



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 4 Tahun 2025 Page 2681-2691

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Self-Esteem dan Body Image pada Remaja Putri dengan Berat Badan Lebih (Overweight)

Carissa Angreini Masuru^{1✉}, Margaretta Erna Setianingrum²

Universitas Kristen Satya Wacana

Email: masurucarissa@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Masa remaja merupakan periode kritis dalam pembentukan identitas diri, termasuk dalam hal penerimaan tubuh dan harga diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight). Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif yang melibatkan 100 partisipan remaja putri overweight berusia 12-22 tahun. Pengumpulan data menggunakan dua skala, yaitu skala Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) dan Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire Appearance Scale (MBSRQ-AS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara self-esteem dengan body image 0,052 dengan signifikansi 0,605 ($p > 0,05$). Penelitian ini mengindikasikan bahwa persepsi diri terhadap tubuh tidak selalu mempengaruhi tingkat self-esteem pada remaja overweight. Ketidaksigifikan hubungan ini dapat dijelaskan oleh berbagai faktor lain seperti mekanisme koping, dukungan sosial, serta pengaruh identitas diri yang lebih luas di luar aspek fisik. Hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya memberikan pemahaman bahwa self-esteem pada remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight) tidak selalu dipengaruhi oleh body image. Hal ini menunjukkan pentingnya pendekatan yang lebih luas dalam mendukung kesehatan mental remaja, yaitu dengan memperkuat faktor-faktor non-fisik seperti dukungan sosial, penerimaan diri, dan pengembangan potensi diri.

Kata Kunci: *Body Image, Berat Badan Berlebih, Remaja Putri, Self Esteem*

Abstract

Adolescence is a critical period for developing self-identity, including body acceptance and self-esteem. This study aims to determine the relationship between self-esteem and body image among overweight adolescent girls. The quantitative research method involved 100 overweight adolescent girls between the ages of 12 and 22. Data were collected using two scales: the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) and the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire Appearance Scale (MBSRQ-AS). The results showed no significant relationship between self-esteem and body image ($r = 0.052$, $p > 0.05$). These results suggest that the perception of one's body does not necessarily impact self-esteem in overweight adolescents. This insignificant relationship can be explained by various factors, such as coping mechanisms, social support, and the broader influence of self-identity beyond physical aspects. These results highlight the importance of recognizing that self-esteem in overweight adolescent girls is not solely influenced by body image. The study emphasizes the importance of a broader approach to supporting adolescent mental health by strengthening non-physical factors, such as social support, self-acceptance, and self-potential development.

Keywords: *Body Image, Overweight, Adolescent Girls, Overweight*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dan masa dewasa. Usia 10-12 tahun hingga 18-22 tahun adalah masa seorang anak memasuki dunia remaja (Santrock, 2012). Masa remaja adalah masa peralihan individu dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa awal, artinya pada masa ini terjadi banyak perubahan yang dialami oleh individu seperti pertumbuhan berat badan, tinggi badan, perubahan dalam proporsi dan bentuk tubuh, bahkan pencapaian baru dalam kematangan seksual. Adanya berbagai perubahan fisik dan pergolakan emosi, tak jarang membuat remaja mengalami berbagai permasalahan dalam menjalani aktivitasnya dan hal ini memperjelas kondisi remaja yang cenderung mengalami ledakan emosi secara tiba-tiba (Papalia, Old, & Feldman, 2009). Faktor pertumbuhan fisik berhubungan dengan pola hidup yang dijalani remaja. Tetapi hingga saat ini, remaja kurang memperhatikan pola hidupnya akibat berbagai faktor disekitarnya. Usia remaja mulai dari 10-19 tahun akan mengalami perubahan pola hidup yang tidak sama dengan masa kanak-kanak dibuktikan dengan konsumsi makanan tinggi kalori, lemak, dan karbohidrat serta penurunan tingkat aktivitas fisik yang membuat remaja lebih rentan terhadap kegemukan (Kurdanti dkk., 2015).

Mueller (dalam Santrock, 2012) menyatakan bahwa sebuah aspek psikologis pasti terjadi dan berkaitan dengan perubahan fisik. Remaja sangat memperhatikan tubuhnya dan

mengembangkan citra mengenai tubuhnya itu, khususnya pada remaja putri. Salah satu tantangan utama yang dihadapi remaja putri adalah terkait dengan perubahan tubuh dan penerimaan diri terhadap bentuk tubuh mereka. Berat badan berlebih (overweight) menjadi isu yang semakin meningkat pada remaja putri. Remaja putri dengan berat badan berlebih seringkali mengalami tekanan sosial dan standar kecantikan yang tidak realistis, yang dapat memengaruhi self-esteem (harga diri) dan body image (persepsi terhadap tubuh) mereka. Seseorang dapat dikatakan overweight atau kelebihan berat badan berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) atau body mass index (BMI). IMT adalah ukuran yang dihitung dari berat badan dan tinggi badan seseorang. Menurut panduan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), seseorang dikatakan overweight jika memiliki IMT antara 25,0 - 29,9 kg/m². Sedangkan jika IMT \geq 30 kg/m², maka seseorang diklasifikasikan obesitas. IMT dapat dihitung dengan rumus: $IMT = \text{berat badan (kg)} / (\text{tinggi badan (m)})^2$.

Self-esteem yang rendah dan body image yang negatif dapat menyebabkan konsekuensi yang merugikan bagi kesehatan mental dan fisik remaja, seperti depresi, gangguan makan, dan perilaku berisiko lainnya. self-esteem dan body image memiliki hubungan yang erat pada remaja putri. Remaja putri dengan self-esteem yang tinggi cenderung memiliki body image yang positif, sedangkan remaja putri dengan self-esteem yang rendah cenderung memiliki body image yang negatif. Hubungan antara self-esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih masih belum sepenuhnya dipahami. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja putri dengan berat badan berlebih memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami self-esteem yang rendah dan body image yang negatif.

Wawancara yang dilakukan pada 10 April 2024 melalui WhatsApp kepada 10 orang remaja dengan berat badan berlebih (overweight) diperoleh bahwa sebagian besar remaja overweight mengalami kesulitan dalam menerima kondisi tubuh mereka. Mereka merasa tidak puas dan tidak nyaman dengan penampilan fisik, terutama berkaitan dengan berat badan berlebih. Ketidakpuasan ini berdampak negatif pada kepercayaan diri dan harga diri remaja overweight. Dari beberapa remaja yang diwawancarai mengaku pernah mengalami body shaming, ejekan, dan pengucilan dari teman sebaya karena berat badan mereka. Pengalaman ini memperburuk pandangan negatif mereka terhadap tubuh sendiri dan membuat mereka merasa rendah diri. Meskipun demikian, ada pula beberapa remaja overweight yang mampu menerima kondisi tubuh mereka dengan lebih baik. Mereka menyadari kelebihan lain yang dimiliki di luar penampilan fisik. Dukungan keluarga dan

teman dekat juga membantu meningkatkan penerimaan diri dan body image positif pada remaja overweight tersebut.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan dari Universitas Gadjah Mada, Indonesia (Widyaningsih & Kartika, 2017) responden 200 remaja putri berusia 15-18 tahun dengan berat badan berlebih di Yogyakarta dengan hasil terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self-esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih. Remaja dengan self-esteem rendah cenderung memiliki body image yang lebih negatif. Selanjutnya penelitian dari University of North Carolina, Amerika Serikat (Jeffers et al., 2019) responden 412 remaja putri berusia 13-18 tahun dengan berat badan berlebih dengan hasil self-esteem yang rendah berhubungan dengan body image yang lebih negatif dan peningkatan risiko gangguan makan pada remaja putri dengan berat badan berlebih. Penelitian lain yang dilakukan dari Universitas Surabaya, Indonesia (Kusumadewi & Wahyuni, 2021) responden 150 remaja putri berusia 15-19 tahun dengan berat badan berlebih di Surabaya dengan hasil ditemukan hubungan positif yang signifikan antara self-esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih. Remaja dengan self-esteem yang tinggi cenderung memiliki body image yang lebih positif.. Lalu, penelitian yang dilakukan dari University of Sydney, Australia (Griffiths et al., 2017) responden 289 remaja putri berusia 14-17 tahun dengan berat badan berlebih dengan hasil self-esteem yang rendah berhubungan dengan body image yang lebih negatif dan peningkatan risiko depresi pada remaja putri dengan berat badan berlebih.. Selain itu, penelitian yang dilakukan dari Universitas Padjadjaran, Indonesia (Puspitasari & Khotimah, 2020) responden 200 remaja putri berusia 16-19 tahun dengan berat badan berlebih di Bandung dengan hasil terdapat hubungan positif yang signifikan antara self-esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih. Remaja dengan self-esteem yang tinggi cenderung memiliki body image yang lebih positif dan sebaliknya.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, maka peneliti akan mengaitkan self-esteem dengan body image. Peneliti tertarik dengan penelitian ini karena belum banyak diteliti dan hasil riset terdahulu belum konklusif atau masih kontradiktif. Oleh karena itu judul penelitian ini adalah hubungan antara self-esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk menentukan hubungan antara self esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight). Dalam pengumpulan sampel, peneliti menerapkan metode non-probability purposive sampling. Ada kriteria yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu: 1) berusia 12 – 22 tahun, 2) remaja putri, 3) memiliki berat badan berlebih dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) $\geq 25,0$ - < 27 . Kuesioner akan dibagikan melalui Google Form pada skala 1 – 5. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 100 responden.

Variabel Body image diukur menggunakan MBSRQ-AS dari Cash (2000) dengan hasil koefisien reliabilitas = 0,918 yang sudah dimodifikasi oleh Milanzahri (2013). Skala ini mencakup lima aspek, yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan untuk menjadi gemuk, dan pengkategorian tubuh. Skala ini menggunakan metode penskalaan Likert dengan 5 alternatif jawaban. Pemberian skor pada aitem *favorable* yaitu untuk Sangat Sesuai (SS) = 5, Sesuai (S) = 4, Netral (N) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Skor untuk aitem *unfavorable* yaitu untuk Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Netral (N) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 4, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 5.

Variabel Self esteem diukur menggunakan RSES dari Rosenberg (1965) dengan hasil koefisien reliabilitas = 0,92 yang sudah dimodifikasi oleh Azwar (2012) dengan hasil koefisien reliabilitas = 0,778. Skala ini mencakup dua aspek, yaitu penerimaan diri dan penghargaan diri. Skala ini menggunakan metode penskalaan *Likert* dengan 4 alternatif jawaban. Pemberian skor pada aitem *favorable* yaitu untuk Sangat Setuju (SS) = 4, Setuju (S) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Skor untuk aitem *unfavorable* yaitu Sangat Setuju (SS) = 1, Setuju (S) = 2, Tidak Setuju (TS) = 3, dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 4. Teknik analisis data yang digunakan yaitu Pearson Product Moment, melalui IBM SPSS Statistic For Windows 5. Analisis data ini diawali dengan uji asumsi yakni uji normalitas dengan taraf signifikan ($\text{sig} > 0,05$) dan uji linearitas dengan signifikansi ($\text{sig} < 0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

a. Hasil Statistik Deskriptif

Berdasarkan data yang diperoleh, self-esteem dibagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Hasil kategorisasi dapat dilihat pada tabel 1 yang menunjukkan bahwa 17 remaja putri (17%) memiliki self-esteem rendah, 69 remaja putri (69%) memiliki self-esteem sedang, dan 14 remaja putri (14%) memiliki self-esteem tinggi.

Tabel 1. Kategorisasi Skala *Self-Esteem*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < 25,26827$	Rendah	17	17%
2	$25,26827 \leq X < 29,47173$	Sedang	69	69%
3	$X > 29,47173$	Tinggi	14	14%
Total			100	100%

Berdasarkan tabel 4.3, menunjukkan bahwa 15 (15%) remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight) memiliki body image negatif, 69 (69%) remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight) memiliki body image sedang, dan 16 (16%) remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight) memiliki body image positif.

Tabel 2. Kategorisasi Skala *Body Image*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < 45,75795$	Rendah	15	15%
2	$45,75795 \leq X < 64,62205$	Sedang	69	69%
3	$X > 64,62205$	Tinggi	16	16%
Total			100	100%

b. Hasil Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil pengujian normalitas, kedua variabel memiliki signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$) Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel terdistribusi normal. Hasil tes disajikan melalui tabel 4.4

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Unstandardized Residual		
N		100
Normal Parameters	Mean	,0000000
	Std. Deviation	9.38096847
Most Extreme Differences	Absolute	,053
	Positive	.053
	Negative	-,031
Test Statistic		,053
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200

2. Uji Linearitas

Berdasarkan hasil pengujian uji linieritas, diperoleh nilai F hitung sebesar 2.077 dengan hasil *deviation from linearity* sig. sebesar 0,035 ($p > 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa kedua skala tidak bersifat linear.

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

Anova Table							
			Sum of Squares	df	Mean Squares	F	Sig.
Body Image* Self Esteem	Between Groups	Combined	1758.617	11	159.874	1.996	,038
		Linearity	95.136	1	95.136	1.188	,279
	Deviation From Linearity	1663.481	10	166.348	2.077	,035	
Within Groups			7048.773	88	80.100		
Total			8807.390	99			

3. Uji Hipotesis

Uji hipoesis dilakukan dengan menggunakan *spearman's rho*. Hasil pengolahan data pada tabel, didapatkan hasil nilai korelasi sebesar 0,052 dengan signifikansi 0,605 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara self esteem dan body image. Meskipun ada korelasi positif yang sangat lemah (0,052). Hubungan ini tidak bermakna secara statistik ($p > 0,05$).

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

Correlations		
Spearman's rho	Self Esteem	Body Image
Self Esteem	Correlation Coefficient	1.000
	Sig. (2-tailed)	.605
	N	100
Body Image	Correlation Coefficient	.052
	Sig. (2-tailed)	.605
	N	100

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight). Berdasarkan hasil analisis korelasi yang diperoleh, nilai korelasi sebesar 0,052 dengan signifikansi 0,605 ($p > 0,05$), menandakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara self esteem dan body image. Artinya, hasil ini menunjukkan bahwa tingkat harga diri (self-esteem) tidak selalu berbanding lurus dengan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight), meskipun secara teori kedua variabel ini sering diasumsikan sering terkait.

Penelitian ini dilakukan pada 100 remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight), Mayoritas partisipan berusia 22 tahun (49%), diikuti usia 21 tahun (18%) dan 20 tahun (10%). Rentang berat badan partisipan bervariasi, dengan kelompok terbesar pada 69 kg (14%), 65 kg dan 70 kg (masing-masing 11%), serta 60 kg (10%). self-esteem dibagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Hasil kategorisasi dapat dilihat pada tabel 4.2 yang menunjukkan bahwa 17 remaja putri (17%) memiliki self-esteem rendah, 69 remaja putri (69%) memiliki self-esteem sedang, dan 14 remaja putri (14%) memiliki self-esteem tinggi. Dan Berdasarkan tabel 4.3, menunjukkan bahwa 15 (15%) remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight) memiliki body image negatif, 69 (69%) remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight) memiliki body image sedang, dan 16 (16%) remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight) memiliki body image positif.

Berdasarkan data tersebut, temuan ini menarik untuk dikaji lebih mendalam mengingat banyak penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya korelasi negatif antara self esteem dan body image khususnya pada populasi remaja dengan berat badan

overweight. Hasil yang tidak signifikan ini dapat dijelaskan melalui beberapa perspektif teoritis dan empiris.

Menurut teori self esteem yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965), self esteem merupakan evaluasi global individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup aspek kognitif dan afektif. Dalam konteks remaja putri overweight, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa self esteem tidak selalu bergantung pada persepsi terhadap penampilan fisik (body image). Hal ini dapat dijelaskan melalui konsep multidimensionalitas self esteem yang mencakup berbagai domain seperti akademik, sosial, keluarga, dan fisik. Remaja putri dalam penelitian ini mungkin memiliki sumber self esteem yang beragam, sehingga ketidakpuasan terhadap body image secara langsung mempengaruhi keseluruhan harga diri mereka. Kemudian Cash dan Pruinsky (2002) mendefinisikan body image sebagai persepsi, pikiran, dan perasaan individu tentang tubuhnya. Teori ini menekankan bahwa body image merupakan konstruk multidimensional yang tidak hanya melibatkan aspek evaluatif, tetapi juga kognitif, afektif, dan behavioral. Dalam konteks penelitian ini, remaja putri overweight mungkin telah mengembangkan mekanisme koping yang memungkinkan mereka untuk memisahkan evaluasi terhadap penampilan fisik dari penilaian keseluruhan terhadap diri mereka. Proses adaptasi psikologis ini dapat menjelaskan mengapa body image yang negatif tidak secara otomatis menurunkan self esteem. Menurut teori perkembangan psikososial Erikson (1968), remaja berada pada tahap "identity vs role confusion". Pada tahap ini, pembentukan identitas menjadi tugas perkembangan utama. Temuan peneliti menunjukkan bahwa remaja putri overweight telah berhasil mengintegrasikan berbagai aspek identitas mereka, termasuk penerimaan terhadap kondisi fisik, tanpa harus mengorbankan self esteem mereka.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa studi sebelumnya yang juga menemukan tidak adanya hubungan signifikan antara self esteem dan body image pada remaja overweight. Penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2020) pada 51 remaja putri overweight juga menemukan tidak ada korelasi signifikan antara self esteem dan body image ($p = 0,665$). Meski sebagian responden melaporkan self esteem dan body image positif (~52,9%), secara statistik tidak ada bukti hubungan di antara kedua variabel tersebut. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh (Prameswari et al., 2013) mengemukakan bahwa tidak terdapat hubungan antara self esteem dengan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih dengan nilai alpha ($0,719 > 0,05$).

Temuan peneliti ini dapat dijelaskan melalui kompleksitas faktor-faktor yang mempengaruhi kedua konstruk tersebut. Self-esteem dan body image merupakan konstruk multidimensional yang dipengaruhi oleh berbagai variabel selain berat badan, seperti

faktor tingkat resiliensi, konsep resiliensi dapat menjelaskan temuan penelitian ini. Remaja putri overweight dalam sampel penelitian kemungkinan telah mengembangkan resiliensi psikologis yang memungkinkan mereka untuk mempertahankan self esteem yang positif meskipun menghadapi tantangan terkait body image. Resiliensi ini dapat berkembang melalui dukungan sosial, strategi koping yang efektif dan pengalaman hidup memperkuat kepercayaan diri. Kemudian faktor dukungan sosial menunjukkan bahwa kualitas hubungan interpersonal dapat menjadi faktor protektif terhadap dampak negatif self esteem pada body image. Remaja putri dalam penelitian ini kemungkinan memiliki sistem dukungan yang kuat dari keluarga, teman, atau komunitas yang membantu mereka mempertahankan self esteem yang positif. dan teori mekanisme koping Folkman dan Lazarus (1984) mengidentifikasi berbagai strategi koping yang dapat digunakan individu dalam menghadapi stressor. Remaja putri overweight kemungkinan telah mengembangkan strategi koping yang berfokus pada masalah (problem-focused coping) atau emosi (emotion-focused coping) yang efektif dalam mengelola ketidakpuasan terhadap body image tanpa mempengaruhi self esteem secara keseluruhan.

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pemahaman tentang kompleksitas hubungan antara self esteem dan body image. Hasil yang tidak signifikan menunjukkan bahwa kedua konstruk ini kemungkinan memiliki determinan yang berbeda dan tidak selalu saling mempengaruhi secara langsung. Hal ini mendukung pandangan bahwa self esteem merupakan konstruk yang lebih luas dan tidak semata-mata ditentukan oleh kepuasan terhadap penampilan fisik.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yang mungkin mempengaruhi hasil penelitian yaitu ukuran sampel yang terbatas, kemudian keterbatasan peneliti yang belum mempertimbangkan atau membahas variabel lain yang mungkin juga dapat mempengaruhi self esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih (overweight). Dan adanya kemungkinan bias sosial dimana responden memberikan jawaban yang asal-asalan yang tidak sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, tidak terdapat hubungan signifikan antara self esteem dan body image pada remaja putri dengan berat badan berlebih. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja putri *overweight* memiliki potensi untuk mempertahankan *self esteem* yang positif melalui berbagai mekanisme adaptif dan sumber dukungan yang tersedia. Hal ini memberikan harapan optimis bahwa kondisi *overweight* tidak selalu

berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja, asalkan terdapat faktor-faktor protektif yang mendukung. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan variabel lain yang mungkin memengaruhi hubungan antara self esteem dan body image, seperti dukungan sosial, pengalaman bullying, atau paparan media.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardilla, F., & Herdiana, I. (2013). Penerimaan diri pada narapidana wanita. *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial*, 2(1), 1-7.
- Arthur, S. R. & Emily S. R. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Blascovich, J., & Tomaka, J. (1991). Measures of self-esteem. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (Vol. 1, pp. 115-160). San Diego, CA: Academic Press.
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. *The handbook of stress and health: A guide to research and practice*, 349-364.
- Cash, T. F. (1994). Body Image Attitudes : Evaluation, Investment and Affect : Perceptual Motor Skills. *Journal of psychology*, (78), 1168-1170.
- Cash, T. F. (2000). The multidimensional body-self relations questionnaire. Unpublished test manual, 2, 1-12.
- Cash, T. F. (2002). *Body image: A handbook of theory, research and practice*. Guilford Publications.
- Cihan, B. B., Demirtas, A. C., & Karatas, Z. (2020). Self-Acceptance and Perspectives on Body Image in Turkish College Students. *Journal of Religion and Health*, 59(4), 1921-1932.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W.H. Freeman & Co.
- Denich, A. U., & Ildil, I. (2015). Konsep body image remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 55-61.
- Dogan, S., Dogan, O., & Alkim, A. (2019). The relationship between body image, self-acceptance and anxiety in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(4), 466-475.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity youth and crisis* (No. 7). WW Norton & company.

- Griffiths, S., Hay, P., Mitchison, D., Mond, J. M., McLean, S. A., Rodgers, B., ... & Paxton, S. J. (2017). Self-esteem and body image in adolescent girls from ethnically diverse backgrounds. *Journal of Eating Disorders*, 5(1), 1-10.
- Helmi, A. F., Handayani M. M., Ratnawati S., 1998. Efektifitas pelatihan pengenalan diri terhadap peningkatan penerimaan diri dan harga diri. *Jurnal Psikologi*, 2, 47-48
- Hurlock, E. (1978). *Personality development*. Tokyo: McGraw-Hill Publishing Company, Ltd
- Jeffers, A. J., Barclay, T. H., & Gyls, J. A. (2019). Self-esteem and body image among adolescent girls in the United States: An examination across race