURNAL ILMU KESEHATAN*, 10(2), 21-29.

MASLOW, A. H. (1942). the Dynamics of Psychological Security- Insecurity. *Journal of Personality*, 10(4), 331–344. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1942.tb01911.x>

Mokalu, V. R., & Boangmanalu, C. V. J. (2021). Teori Psikososial Erik Erikson: Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Kristen Di Sekolah. *VOX EDUKASI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 12(2), 180–192. <https://doi.org/10.31932/ve.v12i2.1314>

Monks, F.J., dkk. (2014). Psikologi perkembangan : Pengantar dalam berbagai bagiannya. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press

Mu’awiyah. “Perilaku Insecure Pada Anak Usia Dini”. *As-sibyan, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 2(1), 47-58.

Ramadhani, M, F (<https://media.neliti.com/media/publications/245943-penerapan-konseling-kelompok-adlerian-un-06905579.pdf>). diakses pada 8 Juni 2024

Prahmadhani, D.T. (2007). Persepsi wanita dewasa dini pengguna produk skincare tentang kecantikan. Skripsi Fakultas Psikologi : Universitas Sanata Dharma Yogyakarta

- Roainina, Fida. 2021. PENGARUH SOSIAL MEDIA TERHADAP BODY IMAGE. Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan. Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Rombe, S. (2014). Hubungan Body Image dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda. Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 1(4), 228–236.
- Qatrunnada Jihan Insyirah, Salma Firdaus, Sofika Dwi Karnila, & Usup Romli. (2022). Fenomena Insecurity di Kalangan Remaja dan Hubungannya dengan Pemahaman Aqidah Islam. IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam, 5(02), 139–152. <https://doi.org/10.37542/iq.v5i02.655>
- Sabil, Rahmania, Rosa Karnita. 2022. PERANCANGAN BUKU JURNAL INTERAKTIF UNTUK MEMBANTU MENGELOLA RASA INSECURE PADA REMAJA. 1 (1).
- Safitri, Rizka Anggia, Afinia Sandhya Rini. 2021. Pengaruh Ketergantungan Make Up Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri. Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa. 1 (2).
- Saudale, Mariana, M, H. 2023. Hubungan Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Korban Bullying. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Seawell, A, H & Danorf-Burg, S. (2005). Body Image and Sexuality In Woman With And Without Systemic Lupus Erythematosus. Sex Roles, 5(11/12), 865- 87.
- Surya, H. (2009). Menjadi Manusia Pembelajar. Jakarta : Gramedia
- Solobutina, M. M. (2020). Ego Identity Of Intellectually Gifted And Sport Talented Individuals In Puberty And Adolescence. Education And Self Development. <https://doi.org/10.26907/Esd15.1.02>

Srisayekti, Wilis, dkk. 2015. Harga diri (Self esteem) Terancam dan perilaku menghindar. *Jurnal Psikologi*. 42(2).141-156

Thompson, J.K.(2000). *Body Image, eating disorders, and obesity*. Washington, Dc: American Psychological Association

Violina, E. I. (2013, Agustus 23). Pengaruh Penggunaan Teknik Assertive Training dalam Mereduksi Perilaku Konsumtif pada Siswa SMPN 2 Delitua Tahun Ajaran 2013/2014. Universitas Negeri Medan. Diambil dari <http://digilib.unimed.ac.id/7300>

Wilis,S.S.(2004). *Konseling Individual teori dan praktek*. Bandung:Alfabeta
Wiranantha 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