

## ***Self-Confidence* Pada Mahasiswa Yang Mengalami *Body Shaming***

Aisyah Nurfitriani, Siti A Azzahra, Wahyuning T Permatasari, Zahra D Febrianti

Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

### **Abstrak**

*Body shaming* adalah tindakan mengejek atau memberikan komentar negative pada bentuk tubuh seseorang. *Body shaming* seolah-olah menjadi suatu hal yang sudah biasa. Akibat dari *body shaming* membuat korban lebih menutup diri sehingga menurunnya rasa *self-confidence*. Tujuan penelitian ini bermaksud untuk menggambarkan fenomena *body shaming* dengan melibatkan sejumlah 133 mahasiswa dengan karakteristik korban *body shaming*. Instrumen yang digunakan untuk mendapatkan data penelitian adalah skala *self-confidence*. Metode data penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik statistik deskriptif. Hasil analisis mendapatkan bahwa tidak ada perbedaan *self-confidence* pada mahasiswa laki-laki dan perempuan, maka dengan demikian *self-confidence* laki-laki dan perempuan di dalam fenomena *body shaming* berada pada taraf yang sama. Penelitian ini hanya meneliti *self-confidence* pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya tetapi tidak mencakup Universitas yang lainnya.

**Kata kunci :** *Body shaming*, mahasiswa, *self-confidence*

### **PENDAHULUAN**

*Body shaming* merupakan sebutan untuk seseorang yang mengomentari bentuk tubuh orang lain (Priyanto & Rismajayanthi, 2019). *Body Shaming* juga dapat diartikan sebagai konsep yang memperlihatkan kesadaran diri dan memberi respon negatif kepada diri sendiri (Rahmawati & Zuhdi, 2022). Perlakuan *body shaming* dengan mengejek bentuk tubuh seseorang seakan-akan sudah menjadi hal yang lumrah, sementara itu tindakan tersebut sangat berdampak negatif kepada korban, dampak tersebut menjadikan korban menilai buruk terhadap dirinya sendiri yang menjadikan menurunnya rasa percaya diri atau *self-confidence*.

Rasa percaya diri atau *self-confidence* secara sederhana merupakan suatu kemampuan untuk kesanggupan diri dalam mencapai prestasi tertentu. Maka, salah satu langkah pertama dan utama dalam membangun *self-confidence* dengan memahami serta meyakini bahwa setiap manusia mempunyai kelebihan dan kekurangan masing-masing. *self-confidence* merupakan hal yang sangat penting yang seharusnya setiap orang mempunyai rasa percaya diri, karena adanya *self-confidence* seorang individu dapat mampu meraih segala kebutuhan dalam hidupnya (Rindiasari et al., 2021). Usia mahasiswa merupakan masa transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gani & Jalal (2021) diketahui bahwa remaja seringkali menganggap dirinya pernah mengalami *body shaming*, khususnya 17,9% remaja percaya bahwa mereka sering menerima perlakuan *body shaming* dari orang lain, sedangkan 75% menyatakan kadang-kadang menerima perlakuan *body shaming*. Perlakuan *body shaming* dinilai paling banyak dilakukan oleh teman-temannya, dengan persentase 67,5%. Perlakuan *body shaming* paling banyak terjadi kepada remaja yang memiliki berat badan berlebih atau obesitas yaitu sebesar 57,1%. Pengalaman tersebut menyebabkan 42,9% remaja memiliki pikiran untuk melawan, tetapi 57,1% remaja memilih untuk tetap diam. Dari pemikiran para remaja tersebut menyebabkan 64,3% remaja memilih untuk tetap diam dan menutup diri. 39,3% remaja menjadi lebih tidak percaya diri, dan 21,4% menarik diri dari lingkungan.

#### **TELAAH PUSTAKA**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Fatmawati et al. (2021) dengan judul Hubungan *Body Shaming* Terhadap Keadaan *Self-confidence* Remaja, diperoleh hasil adanya hubungan yang signifikan antara *body shaming* terhadap *self-confidence*, bahwa *body shaming* berdampak negatif terhadap korban, salah satunya bisa berpengaruh pada kondisi mental korban, menjadikan

korban menilai buruk terhadap dirinya sendiri sehingga korban akan kehilangan kepercayaan diri dalam bersosialisasi di lingkungannya (Fatmawati et al., 2021). Berikutnya, hasil penelitian yang dilakukan Rahmawati & Zuhdi (2022) yang berjudul Pengaruh *Body Shaming* Terhadap kepercayaan diri mahasiswa di Universitas Ali Sayyid Rahmatullah Tulungagung, memperoleh hasil yang sama dengan penelitian sebelumnya. dimana para responden yang mengalami tindakan *body shaming* merasa malu dan tidak percaya diri dengan teman-temannya yang lain. Dikarenakan korban merasa tidak memenuhi tolak ukur masyarakat mengenai postur tubuh. Hal tersebut membuat para korban merasa tertekan dan menilai dirinya buruk sehingga melakukan perubahan pada dirinya sendiri. Namun, meski sudah melakukan perubahan korban tetap mendapatkan komentar yang sensitif mengenai tubuhnya (Rahmawati & Zuhdi, 2022).

Selanjutnya pada penelitian yang dilakukan oleh Setyoningrum (2022) membuktikan bahwa Mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo Ungaran, diketahui bahwa dari 96 remaja yang mendapatkan perlakuan *body shaming* memiliki harga diri yang rendah sebanyak 53 remaja. Para mahasiswa merasa harga dirinya rendah dikarenakan adanya evaluasi negatif dari lingkungan sekitar kepada dirinya sehingga menyebabkan ia merasa memiliki harga diri yang rendah. Lalu menurut hasil penelitian Yulianti & Ningsih (2022) dengan judul Hubungan Pengetahuan dan Pengalaman *Body Shaming* dengan citra Diri Mahasiswa memperoleh hasil penelitian dari responden atau Mahasiswa STIKES panti Kosala yang memiliki pengetahuan mengenai *body shaming* cukup tinggi, namun tidak sedikit juga mahasiswa yang mengalami *body shaming*. Mahasiswa yang mengetahui mengenai *body shaming* mencapai 192 responden, dan ada nya 175 Mahasiswa yang menjadi korban *body shaming*. Responden tersebut pernah mengalami *body shaming* berbentuk ejekan tubuhnya yang terlalu gemuk atau kurus, warna kulit yang hitam dan bagian tubuh lainnya yang tidak sesuai ideal. *Body Shaming* berhubungan dengan citra tubuh mengenai tubuh yang ideal di mata masyarakat.

Citra tubuh seseorang sebagian besar dipengaruhi oleh penilaian orang lain terhadap dirinya. Hal tersebut menjadikan korban yang pernah mengalami *body shaming* merasa memiliki citra diri yang rendah. Dari hasil yang didapat pada penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa tidak adanya korelasi antara tingginya tingkat pengetahuan tentang *body shaming* dengan citra diri responden. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2019) dapat disimpulkan bahwa seseorang yang mengalami *body shaming* di instagram paling banyak di kolom komentar dan paling rendah di siaran langsung. 232 responden yang mengalami *body shaming* diejek karena berbadan gemuk (*fat shaming*), 207 responden mengalami ejekan karena penuaan dini pada dirinya, dan 199 responden mengalami ejekan karena ia memiliki tubuh yang pendek. Namun dalam variabel *self-confidence*, 341 responden sebagian besar menjawab setuju untuk mencintai diri sendiri dan mensyukuri kondisi fisik yang Tuhan berikan mereka tidak berfikir bahwa seseorang yang melakukan *body shaming* terhadap dirinya merasa senang.

Setelah mengetahui lima penelitian tersebut maka yang membedakan penelitian ini yaitu terletak pada subjek penelitiannya. Subjek penelitian ditujukan kepada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang pernah mengalami *body shaming*. Dan untuk metode pada penelitian ini digunakan metode deskriptif, yaitu metode yang digunakan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan objek penelitian melalui data-data yang diperoleh.

*Self-confidence* merupakan ciri kepribadian yang dapat diartikan sebagai keyakinan terhadap diri sendiri. *Self-confidence* merupakan suatu keyakinan dan sikap individu terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan berusaha menerima dirinya sendiri secara apa adanya baik positif maupun negatif yang sudah dibentuk serta dipelajari dengan menggunakan proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan diri individu tersebut (Haryati et al., 2021). Rasa percaya diri atau *self-confidence* juga dapat didefinisikan sebagai sesuatu yang urgent untuk dimiliki oleh seseorang, kepercayaan diri dibutuhkan baik untuk individual

ataupun kelompok. Maka sangat disayangkan apabila seseorang kurang kepercayaan diri, seseorang selalu berpikiran negatif terhadap dirinya sendiri sendiri. Untuk dapat menumbuhkan *self-confidence* yang profesional maka seseorang harus memulainya dengan dirinya sendiri (Rindiasari et al., 2021). Individu yang mempunyai gangguan kepercayaan diri cenderung mengalami kesulitan dalam menyelesaikan permasalahan dalam hidupnya. Karena *self-confidence* merupakan variabel yang dapat mempengaruhi beberapa aspek dalam kehidupan individu, seperti memilih tujuan, pengambilan sebuah keputusan dan sebagai modal bagi individu untuk dapat menyelesaikan masalah yang sedang dialami. Termasuk masalah menjadi korban *body shaming*, dengan kata lain pengambilan keputusan, proses kognitif, motivasi, emosi adalah hasil dari kepercayaan diri individu tersebut (Fatmawati et al., 2021). Berdasarkan pengertian yang sudah dideskripsikan dari tiga jurnal mengenai *self-confidence*, maka dapat disimpulkan bahwa *self-confidence* merupakan sebuah keyakinan terhadap kemampuan seseorang untuk berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk mendapatkan hasil yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Seseorang yang mempunyai kepercayaan diri maka akan mempunyai sikap yang positif atau baik terhadap dirinya sendirinya.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa/i korban *body shaming*. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa/i yang berkuliah di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Yang memiliki karakteristik pernah menjadi korban *body shaming*. Responden dipilih dengan convenience sampling. Jumlah sampel penelitian sebanyak 100 responden.

## **METODE PENELITIAN**

Skala pengukuran *self-confidence* menggunakan skala ukur kepercayaan diri (*Self-confidence Scale*) Lauster yang diadaptasi oleh Zahra (2021) terdiri dari

lima aspek kepercayaan diri yaitu, kemampuan diri, interaksi sosial, konsep diri, dan berani mengungkapkan diri.

Cara dalam pemberian skor untuk menjawab variabel *self-confidence* (kepercayaan diri) menggunakan skala likert dari pernyataan positif atau pernyataan negatif. Kemudian jawaban setiap item dalam skala likert ini terdiri dari 5 kategori dimana setiap item mempunyai bobot yang berbeda-beda sesuai dengan jawaban responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini dilakukan pengumpulan data dengan metode menyebarkan kuesioner di media sosial. Kuesioner tersebut berisikan 20 pernyataan mengenai *self-confidence*. Responden yang telah mengisi kuesioner tersebut sebanyak 133 responden yang merupakan mahasiswa yang mengalami korban *body shaming*. Setelah data terpenuhi, kemudian data tersebut dianalisis menggunakan software JASP. Hal ini bertujuan untuk dapat melihat gambaran tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami korban *body shaming*. Berikut ini adalah hasil dari analisis data:

**Tabel 1. Descriptive Statistics**

	Score
Valid	134
Missing	0
Mean	53.321
Std. Deviation	7.847
Minimum	26
Maximum	80

*Sumber. Hasil Analisis*

Dalam penelitian ini menggunakan skala *self-confidence* yang terdiri dari 20 aitem valid dengan skor tertinggi 4 dan skor terendah 1. Sehingga *self-confidence* dapat dikategorikan sebagai berikut skor maksimum sebesar 80 (tinggi), skor minimum sebesar 26 (rendah), dan skor median sebesar 50 (sedang) dengan mean sebesar 53, 321. Sehingga termasuk dalam kategorisasi sedang.

**Tabel 2. Group Descriptives**

Group	N	Mean	SD	SE	Coefficient of Variation
Laki-Laki	33	55.455	9.391	1.635	0.169
Perempuan	100	52.630	7.225	0.722	0.137

*Sumber. Hasil Analisis*

Pada tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa jenis kelamin dari 133 subjek mahasiswa korban *body shaming* di Unversitas Bhayangkara Jakarta Raya, responden berjenis kelamin laki-laki berjumlah 33 orang atau sebesar 24,8% sedangkan responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 100 orang atau sebesar 75,1%.

**Tabel 3. Descriptives – Self-confidance**

Ukuran Badan	Mean	SD	N
Gemuk	54.455	7.676	22
Kurus	51.895	6.480	19
Sangat Gemuk	52.000	4.243	2
Sangat Kurus	58.000	2.828	2
Sedang	53.270	8.295	89

*Sumber. Hasil Analisis*

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa jumlah keseluruhan subjek pada variabel gemuk, kurus, sangat gemuk, sangat kurus, dan sedang adalah 133

subjek, pada variabel gemuk memiliki nilai mean 54,455 dan memiliki standart deviasi 7,676, total subjek yang memilih gemuk berjumlah 22. Untuk variabel kurus memiliki mean 51,895 dan standart deviasi 6,480, total subjek yang memilih kurus berjumlah 19. Untuk variabel sangat gemuk memiliki mean 52,000 dan standart deviasi 4,243, total subjek yang memilih sangat gemuk berjumlah 2. Untuk sangat kurus memiliki mean 58,000 dan standart deviasi 2,828, total subjek yang memilih sangat kurus berjumlah 2. Untuk variabel sedang memiliki mean 53,270 dan standart deviasi 8,295, total subjek yang memilih sedang berjumlah 89.

### Kategorisasi

*Self-confidence* menggunakan skala *self-confidence* yang terdiri dari 20 aitem valid dengan skor tertinggi adalah 4 dan skor terendah adalah 1. variabel *self-confidence* dapat di kategorisasikan berdasarkan perhitungan dibawah ini:

$$\begin{aligned}
 \text{Skor maksimum} &= \text{Skor tertinggi} \times \text{Sisa aitem valid} \\
 &= 4 \times 20 \\
 &= 80 \\
 \text{Skor minimum} &= \text{Skor terendah} \times \text{Sisa aitem valid} \\
 &= 1 \times 20 \\
 &= 20 \\
 \text{Mean Hipotetik (M)} &= \frac{\text{Skor maksimum} + \text{Skor minimum}}{2} \\
 &= \frac{80 + 20}{2} \\
 &= 50 \\
 \text{Rentang Hipotetik (RH)} &= \text{Skor maximum} - \text{Skor minimum} \\
 &= 80 - 20 \\
 &= 60 \\
 \text{Standar Deviasi Hipotetik} &= \frac{\text{RH}}{2}
 \end{aligned}$$



$$6$$

$$= \frac{60}{6}$$

$$= 10$$

Berikut merupakan penentuan kategorisasi skor *self-confidence* :

$$\text{Rendah} = X < \frac{M + \text{minimum}}{2}$$

$$= X < \frac{50 + 20}{2}$$

$$= X < 35$$

$$\text{Sedang} = \frac{M - \text{minimum}}{2} < X < \frac{M - \text{maksimum}}{2}$$

$$= 35 < X < 65$$

$$\text{Tinggi} = X > \frac{M + \text{maksimum}}{2}$$

$$= X > \frac{50 + 80}{2}$$

$$= X > 65$$

**Tabel 4. Kategorisasi – Self-confidence**

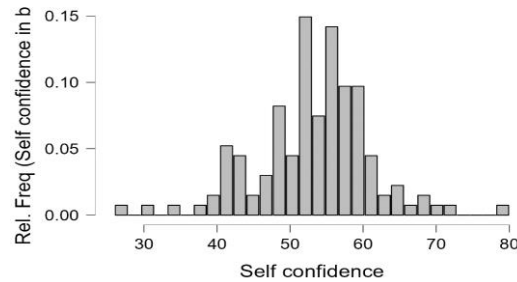
Kategori	Batas Interval	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	$X < 35$	3	2,2
Sedang	$35 < X < 65$	125	93,3
Tinggi	$X > 65$	6	4,5

*Sumber. Hasil Analisis*

Berdasarkan tabel 4 di atas, dapat disimpulkan bahwa total dari 134 responden terdapat 3 responden dengan persentase 2,2% memiliki *self-*

*confidence* dalam kategori rendah, kemudian 125 responden dengan presentasi 93,2% dalam kategori sedang, dan 6 responden dengan 4,4% dalam kategori tinggi. Dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori sedang.

**Gambar 1. Grafik Batang Self-confidence**



*Sumber. Hasil Analisis*

Berdasarkan gambar 1, skor dengan nilai 30 memiliki frekuensi 0.00. lalu skor dengan nilai 40 memiliki frekuensi 0.05. pada skor 50 memiliki frekuensi 0.15. skor 60 memiliki frekuensi 0.10. skor 70 dan 80 memiliki frekuensi yang sama, yaitu 0.00. dengan demikian skor nilai 50 memiliki frekuensi yang paling tinggi yang dimiliki dari total 133 responden.

#### **Uji Beda (uji t dan anova)**

Uji t digunakan untuk mengetahui apakah data terdistribusi dengan normal atau tidak. data dapat dikatakan normal jika nilai signifikansi nya menunjukkan lebih dari  $> 0,05$ .

**Tabel 5. Independent Samples T-test**

	<b>t</b>	<b>df</b>	<b>P</b>
Self-confidence	1.802	131	0.074

*Sumber. Hasil Analisis*

*Note. Student's t-test*

Berdasarkan hasil uji T-test yang dilakukan dengan menggunakan Student's T-test di dapatkan nilai signifikansi Independent Samples T-test untuk skala *self-confidence* menunjukkan pada angka 0.074. tabel pada diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) pada variabel *self-confidence* memiliki nilai signifikansi lebih dari 0.05 ( $p > 0.05$ ) maka dapat dikatakan bahwa hasil analisis didapatkan bahwa tidak ada perbedaan *self-confidence* pada mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Anova digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan memiliki hubungan yang linier atau tidak. hubungan antar kedua variabel dapat dikatakan linier apabila memiliki nilai signifikansi  $> 0.05$ .

**Tabel 6. ANOVA – Self-confidence**

Case	Sum of Squares	df	Mean Square	F	P
Ukuran Badan	114.429	4	28.607	0.457	0.767
Residuals	8074.772	129	62.595		

*Sumber. Hasil Analisis*

Berdasarkan hasil pada tabel 6 diatas, didapatkan nilai signifikan sebesar 0,767 pada nilai ukuran badan. Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0,05$  dan dapat dinyatakan bahwa hubungan kedua variabel pada penelitian ini tidak ada perbedaan antara *self-confidence* dengan ukuran badan.

### **Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *Self-confidence* Pada Mahasiswa di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang menjadi korban *body shaming*. *Body shaming* adalah pengalaman yang di alami individu ketika kekurangan di pandang sebagai sesuatu yang negatif oleh orang lain dari bentuk tubuhnya (Hidayat et al., 2019). *Body shaming* juga dapat diartikan sebagai istilah populer untuk jenis interaksi sosial negatif, yang sering terjadi di media sosial (Schlüter et al., 2021).

Pada uji kategorisasi pada skala *self-confidence* diperoleh hasil kategori sebanyak 2,2% mahasiswa memiliki tingkat *self-confidence* yang rendah, 93,3% mahasiswa memiliki tingkat *self-confidence* yang sedang, dan 4,5% memiliki tingkat *self-confidence* yang tinggi. Dapat disimpulkan dalam penelitian ini hasil kategorisasi mayoritas berada pada kategori sedang, yang dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya memiliki *self-confidence* dengan presentase sedang, yang dapat diartikan bahwa mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang menjadi korban *body shaming*, dan mereka terkadang yakin kepada kemampuan dirinya tetapi terkadang masih belum yakin pada kemampuan dirinya.

Berdasarkan uji beda anova didapatkan nilai signifikan sebesar 0,767 pada nilai ukuran badan. Hal ini menunjukkan bahwa ( $p > 0,05$ ). Hal ini dapat dikatakan bahwa variabel *self-confidence* dan variabel ukuran badan, diantara kedua variabel tersebut pada penelitian ini tidak ada perbedaan. Yang dapat diartikan bahwa ukuran badan tidak mempengaruhi *self-confidence*. Sebaliknya, ukuran badan mempengaruhi *self-confidence*. Hal ini menunjukkan hasil hipotesis yang menyatakan tidak adanya pengaruh ukuran badan dengan *self-confidence* pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya ( $H_a$ ) diterima dan ( $H_o$ ) ditolak.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya memiliki kepercayaan diri yang sedang, yang dapat diartikan bahwa mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya adalah korban dari *body shaming*. Dapat diartikan bahwa terkadang tidak adanya kepercayaan diri pada kemampuan yang ia miliki. Dari hasil penelitian yang kita peroleh ukuran badan tidak mempengaruhi *self-confidence* pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada sebelumnya maka dari itu kami para penulis menyadari ada banyak

keterbatasan dan kekeliruan yang ada pada penelitian ini. Namun dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa memberikan kontribusi yang bermanfaat. Bagi para mahasiswa dan pembaca lainnya untuk memperluas penelitian ini dengan mempertimbangkan variabel lainnya. Dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dimasa yang akan datang penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu sumber dan informasi yang lebih lengkap.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Fatmawati, Afrizawati, Miftahuddin, Suhaimi, Zatrahadi, M. F., Darmawati, D., & Nurjanah, A. S. (2021). Hubungan Body Shaming Terhadap Keadaan Self Confidence Remaja. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 13. <https://doi.org/10.24014/ittizaan.v4i1.13845>
- Gani, A. W., & Jalal, N. M. (2021). Persepsi Remaja Tentang Body Shaming. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 155–161.
- Haryati, A., Novianti, A., Cahyani, R., & Lesta. (2021). Peran Lingkungan Terhadap Rasa Percaya diri Mahasiswa yang Mengalami Body Shaming. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 3(2), 85–91. <https://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp%0Ahttps://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp/article/view/112/141>
- Hidayat, R., Malfasari, E., & Herniyanti, R. (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 79. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.79-86>
- Priyanto, I. M. D., & Rismajyanthi, N. G. A. A. P. (2019). Tinjauan Yuridis Terhadap Tindak Pidana Penghinaan Citra Tubuh ( Body Shaming ) Menurut Hukum Pidana Indonesia. *Journal Kertha Wicara*, 8(01), 1–16. [ojs.unud.ac.id](https://ojs.unud.ac.id)
- Rahayu, E. P. (2019). Dampak Penerimaan Pesan Berisi "Body Shaming" Terhadap

“Self Confidence” Remaja Perempuan di Media Sosial Instagram. *Commercium*, 02(01), 78–82.

Rahmawati, N., & Zuhdi, M. S. (2022). Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Di Universitas Ali Sayyid Rahmatullah Tulungagung. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 27–33. <https://doi.org/10.33369/consilia.5.1.27-33>

Rindiasari, P., Hidayat, W., & Yuliani, W. (2021). Uji Validitas Dan Reliabilitas Angket Kepercayaan Diri. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(5), 367. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i5.7257>

Schlüter, C., Kraag, G., & Schmidt, J. (2021). Body Shaming: an Exploratory Study on its Definition and Classification. *International Journal of Bullying Prevention*, November. <https://doi.org/10.1007/s42380-021-00109-3>

Setyoningrum, U. (2022). Gambaran Harga Diri Remaja Yang Mengalami Body Shaming. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(2), 259–262. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/PJ/article/view/1758/>

Yulianti, T. S., & Ningsih, E. D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Pengalaman Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 1–11. <https://doi.org/10.37831/kjik.v10i1.216>

Zahra, L. L. (2021). *Hubungan Self Confidence dan Employability Skill dengan prestasi kerja karyawan PT. Helmig's Prima Sejahtera Sidoarjo*. <http://digilib.uinsby.ac.id/47572/>