**HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWI UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

***RELATIONSHIP BETWEEN BODY DYSMORPHICDISORDER WITH SELF CONFIDENCE THE STUDENTS OF MERCU BUANA UNIVERSITY, YOGYAKARTA***

Ihsan Budi Prakoso

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Ihsanbudi776@gmail.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini adalah 107 mahasiswi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan skala kepercayaan diri. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis korelasi *product moment.* Berdasarkan hasil analisis diperoleh koefisien korelasi (rxy) = -0,475dengan taraf signifikansi p = 0,000 (p<0,010). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima dan terbukti bahwa ada hubungan negatif kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Koefisien determinasi (R2) = 0,225 maka sumbangan efektif kecenderungan *body dysmorphic disorder* dalam kepercayaan diri adalah sebesar 22,5% dan sisanya 77,5% diperoleh dari faktor lain.

***Kata Kunci: Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder, Kepercayaan Diri***

***Abstract***

*This research aims to find out the relationship between tendency of body dysmorphic disorder with self confident among female students of Mercu Buana Yogyakarta University. This research hypothesizes that there is a negative relationship between tendency of body dysmorphic disorder with self confident among female students of Mercu Buana Yogyakarta University. Subjects in this study were 107 of female students of Mercu Buana Yogyakarta University. The data of this study were collected using the Tendency of Body Dysmorphic Disorder Scale and the Self Confident Scale. The data analysis method was used product-moment correlation. Based on the analysis, the coefficient correlation (rxy) = -0,475 with the significant level = 0,000 (p<0,010), which means that there is a negative relationship between tendency of body dysmorphic disorder with self confident among female students of Mercu Buana Yogyakarta University. The coefficient determination (R2) = 0.225, so tendency of body dysmorphic disordercontributes effectively 22,5% to self confidentwhile the remaining 77,5% is derived from other factors.*

***Key words: Tendency of Body Dysmorphic Disorder, Self Confident***

**PENDAHULUAN**

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang perguruan tinggi. Mahasiswa yang menjalani pendidikan di perguruan tinggi diharapkan mampu untuk belajar menjadi seorang pembicara, pendengar, maupun memiliki peran langsung dalam segala keadaan yang terkait dengan kegiatan pembelajaran maupun kegiatan organisasi (Yunnanto & Dewi, 2015). Menurut Sarwono (2006), mahasiswa yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi memiliki rentang usia sekitar 18-30 tahun. Mahasiswa tergolong dalam fase remaja akhir, hal ini sejalan dengan pendapat dari Monks (2006) bahwa remaja akhir adalah remaja dengan rentang usia 18 – 21 tahun.

Mahasiswa sebagai remaja yang mempunyai berbagai tugas perkembangan,disisi lain juga sedang berada pada periode peralihan. Mahasiswa yang berada pada periode peralihan, mengalami status yang tidak jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan (Hurlock, 2003). Proses pencarian peran ini, bisa juga disebut dengan proses pembentukan identitas diri. Dalam proses pembentukan identitas diri, ada remaja yang melewati fase tersebut dengan cepat dan ada pula yang lambat, bahkan ada kemungkinan mengalami kegagalan

Kegagalan yang dialami remaja dalam proses pembentukan identitas diri membuat remaja mengembangkan perilaku menyimpang (delinquent), melakukan kriminalitas, atau menutup diri (mengisolasi diri) dari masyarakat (Ramdhanu, Sunarya & Nurhudaya, 2019). Selain itu mahasiswa yang tergolong sebagai remaja juga mengalami berbagai permasalahan yang harus dihadapi. Salah satu permasalahan yang banyak dirasakan dan dialami oleh remaja pada dasarnya disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri (Rizkiyah dalam Fitri, dkk, 2018).

Menurut Lauster (Ghufron & Rini, 2012), orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif yaitu orang yang memiliki :(1) keyakinan kemampuan diri, sikap positif yang dimiliki oleh seseorang tentang dirinya. Dimana individu mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dikerjakan ; (2) optimis, cara pandang seseorang yang selalu positif dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuan yang dimiliki; (3) objektif, kemampuan seseorang yang memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran yang dikehendakinya; (4) bertanggung jawab, kesediaan seseorang untuk menanggung permasalahan yang terjadi akibat tindakan yang telah dilakukan; (5) rasional dan realistis, sikap analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang masuk akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Syam A., & Amri tahun 2017 , diketahui 15.38% mahasiswa mempunyai kepercayaan diri kurang, 75% mahasiswa mempunyai kepercayaan diri cukup, 9.62% mahasiswa mempunyai kepercayaan diri tinggi. Sementara itu, jika dilihat dari nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 113,17 apabila dimasukkan dalam kategori di atas, mahasiswa mempunyai kepercayaan diri pada interval 100 - 129 dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa berada pada rata-rata atau tidak rendah dan tidak tinggi sehingga masih perlu untuk ditingkatkan lagi.

Begitu banyaknya permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa membuat mahasiswa perlu mempunyai kepercayaan diri. Dengan mempunyai kepercayaan diri, mahasiswa akan mudah berinteraksi dengan mahasiswa lainnya, mampu mengeluarkan pendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir postif dalam pengambilan keputusan (Syam A., &Amri, 2017). Kepercayaan diri membantu mahasiswa dalam mengaktualisasikan diri. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Iswidharmanjaya & Agung (2005), yang mengatakan dengan kepercayaan diri yang cukup, mahasiswa akan dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan mantap. Hal ini didukung oleh penelitian dari Elfiky (2015), yang mengungkapkan bahwa rasa percaya diri penting untuk dimiliki oleh mahasiswa karena akan memberikan kekuatan yang mendorong mahasiswa untuk maju dan berkembang serta selalu memperbaiki diri guna menjadi lebih baik.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zahara (2018), yang mengatakan bahwa mahasiswa yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah akan kesulitan dalam mewujudkan dan mengembangkan potensi dirinya. Dengan rasa percaya diri yang rendah, mahasiswa akan kesulitan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang baru, tidak mempunyai pegangan hidup yang kuat dan kurang mampu mengembangkan motivasinya. Sebaliknya mahasiswa yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan sanggup belajar dan bekerja keras guna mencapai kemajuan serta penuh keyakinan terhadap peran yang dijalaninya.

Menurut Santrock (2003) faktor- faktor yang dapat mendukung terwujudnya kepercayaan diri, yang pertama yaitu penampilan fisik, sejumlah peneliti telah menemukan penampilan fisik merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri remaja. Yang kedua yaitu konsep diri, pada salah satu penelitian baru-baru ini dikemukan konsep diri remaja yang berhubungan dengan ketertarikan fisik merupakan faktor terkuat untuk meramalkan rasa percaya diri secara keseluruhan dari remaja. Yang ketiga hubungan dengan orang tua, Santrock menyatakan faktor-faktor seperti ekspresi rasa kasih sayang dan memberi kebebasan kepada anak-anak dengan batas tertentu terbukti sebagai faktor penentu yang penting bagi rasa percaya diri remaja. Dan yang keempat hubungan teman sebaya, penilaian teman sebaya memiliki derajat yang tinggi pada anak-anak yang lebih tua dan remaja.

Menurut Santrock (2003), penampilan fisik merupakan faktor yang memiliki pengaruh besar terhadap kepercayaan diri. Hal ini didukung oleh penelitian dari Fitri, Nilma & Ifdil (2018), yang mengatakan terdapat fenomena yang mengindikasikan remaja kurang percaya diri, beberapa orang remaja merasa mempunyai ukuran badan terlalu besar, tinggi badan tidak sesuai dengan diharapkan, merasa dirinya kurang menarik, dan ada remaja yang senang menyendiri karena merasa dirinya tidak sebanding dengan temannya.

Disisi lain, penelitian dari Sudardjo (2003), menunjukan adanya perbedaan kepercayaan diri antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan, dimana mahasiswa perempuan memiliki kepercayaan diri yang rendah dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki. Hal ini menjadi dasar pemilihan subjek pada penelitian ini.

Penelitian dari Pusparini, Refdanita, Maigoda, & Briawan (2013), menyatakan remaja putri memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya saat ini, atau bagian-bagian tubuh tertentu seperti kaki dan pinggul yang belum sesuai keinginan. Hal ini sering membuat remaja putri menjadi tidak percaya diri. Penelitian dari Kurniawan, Briawan & Caraka (2015), menemukan bahwa remaja menentukan bentuk tubuhnya berdasarkan karakterisitik atau kehidupan masyarakat modern, hal ini menimbulkan kekhawatiran yang menggangu pikiran dan perasaan terkait tentang penampilan fisik.

Kekhawatiran terkait penampilan fisik yang dialami oleh remaja secara berlebihan tidak jarang menjadikan mereka mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD). Menurut Ajzen (2005), Kecenderungan adalah kondisi dimana individu mempertahankan konsistensi di antara keyakinan, perasaan dan perilaku dari individu tersebut. Sementara itu Phillips (2009), mendefiniskan *body dysmorphic disorder* adalah gangguan ketika individu berlarut memikirkan tentang penampilan diri sendiri yang dinilai kurang. Individu akan merasakan kekhawatiran berlebihan,ketika individu merasa ada kelainan dalam penampilan fisik. Hal tersebut menyebabkan tekanan klinis signifikan atau penurunan fungsi sosial, pekerjaan, atau fungsi penting lainnya. *Body dysmorphic disorder* jugadapat diartikan sebagai suatu kecenderunganuntuk memiliki obsesi terhadap kekurangan fisikyang terimajinasi pada penampilan atau perhatianyang sangat berlebihan terhadap kekuranganyang dimilikinya yang sebenarnya tidak begituberarti (Nourmalita, 2016). Orang-orang yang memiliki *body dysmorphic disorder*merupakan seseorang yang selalu merasa memiliki kekurangan terhadap tubuhnya, dan menekankan diri hanya terhadap kekurangan fisik yang dimilikinya

Rosen & Reiter (1996) mengungkapkan bahwa gejala-gejala BDD meliputi penilaian negatif terhadap penampilan, perasaan malu terhadap penampilan, kepentingan berlebihan yang diberikan pada penampilan dalam evaluasi diri, menghindari aktivitas sosial, kamuflase tubuh dan *body checking*. Ada beberapa karakteristik yang muncul ketika seseorang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*, seperti rendahnya harga diri dan konsep diri negatif, menghabiskan 1 sampai 3 jam setiap hari untuk memperbaiki penampilannya, menghindari situasi sosial dan penurunan fungsi sosial, disertai dengan adanya simtom depresi (Oktaviana, 2013).

Masalah penampilan menjadi hal yang penting bagi mahasiswi untuk mengembangkan citra individu mengenai gambaran tubuhnya sehingga berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswi tersebut.Seperti yang diungkapkan oleh Santrock (2003), bahwa penampilan fisik merupakan faktor yang memiliki pengaruh besar terhadap kepercayaan diri. Menurut penelitian Nourmalita (2016), saat ini mahasiswi sering mengalami permasalahan terkait penampilan fisik. Cara pandang mahasiswi terhadap tubuhnya sendiri dipengaruhi oleh pertumbuhan fisiknya yang masih tengah berubah dan berkembang. Pada umumnya mahasiswi kurang puas dengan keadaan tubuhnya dan memiliki lebih banyak citra tubuh negatif dibandingkan dengan mahasiswa selama masa perkembangan (Santrock, 2003). Mahasiswi banyak menunjukkan ketidakpuasan mereka terhadap tubuh, hal ini dipengaruhi oleh bayangan atau citra tubuh ideal yang diajarkan oleh kebudayaan atau lingkungan mereka (Nourmalita, 2016).

Penelitian dari Nurlita (2016) menegaskan bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh *body dysmorphic disorder*. Individu yang mempunyai kecenderungan *body dysmorphic disorder* menekankan pikiran terkait pentingnya daya tarik fisik. Dengan logika ini, penekanan yang tidak proporsional terhadap daya tarik fisik membawa individu tersebut untuk menilai diri mereka negatif. Hal ini akan membuat mereka mengalami rendah diri, kecemasan, malu, mengalami kesedihan dan tidak percaya diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Phillips (2001) yang menyatakan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder*diartikan sebagai kebiasaan yang terobsesi pada kekurangan yang ada ditubuhnya, sehingga individu selalu memikirkan akan penampilannya seperti ketika ada sedikit keanehan fisik, ataupun pada saat orang lain memperhatikan penampilannya secara berlebihan. Kencederungan perilaku BDD ini mempengaruhi pikiran,perasaan, perilaku dan hubungan sosial sehingga menyebabkan individu menjadi tidak percaya diri ketika berada di lingkungan sosial.

Seseorang yang mengalami gejala kecenderungan *body dysmorphic disorder* akan cenderung selalu memperbaiki penampilannya saat berada padalingkungan sosialnya. Usaha yang dilakukan seorang yang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder* yaitu berusaha untuk berdandan demi mempercantik penampilannya, melakukan program diet untuk memperbaiki bentuk tubuhnya,melakukan olahraga yang terlalu di forsir, atau bahkan melakukan upaya merubah bentuk tubuhnya seperti melakukan operasi kecantikan.Seseorang yang menderita kecenderungan *body dysmorphic disorder*akan selalu memikirkan penampilan mereka secara berulang-ulang, dan membutuhkan banyak waktu untuk memeriksa penampilan di depan cermin.Kebiasaan terobsesi pada bentuk tubuh yang negatif menyebabkan individu menjadi tidak percaya diri pada saat individu berada di kehidupan sosialnya, pekerjaan, atau pada kondisi tertentu.

Berdasarkan pemaparan diatas, Rumusan masalah penelitian ini adalah mengetahui apakah ada hubungan antara kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Mercu Buana Yogyakarta ?

**METODE PENELITIAN**

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 107 Mahasiswi Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang berusia 18-21 tahun. S

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Likert, yaitu skala yang dalam menjawab pernyataan-pernyataan subjek diminta untuk menyatakan kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap isi pernyataan (Azwar, 2015). Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu Skala Kepercayaan Diri (Sugiyanto, N.H.K. 2019) dan Skala Kecenderungan *Body Dismorphic Disorder*(Tandy & Sukamto dalam Malida, D.M. 2019).

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis korelasi product moment yang dikembangkan oleh Pearson untuk menguji hubungan antara kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* dengan Kepercayaan Diri. Peneliti menggunakan teknik analisis ini karena analisis korelasi product moment sesuai untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antara 2 variabel dengan jenis data interval (Sugiyono, 2016). Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program analisis SPSS(*Statistical Package for the Social Sciences*) versi 22.0 *for window*

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diperoleh koefisien korelasi (rxy) = -0,475 dan p = 0,000 (p < 0,010). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kecenderungan BDD dengan kepercayaan diri. Hal tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti yaitu semakin tinggi kecenderungan BDD maka semakin rendah kepercayaan diri, dan sebaliknya semakin rendah kecenderungan BDD maka semakin tinggi kepercayaan diri pada mahasiswi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Korelasi negatif antara kecenderungan BDD dengan kepercayaan diri dalam penelitian ini sesuai dengan pendapat dari Rosen & Reiter (1996), yang menyatakan bahwa individu yang mengalami *body dysmorphic disorder* seringkali menghindari aktivitas sosial. Mahasiswi yang merasa mempunyai penampilan diri yang berbeda membuat mahasiswi merasa rendah diri. Hal ini disebabkan karena mahasiswi berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui kelompok (Hurlock, 2003). Hal tersebut membuat mahasiswi menjadi tidak percaya diri karena adanya ketakutan akan kegagalan dan kritik dari teman-temannya, sehingga mahasiswi cenderung untuk menghindari resiko yang akan menimpanya (Fatimah, 2010). Sebaliknya, mahasiswi yang memiliki kepuasan pada tubuh yang dimiliki, akan merasa percaya diri ketika berhadapan dengan orang lain. Mahasiswi akan merasa nyaman ketika beraktivitas dengan orang lain karena mahasiswi yang percaya diri yakin bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan melakukan sesuatu (Angelis, D.B 2003).

Berdasarkan hasil penelitian, didapat kategorisasi Skala Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* didapat hasil yang menunjukkan bahwa 20,6% (22 subjek) berada dalam kategori tinggi, 69,2% (74 subjek) berada dalam kategori sedang dan 10,3% (11 subjek) berada dalam kategori rendah. Hasil penelitian ini menunjukan kecenderungan *body dysmorphic mahasiswi* berada pada kategori sedang, hal ini dapat disebabkan karena mahasiswi sebagai kaum terpelajar lebih mengedepankan pendidikan dibandingkan dengan penampilan diri. Bagi mahasiswi pendidikan mempunyai fungsi untuk pengembangan, penyesuaian dan fungsi integratif yang berguna untuk mengembangkan potensi atau keunikan yang dimiliki (Yusuf & Nurihsan, 2005). Untuk hasil kategorisasi Skala Kepercayaan Diri menunjukkan bahwa terdapat 58,9% (63 subjek) berada dalam kategori tinggi, dan sisanya 41,1% (44 subjek) berada pada kategori sedang. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa kepercayaan diri mahasiswi berada pada kategori tinggi. Hal ini disebabkan karena di tingkat Perguruan Tinggi mahasiswi dididik pada situasi belajar yang menuntut mahasiswi lebih mandiri, aktif, dan berinisiatif sehingga mampu meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswi (Siska, Sudardjo, & Esti 2003). Hal ini didukung oleh pendapat dari Lauster (dalam Siska, Sudardjo, & Esti 2003), yang mengemukakan rasa percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan (bawaan) melainkan diperoleh dari pengalaman hidup, serta dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan.Dari hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa semakin rendah kecenderungan BDD maka kepercayaan diri pada mahasiswi akan semakin tinggi.

Hasil analisis data menunjukkan koefisien determinasi atau (R2)sebesar 0,225 yang menunjukkan bahwa sumbangan efektif kecenderungan BDD terhadap kepercayaan diri sebesar 22,5%, sementara sisanya 77,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti, konsep diri, hubungan dengan orang tua dan hubungan dengan teman sebaya. Konsep diri merupakan salah satu faktor yang dapat untuk meramalkan rasa percaya diri secara keseluruhan dari individu (Lord & Eccles dalam Santrock, 2003).

Faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah hubungan dengan orang tua. Hubungan dengan orang tua berkaitan dengan ekspresi rasa kasih sayang, perhatian terhadap masalah yang dihadapi oleh anak, keharmonisan dirumah, partisipasi dalam aktivitas bersama keluarga, kesediaan untuk memberikan pertolongan yang kompeten dan terarah kepada anak ketika mereka membutuhkannya, menetapkan peraturan yang jelas dan adil, mematuhi peraturan-peraturan tersebut, memberikan kebebasan pada anak dengan batas-batas yang telah ditentukan. Hal tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri anak (Coopersmith dalam Santrock, 2003).

Selain hubungan dengan orang tua, terdapat faktor lain yang juga mempengaruhi kepercayaan diri yaitu hubungan dengan teman sebaya. Suatu penelitian menunjukkan bahwa dukungan dari teman sebaya lebih berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri pada individu pada masa remaja awal daripada anak-anak, meskipun dukungan orangtua juga merupakan faktor yang penting (Santrock, 2003). Dukungan teman sebaya merupakan faktor yang lebih penting dibandingkan dengan dukungan orang tua dimasa remaja akhir.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan terdapat hubungan yang negatif antara kecenderungan *body dismorphic disorder* dengan kepercayaan diri pada mahasiswi. Artinya semakin tinggi kecenderungan *body dismorphic disorder* pada mahasiswi maka semakin rendah kepercayaan diri pada mahasiswi. sebaliknya, semakin rendah kecenderungan *body dismorphic disorder*, maka semakin tinggi kepercayaan diri pada mahasiswi.

**DAFTAR PUSTAKA**

Ajzen,I.(2005).Attitudes,Personality,and Behavior.2nd Edition.New York: Open University Press

Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi Dua*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Elfiky, I. (2015). *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta: Zaman

Fitri E., Nilma Z., & Ifdil. ( 2018). Profil kepercayaan diri remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*. 4 (1)

Ghufron, M.N., & Rini, R.S. (2012). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media

Hurlock E.B. (2003). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayati & Soedjarwo. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga

Iswidharmanjaya & Agung. (2005). *Satu hari menjadi lebih percaya diri*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.

Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono, S.R. (2006). *Psikologi Perkembangan*: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Nourmalita, M. (2016). Pengaruh citra tubuh terhadap gejala body dismorphic disorder yang dimediasi harga diri pada remaja putri, 19–20.

Oktaviana, R. (2013). Hubungan antara selfesteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada siswa YPAC Palembang. *Jurnal IlmiahPSYCHE*. 7 (2)

Phillips, K. (2009). *Understanding Body Dysmorphic Disorder.* New yorks: Oxford University Press

Pusparini, Refdanita, Maigoda T., & Briawan D. (2013). Studi kualitatif persepsi citra tubuh remaja yang kurus dan gemuk serta upaya untuk mencapai tubuh ideal pada siswi SMA Negeri 1 kota Bogor. *Jurnal Kesehatan*. 6 (1)

Ramdhanu C.A, Sunarya & Nurhudaya. ( 2019). Faktor – faktor yang mempengaruhi identitas diri. 3 (1)

Rosen J., & Reiter J.C. (1996). Cognitif-behavioral body image therapy for body dysmorphic disorder. *Journal in department of psychology*. University of VermountSiska, Sudardjo & Esti, H.P. (2003). Kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. 2

Santrock, J.W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga

Sarwono, S.W. (2006). *Psikologi Remaja*. Jakarta: RajaGrafindo

Sudardjo, S., & Esti, H.P. (2003). Kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. 6

Sugiyanto, N.H.K. (2019). *Hubungan antara kepercayaan diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Sugiyono, (2016). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh kepercayaan diri (self-confidence) berbasis kaderisasi imm terhadap prestasi belajar mahasiswa (studi kasus di program studi pendidikan biologi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Biotek*,5(1).

Yunnanto & Dewi. (2015). Hubungan antara konsep diri dengan komunikasi interpersonal pada mahasiswa fip UNESA. *Jurnal Psikologi*. 3 (2).

Zahara, F. (2018). Hubungan antara kepercayaan diri dengan interaksi sosial pada mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. *Kognisi Jurnal*. 2 (2)