

HUBUNGAN PERLAKUAN *BODY SHAMING* DENGAN CITRA DIRI MAHASISWA

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY SHAMING BEHAVIOR AND STUDENTS SELF IMAGE

Dwi Sri Widiyani¹, Desinta Aditiya Rosanda¹, Tonny F. Cardella¹,
Maria V. Ayu Florensa², Mega Tri Anggraini Setia Ningsih³

¹Mahasiswa, Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan

²Dosen, Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan

³Clinical Educator, Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan

E-mail: Maria.florensa@uph.edu

ABSTRAK

Perlakuan *body shaming* adalah pengalaman tidak menyenangkan yang dialami individu ketika dipandang sebagai sesuatu yang negatif oleh orang lain dari bentuk tubuhnya. Dampak dari perlakuan *body shaming* dapat mengakibatkan korban menjadi minder dan kurang percaya diri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa. Metode penelitian ini yaitu kuantitatif deskriptif korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Mei 2020. Uji statistik yang digunakan adalah uji *somers'd*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner perlakuan *body shaming* dan kuesioner citra diri yang telah dilakukan uji VR dengan nilai *cronbach alpha* 0,795 untuk perlakuan *body shaming* dan 0,811 untuk citra diri. Sampel yang digunakan sebanyak 176 sampel yang dihitung menggunakan metode *purposive sampling*. Hasil analisa univariat menunjukkan 85,2% mahasiswa menerima perlakuan *body shaming* rendah dan 56,2% mahasiswa memiliki citra diri negatif, uji statistik didapatkan *p value* $0,015 < \alpha 0,05$ dengan nilai *somers'd* -0,257 berarti terdapat hubungan yang bermakna antara perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa dengan arah korelasi negatif. Saran bagi institusi pendidikan agar terus menanamkan nilai-nilai toleransi yang baik kepada mahasiswa dan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan perpustakaan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan.

Kata kunci: Citra diri, Mahasiswa, Perlakuan *Body Shaming*

ABSTRACT

*Body shaming is an unpleasant experience experienced by individuals when it is seen as something negative by others from their body shape. The impact of body shaming can result in victims becoming insecure and less confident. Research objective to determine the relationship between body shaming behavior and student self-image. Research method is quantitative descriptive correlational and cross sectional approach. This research was conducted in April-May 2020. The statistical test used was the Somersd test. Instrument used a body shaming questionnaire and a self-image questionnaire that had been tested by VR with a cronbach alpha value of 0.795 for body shaming treatment and 0.811 for self-image. Population was 176 samples which were counted using purposive sampling method. Results of univariate analysis showed that 85.2% of students received low body shaming treatment and 56.2% of students had a negative self-image, statistical tests obtained *p value* $0.015 < \alpha 0.05$ with somers'd value -0.257, which means that there is a significant relationship between treatments. body shaming with student self-image with negative correlation direction. Suggestions for educational institutions to continue to instill good tolerance values in students and this research are expected to become library reading materials in developing science in the health sector.*

Keywords: Self image, Student, Relationship of Body shaming

PENDAHULUAN

Perlakuan *body shaming* merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang

dialami seseorang ketika bentuk tubuhnya dipandang sebagai sesuatu yang negatif oleh orang lain (Dolezal, 2015). Perbuatan

tersebut dapat berdampak negatif bagi korban yang mengalaminya yang dapat mengakibatkan korban menjadi minder, kurang percaya diri dan merasa terkucilkan dari lingkungan, sehingga akan berpengaruh pada mental korban (Rachmah, 2018).

Banyak informasi yang dapat diakses tentang cara memperoleh bentuk tubuh yang ideal serta gaya hidup sehat, hal tersebut dapat dengan mudah diakses melalui media sosial atau internet sehingga muncul keinginan seseorang untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal. Bentuk tubuh ideal bagi seorang perempuan yaitu ketika memiliki tubuh yang langsing, berlekuk dan sehat, sedangkan lelaki dikatakan ideal ketika mempunyai tubuh yang ramping, berotot dan sehat (Strandbu & Kvalem, 2012). Media cetak dan elektronik tahun 2018 memberitakan bahwa pihak kepolisian Indonesia menerima 966 laporan *body shaming* dan sebanyak 374 kasus telah diselesaikan dengan baik melalui jalur hukum maupun mediasi.

Marhamah (2014) mengatakan bahwa *body shaming* berkaitan erat dengan citra diri yaitu bagaimana seseorang melihat dan memersepsikan dirinya saat ini baik disadari maupun tidak disadari, sehingga

timbul standar penampilan yang membuat seseorang merasa rendah ketika tidak dapat mencapainya. Penyebab citra diri negatif menurut Arif (2014) dikarenakan individu terlalu banyak menerima komentar negatif yang dapat menimbulkan emosi. Kritikan, ejekan, hukuman, kegagalan dan kekerasan dapat mempengaruhi citra diri sehingga mempengaruhi individu dalam menilai dirinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2019) tentang perlakuan *body shaming* dan citra diri mahasiswa terhadap 103 responden mengatakan perlakuan *body shaming* dapat mengakibatkan citra tubuh yang negatif, akibat rasa malu tersebut dapat membuat seseorang yang menerima perlakuan *body shaming* mengalami gangguan makan dan kurangnya penghargaan diri selain itu faktor utama citra diri negatif yaitu karena perkataan orang lain atau teman-temannya terlalu dimasukan kedalam perasaan sehingga penelitian ini mendapat hasil *p value* 0,036 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa.

Mahasiswa tingkat pertama dikategorikan sebagai usia remaja akhir, yaitu mereka yang berada dalam tahap transisi dari masa

anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam tubuhnya baik dari bentuk fisik maupun psikologisnya. Menurut Hegner (2003) individu dikatakan sebagai remaja ketika berada pada rentang usia 14 hingga 20 tahun yang ditandai dengan adanya keinginan yang berlawanan antara kemandirian dan rasa aman.

Studi pendahuluan terhadap 40 responden yang berusia 17-20 tahun dan merupakan mahasiswa yang masuk pada tahun 2019 yang berasal dari universitas negeri dan swasta yang berada di Bengkulu, Medan, Jakarta, Yogyakarta, dan Palembang tentang pengalaman *body shaming* didapatkan hasil 67,5% responden pernah mendapat julukan yang tidak menyenangkan dari lingkungan dan 87,5% responden ingin memiliki tubuh proporsional. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa tingkat pertama di sebuah universitas swasta, karena mahasiswa tahun pertama masih dalam proses beradaptasi dengan lingkungan, datang dari berbagai latar belakang yang berbeda dan juga harus tinggal di asrama jauh dari keluarga yang merupakan *support system* utama. Berdasarkan pengalaman yang peneliti dengar, banyak mahasiswa tahun pertama merasa minder atau malu karena pernah

mendapat kritikan tentang penampilan dirinya sehingga peneliti tertarik untuk melihat hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif korelasional guna memperoleh informasi mengenai hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi yang digunakan merupakan mahasiswa keperawatantahun pertama angkatan 2019 berjumlah 338 mahasiswa, dengan menggunakan teknik sampel *purposive sampling* kepada 176 responden.

Variabel yang digunakan bersifat hubungan, yaitu variabel independen mempengaruhi variabel dependen. Variabel independen yang dimaksud adalah *body shaming* yang dikorelasikan dengan variabel dependen yaitu citra diri.

Instrumen yang digunakan menggunakan kuesioner perlakuan *body shaming* terdiri dari 11 item pernyataan yang disusun berdasarkan bentuk-bentuk dan efek dari perlakuan *body shaming* menurut Fauzia (2019) dan Orr (2017). Instrumen menggunakan kuesioner penelitian berskala

likert dengan rentang empat poin dan masing-masing dengan skor tidak pernah (TP) 1, jarang (J) 2, kadang-kadang (KK) 3, selalu (S) 4, kuesioner disusun sendiri oleh peneliti dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 30 Maret 2020 terhadap 30 mahasiswa tingkat awal dengan hasil *Cronbach Alpha* 0,811. Instrumen citra diri disusun berdasarkan teori konsep diri yang dikemukakan oleh Stuart (2016). Peneliti mengembangkan kuesioner menjadi 10 pernyataan. Instrumen penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan rentang empat poin dan masing-masing ada skornya yaitu sangat tidak setuju (STS) 1, tidak setuju (TS) 2, setuju (S) 3, sangat setuju (SS) 4, kuesioner disusun sendiri oleh peneliti dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap 30 responden dengan hasil *Cronbach Alpha* 0,795.

Penelitian ini telah dinyatakan lolos kaji etik dari Komite Etik Penelitian Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan (No. 031/KEP-FON/III/2020). Peneliti mengolah data yang telah diperoleh secara statistik dengan tahapan menurut Lusiana (2015) antara lain *editing, coding, entry data* dan *cleaning*. Data yang diperoleh pada penelitian ini dianalisis menggunakan analisis uji *somers'd* karena hipotesis penelitian bersifat korelatif, skala variabel

kategorik ordinal serta terdapat variabel bebas dan variabel terkait (Dahlan, 2009).

HASIL

Bagian ini akan menjelaskan tentang karakteristik mahasiswa yang diteliti berdasarkan usia dan jenis kelamin, gambaran perlakuan *body shaming* dan citra diri mahasiswa, serta hubungan antarperlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dan Usia Responden (N=176)

Variabel	Jumlah(n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	41	23,3
Perempuan	135	76,7
Total	176	100
Usia		
18	79	44,9
19	54	30,7
20	43	24,4
Total	176	100

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar mahasiswa berjenis kelamin perempuan, dan usia terbanyak yaitu 18 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perlakuan *Body shaming* pada Mahasiswa (N=176)

Tingkatan Perlakuan <i>Body shaming</i>	Jumlah (n)	Persentase (%)
Rendah	150	85,2
Sedang	22	12,5
Tinggi	4	2,3
Total	176	100

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar mahasiswa menerima perlakuan *body*

shaming yang rendah (85,2%), namun perlakuan *body shaming* tinggi. sebesar 2,3% responden menerima

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Citra Diri pada Mahasiswa (N=176)

Tingkatan Citra Diri	Jumlah (n)	Persentase (%)
Positif	99	56,2
Negatif	77	43,8
Total	176	100

Tabel 4. Tabel Hubungan Perlakuan *Body shaming* dengan Citra Diri Mahasiswa (N=176).

<i>Body Shaming</i>	Citra Diri				Nilai Somers'd	<i>Approximate significance</i>
	Negatif		Positif			
	N	%	N	%	N	%
Rendah	60	40%	90	60%	150	100%
Sedang	13	59,1%	9	49,9%	23	100%
Tinggi	4	100%	0	0,0%	4	100%
Total	77	43,8%	99	56,2%	176	100%

Berdasarkan tabel 3 sebagian besar mahasiswa memiliki citra diri positif (56,2%), namun ada pula mahasiswa yang memiliki citra diri negatif (43,8%).

Berdasarkan tabel 4. dapat dijelaskan bahwa dari 43,8% mahasiswa yang memiliki citra diri negatif terdapat 100% mahasiswa mendapatkan perlakuan *body shaming* tinggi dan dari 56,2% mahasiswa yang memiliki citra diri positif terdapat 0,0% mahasiswa yang mengalami perlakuan *body shaming* tinggi dan 60% mahasiswa mengalami perlakuan *body shaming* rendah. Hasil uji somers'd dengan nilai *approximate significance* $0,015 < 0,05$ bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa.

PEMBAHASAN

Sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini mengalami perlakuan *body shaming* yang rendah. Hasil ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hidayat (2019) yang mana sebagian besar mahasiswa memiliki hasil mengalami perlakuan *body shaming* yang tinggi. Menurut Rachmah (2019) perlakuan *body shaming* merupakan tindakan mengomentari atau memberikan kritik negatif terhadap bentuk fisik seseorang. Hal ini sejalan dengan pendapat Eliasdottir (2016) yang mengatakan jika individu yang menerima perlakuan *body shaming* dapat menimbulkan efek yang negatif terhadap korban.

Menurut Fathi (2011) perilaku *body shaming* dapat membuat korban memiliki

rasa percaya diri yang rendah, merasa malu, marah, mudah tersinggung dan mengalami stress. Sejalan dengan penelitian Evans (2010) yang mengatakan jika seseorang mengalami *body shaming* secara terus menerus akan membuat dirinya menjadi depresi atas penderitaan yang dialami. Ketika individu terus mengalami *body shaming*, maka seseorang akan cenderung lebih mengikuti standar yang terjadi di masyarakat sehingga membuat peniadaan diri aslinya. *Body shaming* yang terjadi di remaja juga membuat penarikan diri dari lingkungan sosial yang membuat remaja malas untuk berinteraksi dengan orang lain, dan secara psikologis remaja akan menjadi lebih tertekan (Lestari, 2018). Dampak lain dari perlakuan *body shaming* adalah terjadinya penyakit fisik pada individu, semakin tinggi perlakuan *body shaming* maka semakin tinggi juga risiko penyakit fisik yang diterima (Eliasdottir, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian perlakuan *body shaming* dari 11 pernyataan, nilai terendah didapatkan oleh pernyataan no 3 “Saya tidak nyaman dikatakan sangat kurus”, sebagian besar responden menjawab tidak pernah maka dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa responden tidak terlalu memikirkan komentar negatif dari orang lain. Hasil ini sejalan dengan penelitian

yang dilakukan oleh Rahayu (2019) tentang dampak penerimaan perlakuan *body shaming* terhadap *self-confidence* yang mengatakan bahwa responden yang memiliki perlakuan *body shaming* rendah tidak terlalu memikirkan komentar negatif yang diberikan orang lain karena mensyukuri kondisi fisiknya.

Peneliti berpendapat bahwa perlakuan *body shaming* memiliki banyak dampak negatif pada korban, karena perlakuan *body shaming* merupakan emosi yang dapat terjadi ketika individu merasa apa yang dimilikinya saat ini tidak sesuai dengan yang diharapkan sehingga individu merasakan ketidakpuasan terhadap tubuhnya sendiri.

Sebagian besar mahasiswa memiliki citra diri positif namun masih ada mahasiswa yang memiliki citra diri negatif. Hasil ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hidayat (2019) mendapat hasil sebagian besar mahasiswa memiliki citra diri yang negatif. Citra diri adalah persepsi individu tentang dirinya terkait penampilan fisik serta perasaan terhadap bagian tubuhnya berdasarkan penilaian diri yang dipengaruhi oleh ukuran bentuk tubuh idealnya (Efendi, 2016). Citra diri merupakan sesuatu yang penting bagi

remaja, karena pada masa remaja individu akan memikirkan bagaimana cara untuk memiliki tubuh yang ideal sehingga dapat dipandang indah dan diterima oleh lingkungan (Bragina, 2015). Ada hubungan antara kepercayaan diri dan citra diri pada remaja, semakin tinggi tingkat kepercayaan diri maka semakin tinggi citra diri begitu juga sebaliknya (Ramadhani, 2014; Amma, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian kuesioner citra diri dari 10 pernyataan didapatkan nilai tertinggi pada pernyataan nomor 10 “Saya selalu memperhatikan penampilan saya”, respon yang didapatkan sebagian besar adalah setuju dan sangat setuju sehingga dapat disimpulkan bahwa responden memperhatikan penampilannya dan hal ini dapat meningkatkan kepercayaan diri responden.

Responden yang mempunyai citra diri positif cenderung memiliki sikap percaya diri dan mampu menguasai diri. Sedangkan responden yang memiliki citra diri negatif cenderung berfikir pesimis, bersikap pemalu dan menyendiri karena pengaruh kritikan dari orang lain.

Peneliti berpendapat bahwa mayoritas responden memiliki citra diri positif karena mayoritas dari mereka menjawab bahwa

mereka sudah puas dengan penampilannya dan juga mereka merasa tidak terlalu peduli dengan pendapat orang lain tentang tubuhnya. Pendapat ini juga didukung oleh Sulistiawati (2018) yang berkata jika citra tubuh semakin positif hal tersebut menunjukkan harga diri yang tinggi tetapi juga sebaliknya jika citra tubuh negatif maka harga diri semakin rendah.

Uji analisis untuk melihat hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri pada mahasiswa menggunakan analisis uji *somers'd*. Hasil dari uji statistik diperoleh nilai $p\ 0,015 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada korelasi antara perlakuan *body shaming* dan citra diri bermakna. Korelasi tersebut bersifat negatif dan berefek kecil dengan nilai *somers'd* sebesar $-0,257$. Arah hubungan negatif berarti jika variabel perlakuan *body shaming* mengalami penurunan maka variabel citra diri akan mengalami peningkatan dan apabila variabel *body shaming* mengalami peningkatan maka variabel citra diri mengalami penurunan.

Hasil pada penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Sulistiawati (2015) yang menyatakan adanya hubungan yang positif serta signifikan antara citra tubuh dan harga diri, yang dapat diartikan

citra tubuh yang semakin positif akan menggambarkan peningkatan harga diri, demikian juga sebaliknya. Perlakuan *body shaming* pada seseorang dalam skala tinggi akan berdampak pada citra diri yang negatif dibandingkan dengan individu yang mengalami perlakuan *body shaming* rendah (Hidayat, 2019).

Terdapat beberapa hal yang mempengaruhi remaja dalam menilai dirinya seperti *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) atau cara individu menilai penampilannya, *appearance orientation* (orientasi penampilan) merupakan usaha individu untuk memperbaiki penampilan yang dinilai kurang sesuai, *body area satisfaction* (kepuasan terhadap area tubuh) yaitu cara individu mengukur kepuasan dirinya, *overweight preoccupation* (kecemasan kelebihan berat badan) yaitu kecemasan yang dialami individu ketika mengalami peningkatan berat badan, *self – classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) yaitu cara individu memersepsikan ukuran tubuhnya (Cash, 2006).

Ramadhani (2014) berpendapat mahasiswa dengan perlakuan *body shaming* tinggi dapat meningkatkan citra diri menjadi positif dengan cara tetap meningkatkan rasa

percaya diri dan tidak mudah putus asa dengan segala hal yang terjadi. Hal ini sejalan dengan tugas remaja menurut Jahja (2011) antara lain penerimaan fisik sendiri, dalam hal emosional tercapainya kemandirian dalam komunikasi secara interpersonal adanya perkembangan, serta pergaulan yang baik antar teman sebaya, memiliki *role model* yang dapat menjadi panutan dalam penerimaan diri dan mempunyai kepercayaan diri dengan kemampuan yang dimiliki.

Bila perlakuan *body shaming* terus terjadi dalam rentang waktu yang lama hal tersebut dapat mempengaruhi harga diri atau *self esteem* seorang individu. Hal tersebut juga dapat menjadikan individu menaruh diri dan rentan terhadap stres, depresi serta tidak percaya diri, dalam situasi seperti ini keluarga dapat memberikan dukungan psikis dan emosional sehingga remaja dapat meningkatkan citra dirinya melalui komentar-komentar positif dari keluarganya dan dapat menerima dirinya (Rachmah, 2019).

Penelitian pada mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa tidak nyaman dengan komentar negatif yang disampaikan orang lain terhadap dirinya sehingga mahasiswa selalu berusaha untuk memperhatikan

penampilannya. Guindon (2010) menjelaskan bahwa komentar negatif mengenai tubuh dari orang lain dapat mengakibatkan remaja berpikir dan merasa kehidupan yang dijalani tidak menarik secara fisik sehingga remaja mempunyai evaluasi yang negatif terhadap dirinya sedangkan remaja yang tidak menerima komentar negatif atau menerima pujian dari orang lain akan memiliki kepuasan terhadap dirinya.

Berdasarkan pembahasan diatas peneliti berpendapat bahwa mayoritas responden mendapat perlakuan *body shaming* rendah dan memiliki citra diri positif. Mahasiswa juga tidak nyaman dengan komentar negatif orang lain sehingga mahasiswa memperhatikan penampilannya untuk memperbaiki diri agar diterima dan dipandang indah oleh lingkungan.

Responden dengan perlakuan *body shaming* yang rendah akan membuat citra diri yang positif pada individu sedangkan responden dengan perlakuan *body shaming* tinggi akan membuat citra diri diri negatif pada individu.

KESIMPULAN

Sebanyak 56,2% responden memiliki citra diri yang negatif dan 43,8% responden memiliki citra diri yang positif. Berdasarkan hasil yang telah didapatkan peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa dengan *p value* 0,015.

SARAN

Institusi pendidikan diharapkan terus menanamkan nilai-nilai toleransi yang baik kepada mahasiswa dan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan perpustakaan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian secara spesifik terhadap pengaruh *body shaming* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan, selain itu peneliti selanjutnya dapat meneliti *body shaming* pada responden yang *underweight* atau *overweight* sehingga masalah yang didapatkan akan lebih jelas. Hasil penelitian ini juga dapat dikembangkan menjadi penelitian dengan metode wawancara atau kuesioner yang disebar secara langsung agar data yang didapat lebih akurat.

REFERENSI

- Amma, Dince. S. R., Widiani, E., & Trishinta, S. M. (2017). Hubungan Citra Diri dengan Tingkat Kepercayaan Diri Remaja di SMKN 11 Malang Kelas XI. *Nursing News*, 2 (3), 534-543. Retrieved from <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/689/550&ved=2ahUK EwjurrHL>
- Arif, A. (2014). *Resource Therapy Ego State Therapy of Gordon Emmerson*. Jawa Timur: Spasi Media.
- Batubara, J. R. L. (2010). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12 (1), 21–29. Retrieved from <http://saripediatri.idai.or.id/pdf/12-1-5.pdf>
- Bragina, I. V. (2015). Body Image and The Future Time Perspective of Russian Adolescents. *Journal Procedia Social and Behavioral Sciences*, 191, 378-382. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.153>
- Cash, T. F., Pruzinsky. (2006). *Body Image A Handbook Of Theory, Reseaech & Clinical Practice*. London: The Guilford Press
- Dahlan, Sopiudin M. (2009). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Denich, A. U & Ifdil. (2015). Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3 (2), 55-61. Retrieved from <http://jurnal.konselingindonesia.com/>
- Dolezal, L. (2015). *The Body and Shame: Phenomenology Feminism and the Socially Shaped Body*. New York: Lexington Books. Retrieved from: <https://philpapers.org/rec/DOLTBA-2>
- Efendi, M., & Hilmy, E. (2016). *Hubungan antara Citra Diri dengan Self-esteem terhadap Remaja Pelaku Selfie yang Diunggah di Media Sosial pada Siswa Madrasah Aliyah Tawakkal Denpasar*. Retrieved from: <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/13731>
- Eliasdottir, E. L. (2016). Is *body shaming* predicting poor physicalhealth and is there a gender differences. *BSc in Psychologi* 1-18. Retrieved from: <https://skemman.is/handle/1946/25652>
- Erlina, N. B. (2018). *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stress pada Remaja di SMK NI Jogonalan (Skripsi S1)*. Retrieved from: Repositori Stikes Muhammadiyah Klaten <http://repository.stikesmukla.ac.id/id/eprint/28>
- Evans. M. A. (2010). *Unattainable beauty: an analysis of the role of body shame and self objectification in hopelessness depression among collage age women* (Graduate Doctoral Dissertations). Retrieved from: PlumX Metrics Elsevier https://scholarworks.umb.edu/doctoral_dissertations/8

- Fathi, F. (2011). Why weight matters: addressing *body shaming* in the social justice community. *Columbia Social Work review*, *II*, 23-36. doi:10.7916/D8CZ3J0V
- Fauzia, T. F & Rahmiaji, L. R. (2019). Memahami Pengalaman *Body shaming* Pada Remaja Perempuan. *Ejournal Undip*, *7* (3), 1-11. Retrieved from: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/24148>
- Guindon, H. M. (2010). *Self Esteem Across The Lifespan: Issues and Interventions*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Hegner, R. B & Esther, C. (2003). *Asisten Keperawatan: Suatu Pendekatan Proses Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- 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>
- Husna, L. (2013). Hubungan antara Body Image dengan Perilaku Diet. *Journal of Developmental and Clinical Psychology*, *2* (2). Retrieved from: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp/article/view/2527>
- Jahja, Yudrik. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: kencana.
- Rachmah, E. N., & Baharuddin, F. (2019). Faktor Pembentuk Perilaku *Body shaming* di Media Sosial. *Psikologi Sosial Di Era Revolusi 4.0*, 66–73. Retrieved from: <http://fppsi.um.ac.id/wp-content/uploads/2019/07/Eva-Nur.pdf>
- Rahayu, E. P., Danang, T. (2019). Dampak Penerimaan Pesan Berisi *Body shaming* Terhadap *Self Confidence* Remaja Perempuan di Media Sosial Instagram. *Commercium*, *2*(1). 78-82. Retrieved from: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/Commercium/article/view/30057>
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir. *Jurnal Spirits*, *4* (2), 22. <https://doi.org/10.30738/spirits.v4i2.1117>
- Rizkiyah, I & Nurliana, C. A. (2019). Strategi Coping Perempuan Terhadap Standarisasi Cantik di Masyarakat. *Jurnal Perempuan, Agama dan Gender*, *18* (2). 133-152. doi:10.24014/Marwah.v18i2.7371
- Lestari. S. (2018). *Dampak body shaming pada remaja putri. Dipublikasikan dalam prosiding seminar nasional dan temu ilmiah psikologi positif 2018*. ISBN: 978-60296634-7-1
- Lusiana, N., Andriyani, R & Megasari, M. (2015). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.

- Marhamah, Q & Okatiranti. (2014). Gambaran Citra Diri Siswa-Siswi Pada Masa Pubertas. *Journal Keperawatan BSI*, 2, 123-130. Retrieved from: <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk/article/view/111>
- Marta – Shimoos & Claudia, F. (2016). Exploring the effect of external shame on body appreciation among Portuguese young adults: The role of self-compassion eating behaviors. *Journal Elsevier* 23, 174 – 179. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.10.006>
- Normadewi, B. (2012). *Analisis Pengaruh Jenis Kelamin dan Tingkat Pendidikan Terhadap Persepsi Etis Mahasiswa Akuntansi dengan Love Money sebagai Variabel Intervening* (Skripsi S- 1). Retrieved from eprints undip. (UNDIP NO. 35773).
- Nurhayati, T. (2016) Perkembangan Perilaku Psikososial pada Masa Pubertas. *Jurnal Pendidikan Sosial & Ekonomi*, 4 (1), 1-15. Retrieved from <https://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/peduksos/article/view/649>
- Sulistiawati, A & Novendawati. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Harga Diri Remana Akhir Putri. *Jurnal Psikologi*, 13 (1),13-20. Retrieved from <https://ejournal.esaunggul.ac.id/index.php/psiko/article/view/1378>