

Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri dalam Menyesuaikan Penampilan Fisik pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Abulyatama

The Influence of Body Image on Self-Confidence in Adjusting Physical Appearance Among Female Nursing Students at Abulyatama University

Farah Diba^{1*}, Muhammad Armiyadi¹, Angga Satria Pratama¹

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Aceh, Indonesia

Kata Kunci:

Body Image, Kepercayaan Diri, Penampilan Fisik, Mahasiswi

ABSTRAK

Pendahuluan: Persepsi terhadap *body image* dikalangan mahasiswi sangat menjadi perhatian karena masih ada diantara mereka yang tidak puas dengan penampilan fisiknya sehingga dapat mempengaruhi kepercayaan diri dalam menyesuaikan penampilan fisik. Mahasiswi sering kali dihadapkan pada tuntutan standar kecantikan akibat pengaruh media sosial yang dapat membentuk persepsi mereka terhadap diri sendiri. Permasalahan ini dapat berpotensi terhadap tingkat rasa percaya diri mereka dalam mengelola penampilan fisik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri dalam menyesuaikan penampilan fisik pada mahasiswi. **Metode:** Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Populasi yaitu seluruh mahasiswi keperawatan sebanyak 105 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling* sehingga jumlah sampel sebanyak 84 orang. Data dikumpulkan melalui lembaran kuesioner yang terdiri dari *body image* dan kepercayaan diri. Penelitian ini telah dilaksanakan di Universitas Abulyatama pada tanggal 15 Juni 2026. Analisis data yaitu univariat dan bivariat menggunakan uji regresi linear sederhana. **Hasil:** Berdasarkan hasil uji statistik pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri dalam menyesuaikan penampilan fisik didapatkan *p value* 0,039 dan nilai koefisien determinasi yaitu *R Square* 0,051. *Body image* memberikan kontribusi sebesar 5,1% terhadap kepercayaan diri dan 94,9% dipengaruhi oleh faktor lain. **Kesimpulan:** Kesimpulan penelitian ini yaitu ada pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri dalam menyesuaikan penampilan fisik pada mahasiswi keperawatan Universitas Abulyatama.

Keyword:

Body Image, Self-Confidence, Physical Appearance, Student

ABSTRACT

Introduction: Perceptions of *body image* among female college students are of great concern because there are still those among them who are dissatisfied with their physical appearance, which can affect their self-confidence in managing their physical appearance. Female students are often faced with demands for beauty standards due to the influence of social media, which can shape their perception of themselves. This issue has the potential to impact their level of self-confidence in managing their physical appearance. The purpose of this research is to determine the effect of *body image* on self-confidence in adjusting physical appearance among female college students. **Methods:** This research is quantitative with a cross-sectional study design. The population consisted of all nursing students totaling 105 people, with the sampling technique being simple random sampling, resulting in a sample size of 84 people. Data were collected through questionnaire sheets consisting of *body image* and self-confidence. This research was conducted at Abulyatama University on June 15, 2026. Data analysis, namely univariate and bivariate, using simple linear regression test. **Result:** Based on the results of the statistical test on the effect of *body image* on self-confidence in adjusting physical appearance, a *p-value* of 0.039 was obtained with a coefficient of determination, *R Square*, of 0.051. *Body image* contributes 5.1% to self-confidence, while 94.9% is influenced by other factors. **Conclusion:** The conclusion of this research is that there is an influence of *body image* on self-confidence in adjusting physical appearance among nursing students at Abulyatama University.

Corresponding Author:**Angga Satria Pratama**

Email: angga_psik@abulyatama.ac.id

Article history

Received date : 07 September 2026

Revised date : 22 September 2026

Accepted date : 10 Oktober 2026

PENDAHULUAN

Mahasiswi merupakan perempuan yang tengah menjalani pendidikan pada jenjang perguruan tinggi. Mahasiswi masih berada pada fase remaja akhir dan bersiap memasuki dewasa awal (Sya dkk, 2023). Masa periode tersebut berlangsung pertumbuhan psikologis sekaligus perubahan fisik secara cepat. Oleh sebab itu, kemampuan mengelola kondisi tubuh menjadi penting bagi mahasiswi dalam membangun konsep diri (Sawijid dkk, 2022). Perubahan bentuk tubuh kerap memunculkan persoalan *body image* serta gambaran diri yang tidak selaras dengan harapan, sehingga penilaian terhadap diri sendiri dapat memburuk dan rasa percaya diri menurun (Widhiasi & Soetjningsih, 2023).

Body image yaitu suatu bagian integral dari identitas seseorang, mencakup perasaan tentang ukuran tubuh, bentuk fisik, berat badan, dan penampilan yang mempengaruhi persepsi diri dan penilaian diri (Anggraini & Mustaqim, 2025). *Body image* dapat dipahami sebagai persepsi mental seseorang terhadap tubuhnya sendiri, termasuk aspek-aspek fungsi fisiknya pada suatu titik waktu tertentu (Saputri & Herdajani, 2023).

Gambaran mengenai tubuh berkaitan dengan sikap dan perasaan seseorang terhadap penampilan jasmani, bentuk tubuh, kesehatan, kemampuan bekerja, performa, serta jenis kelamin. *Body image* tidak semata-mata berupa penilaian subjektif atas tubuh, melainkan turut membentuk cara individu memahami dan merasakan dirinya secara menyeluruh (Wuisang dkk, 2023).

Kecenderungan penilaian terhadap tubuh yang positif dapat memperkuat rasa percaya diri, sedangkan pandangan negatif mengenai tubuh berpotensi melemahkannya (Banyamin dkk, 2026). Di sisi lain, peran media sosial dan lingkungan sekitar dalam menetapkan norma-norma untuk tubuh ideal menjadikan gambaran tubuh sebagai konsep psikologis yang layak untuk diteliti lebih lanjut (Anugraris dkk,

2024). Dibandingkan laki-laki, perempuan umumnya memberikan perhatian lebih besar pada tampilan jasmani karena kedudukan sosial, status, serta peran mereka kerap dikaitkan dengan upaya memelihara tubuh (Sari dkk, 2021).

Body image pada perempuan tampaknya lebih erat terkait dengan penilaian diri dan tingkat kepercayaan diri, berbeda dengan pria (Ahadzadeh dkk, 2023). Oleh karena itu, penampilan yang dimiliki perempuan akan berpengaruh terhadap penilaian bentuk tubuhnya sehingga menyebabkan rasa puas maupun tidak puas terhadap *body image* yang dimiliki (Banyamin dkk, 2026). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rief dalam Rengga & Soetjningsih, 2022). di Jerman didapatkan sebanyak 41% Perempuan sibuk memikirkan penampilan sedangkan laki-laki hanya 21% sehingga *body image* lebih spesifik pada perempuan. Berdasarkan survei lintas negara dalam penelitian Ahadzadeh dkk (2023) yang melibatkan beberapa negara seperti Amerika Serikat, Kanada, Eropa, Pakistan, Korea, dan China mengungkapkan bahwa hampir 45% remaja mengalami kecemasan terkait *body image* mereka. Tingkat persepsi negatif terhadap tubuh di kalangan remaja akhir di negara-negara berkembang bervariasi secara signifikan berkisar antara 35% hingga 81% untuk remaja perempuan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa 42,8 perempuan di Indonesia merasa kurang puas terhadap kondisi tubuhnya. Pada kelompok remaja, sebanyak 36,5% juga menyatakan ketidakpuasan terhadap berat badan mereka (Putri, 2025). Dalam Al-Hana & Intansari (2025), Laporan Indonesia *Beauty Confidence Report* menyebutkan bahwa 38% wanita Indonesia kerap melakukan perbandingan diri dengan orang lain; kecenderungan tersebut berkaitan erat dengan penerimaan terhadap diri sendiri.

Di Provinsi Aceh, informasi yang secara khusus memuat kondisi *body image*, penampilan jasmani, dan kepercayaan diri

masih belum tersedia secara pasti. Salah satu penelitian di wilayah tersebut, yaitu “Hubungan *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri Siswa”, menemukan bahwa mayoritas siswa berada pada tingkat sedang, baik dalam *body image* maupun kepercayaan diri. Proporsinya masing-masing tercatat sebesar 44% dan 45% (Sabilla dkk, 2025).

Kepercayaan diri adalah kunci keberhasilan akademik, sosial, dan emosional. Selain itu, siswa sering mengalami *body shaming*, baik secara langsung maupun tidak langsung (Alfthatir dkk, 2025). Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa *body image* negatif dapat memberikan pengaruh kuat terhadap kepercayaan diri mahasiswa. Ketidakpuasan terhadap tubuh sering membuat seseorang menghindari pergaulan, merasa malu, dan kesulitan menampilkan potensi yang dimilikinya (Pramesti dkk, 2022).

Body image memiliki peran penting dalam perkembangan psikologis pada tahap dewasa awal, terutama pada mahasiswi dalam membentuk rasa percaya diri untuk menyesuaikan penampilan fisik (Sari dkk, 2025). Mahasiswi yang memandang tubuhnya secara positif biasanya lebih yakin terhadap dirinya. Sebaliknya, penilaian tubuh yang negatif dapat berkaitan dengan rendahnya kepercayaan diri, hambatan dalam menjalin relasi sosial, serta munculnya perasaan inferior dan tidak aman (Pramesti dkk, 2022). Oleh karena itu, persepsi mahasiswi terhadap tubuh mereka sendiri dapat mempengaruhi seberapa percaya diri mereka terhadap penampilan fisik (Widjaja & Sokang, 2025).

Kondisi fisik yang dianggap sesuai dengan standar pribadi atau sosial sering kali meningkatkan keyakinan dan penerimaan diri. Sebaliknya, ketidakpuasan terhadap penampilan dapat menurunkan rasa percaya diri individu dalam berinteraksi dan mengekspresikan kemampuannya (Frisca dkk, 2023). Penampilan jasmani menjadi salah satu unsur yang berperan dalam terbentuknya kepercayaan diri (Girindra, 2020). Bagi mahasiswi yang sedang beralih menuju kedewasaan, tampilan luar bukan hanya cara merepresentasikan diri, tetapi juga dapat membantu menghadapi tuntutan akademik serta kehidupan sosial (Widhiasari & Soetjningsih, 2023).

Tekanan yang berasal dari pergaulan kampus serta standar kecantikan di media sosial dapat membuat mahasiswi lebih rentan

menilai tubuhnya secara negatif. Penilaian tersebut kemudian berpengaruh pada rasa percaya diri ketika mereka berhubungan dengan orang lain maupun berupaya menyesuaikan penampilan fisik (Malasari & Mukhlis, 2022).

Hal ini berakitan dengan hasil penelitian Malau & Rosito (2023) menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara *body image* dan tingkat kepercayaan diri pada wanita dewasa awal dengan nilai korelasi Pearson sebesar $r = 0,0445$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Penelitian lain oleh Choirunnisa & Oktaviana (2025) mencatat bahwa 50,7% siswi mempunyai *body image* positif, sedangkan 49,3% siswi berada pada kategori negatif. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penyebaran kondisi *body image* pada kelompok itu hampir berimbang. Sementara itu, penelitian Alfthatir (2025) memperoleh hasil *p value* sebesar 0,000, sehingga terdapat hubungan signifikan antara *body image* dan kepercayaan diri mahasiswi Bimbingan dan Konseling Universitas Tadulako.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji “Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri Dalam Menyesuaikan Penampilan Fisik pada Mahasiswi di Universitas Abulyatama”.

METODE

Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif menggunakan rancangan *cross sectional study*. Pelaksanaan penelitian dilakukan di Universitas Abulyatama pada 15 juni 2026. Sasaran penelitian mencakup 105 mahasiswi keperawatan. Sampel dipilih melalui *simple random sampling* dan menghasilkan jumlah sebanyak 84 orang.

Pengumpulan data dilakukan dengan memakai kuesioner yang memuat dua variabel, yakni *body image* dan kepercayaan diri. Pengukuran *body image* menggunakan MBSRQ-AS (*The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire—Appearance Scales*) yang dikembangkan oleh Thomas F. Cash. Instrumen tersebut mencakup lima subskala, meliputi evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan pada area tubuh (*body area satisfaction*), kekhawatiran mengalami kegemukan (*overweight preoccupation*), serta klasifikasi berat badan menurut persepsi individu (*self-classified weight*). Sepuluh butir *favorable* dan sepuluh butir *unfavorable*

digunakan dalam setiap pernyataan; pemberian nilainya mengikuti aturan skala Likert.

Kepercayaan diri diukur melalui *Self Confidence Scale* yang dikembangkan oleh Lauster, dengan lima aspek berupa keyakinan atas kapasitas diri, optimisme, sikap objektif, tanggung jawab, serta pola pikir rasional dan realistis. setiap pernyataan terdiri dari item *favorable* (positif) sebanyak 9 item dan *unfavorable* (tidak positif) sebanyak 7 item yang diberi skor sesuai dengan ketentuan skala likert.

Data yang telah diperoleh selanjutnya diolah melalui beberapa tahap, yaitu pemeriksaan data (*editing*), pemberian kode (*coding*), pemasukan data (*entry*), dan penyusunan tabel (*tabulating*). Analisis dilakukan secara univariat serta bivariat dengan menerapkan uji regresi linear sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dan Persentase Karakteristik Responden

Data Demografi	f	%
Usia		
Remaja akhir (19-20 tahun)	56	66,7
Dewasa awal (21-22 tahun)	28	33,3
Total	84	100,0
BB/TB		
Ideal	62	73,8
Tidak ideal	22	26,2
Total	84	100,0

Tabel 1. Di atas menunjukkan 84 responden mayoritas berusia remaja akhir (19-20 tahun) sebanyak 56 responden (66,7%) dan memiliki berat badan dan tinggi badan ideal yaitu 62 responden (73,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dan Persentase Body Image Terhadap Kepercayaan Diri

Variabel Penelitian	f	%
Body Image		
Positif	44	52,4
Negatif	40	47,6
Total	84	100,0
Kepercayaan Diri		
Tinggi	48	57,1
Rendah	36	42,9
Total	84	100,0

Tabel 2. Di atas menunjukkan mayoritas memiliki *body image* yang positif sebanyak 44 responden (52,4%) dan kepercayaan diri yang tinggi sebanyak 48 responden (57,1%).

Tabel 3. Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Dalam Menyesuaikan Penampilan Fisik

Sig (Kolmogorov-Smirnov)	Sig (ANOVA)	R Square
0,200	0,039	0,051

Tabel 3. Memperlihatkan nilai *sig* (Kolmogorov-Smirnov) sebesar 0,200. Angka signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, data penelitian dinyatakan berdistribusi normal. Hasil ANOVA, diperoleh *p-value* sebesar 0,039; temuan ini menunjukkan adanya pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri dalam menyesuaikan penampilan fisik, sebab nilai signifikansinya berada di bawah 0,05. Adapun nilai koefisien determinasi menunjukkan *R square* sebesar 0,051 sehingga *body image* menyumbang 5,1% terhadap kepercayaan diri, sedangkan 94,9% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini didapatkan ada pengaruh pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri dalam menyesuaikan penampilan fisik pada mahasiswi di Universitas Abulyatama. “Pengaruh *Body image* terhadap Kepercayaan Diri pada Mahasiswa” merupakan penelitian Banyamin dkk (2026) yang menghasilkan temuan bahwa *body image* berhubungan secara signifikan dengan kepercayaan diri mahasiswa ($p < 0,05$). Besarnya koefisien determinasi memperlihatkan bahwa *body image* menyumbang sekitar 30-40% terhadap perbedaan tingkat kepercayaan diri mahasiswa.

Studi yang dilaporkan oleh Anindya & Dewi (2025), melalui penelitian berjudul “Pengaruh *Body Image* terhadap Kepercayaan Diri Siswa” menemukan keterkaitan yang bersifat linear dan signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Hasil uji F menghasilkan signifikansi 0,000 ($< 0,05$), sedangkan nilai koefisien determinasi tercatat sebesar 0,184. Angka tersebut menunjukkan bahwa *body image* menjelaskan 18,4% perubahan pada kepercayaan diri.

Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Andiyati (2016) yang berjudul

“Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kepercayaan Diri” menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* dan kepercayaan diri dengan nilai korelasi $r = 0,217$ yang menunjukkan bahwa hubungan *body image* dengan kepercayaan diri berada pada kategori lemah. Berdasarkan temuan tersebut, *body image* hanya menjelaskan 4,71% variasi kepercayaan diri dan termasuk dalam kategori sangat rendah. Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa *body image* bukan determinan utama kepercayaan diri.

Temuan hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kepercayaan diri responden tidak hanya dipengaruhi oleh *body image*, tetapi diduga juga dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Dugaan tersebut sejalan dengan hasil penelitian Musdalifah dkk (2023), yang menyatakan bahwa media sosial termasuk salah satu faktor yang dapat memengaruhi *body image*. Pada mahasiswa, penggunaan media sosial TikTok terbukti berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri, dengan nilai $p = 0,000$. Nilai koefisien regresi yang dihasilkan adalah 0,715, sehingga peningkatan intensitas penggunaan media sosial TikTok diikuti oleh kenaikan tingkat kepercayaan diri.

Body image merupakan topik yang mendapat perhatian cukup besar, terutama di kalangan mahasiswi. Perubahan standar kecantikan yang berlangsung di masyarakat, bersama paparan media sosial dan kebiasaan melakukan perbandingan sosial, mendorong perhatian mahasiswi terhadap keadaan tubuh serta penampilan diri (Anggraini & Mustaqim, 2025). Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh maupun tampilan luar dapat memunculkan konsekuensi psikologis, antara lain penurunan keyakinan diri dan rasa malu. Dalam situasi tertentu, kondisi tersebut juga membuat seseorang enggan berhubungan secara sosial atau menjauh dari kelompok pertemanan (Girindra dkk, 2020).

Seorang mahasiswi kepercayaan diri menjadi salah satu unsur psikologis yang memiliki arti penting. Aspek ini tidak semata-mata menunjukkan keyakinan terhadap kapasitas akademik, tetapi juga tampak melalui keberanian menyampaikan gagasan, kemampuan menjalin hubungan sosial, dan usaha mengembangkan potensi secara maksimal (Alfthatir dkk, 2025). Mahasiswi dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres,

berpartisipasi secara aktif dan menunjukkan kinerja yang optimal (Banyamin dkk, 2026).

Pembentukan kepercayaan diri seseorang berlangsung melalui pengaruh internal dan eksternal, bukan secara spontan. Salah satu unsur yang berkaitan dengan proses tersebut ialah *body image* (Pramesti dkk, 2022). Istilah ini merujuk pada representasi individu mengenai tubuhnya, termasuk cara ia mengamati, merasakan, serta memberikan penilaian terhadap keadaan fisiknya. Cakupannya dapat berupa bentuk badan, bobot tubuh, sampai penampilan secara menyeluruh. Penilaian itu tidak hanya bertumpu pada kondisi fisik yang nyata, karena turut dibentuk oleh pertimbangan subjektif, lingkungan pergaulan, norma budaya, dan keadaan psikologis individu (Banyamin dkk, 2026).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori Callista Roy, yang memandang manusia sebagai sistem adaptif yang terus-menerus berinteraksi dengan berbagai rangsangan lingkungan (Feist & Gregory, 2019). *Body image* berfungsi sebagai rangsangan yang mempengaruhi cara mahasiswi memandang dan mengevaluasi diri mereka melalui proses kognitif, yang pada gilirannya membentuk konsep diri mereka (Sari dkk, 2021). Mahasiswi dengan *body image* positif umumnya menunjukkan respons adaptif, seperti rasa percaya diri yang lebih besar dalam menyesuaikan penampilan fisik mereka. Kondisi yang berlawanan muncul ketika *body image* dinilai negatif, karena keadaan tersebut dapat memicu perilaku kurang adaptif dan menurunkan kepercayaan diri. Artinya, peningkatan penerimaan positif terhadap citra tubuh pada mahasiswi cenderung diikuti oleh semakin kuatnya keyakinan diri ketika menyesuaikan penampilan fisik (Laily & Nursanty, 2024).

Berdasarkan teori Cash dan Pruzinsky, *body image* menggambarkan persepsi seseorang atas bentuk serta ukuran tubuhnya, termasuk gagasan dan emosi yang muncul ketika ia menilai kondisi fisiknya (Malau & Rosito, 2023). Di samping itu, konsep tersebut berhubungan dengan anggapan individu mengenai penilaian orang lain terhadap dirinya; persepsi semacam ini kemudian ikut memengaruhi pembentukan konsep diri dan cara berpikir (Widjaja & Sokang, 2025).

Body image berperan dalam pembentukan kepercayaan diri mahasiswi. Hasil penelitian memperlihatkan adanya mahasiswi yang

memiliki citra tubuh negatif sekaligus kepercayaan diri rendah, tetapi ditemukan pula responden dengan citra tubuh negatif yang tetap menunjukkan kepercayaan diri tinggi. Mereka yang memandang penampilan fisiknya secara positif biasanya lebih mantap terhadap kemampuan pribadi, tidak ragu berkomunikasi dengan orang lain, dan merasa lebih leluasa menyatakan pendapat. Sebaliknya, persepsi yang buruk terhadap kondisi tubuh dapat mengurangi kepercayaan diri karena perhatian individu lebih banyak tertuju pada kekurangannya. Temuan ini menegaskan bahwa tingkat kepercayaan diri dalam aktivitas sehari-hari berkaitan dengan cara seseorang memahami, menerima, serta mengevaluasi dirinya.

KESIMPULAN

Hasil penelitian memperlihatkan ada pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri mahasiswi keperawatan Universitas Abulyatama ketika mereka menyesuaikan tampilan fisiknya. Mahasiswi diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri terhadap penampilan fisik yaitu dengan memiliki *body image* yang positif. Sementara itu bagi peneliti mendatang disarankan agar merancang studi dengan desain, variabel, maupun karakteristik sampel yang berbeda dari kajian ini. Lebih jauh, peneliti lain dapat memanfaatkan isu-isu kesehatan serta basis data yang telah disajikan dalam penelitian ini sebagai referensi dan landasan untuk penelitian lanjutan yang relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahadzadeh, A. S., Ong, F. S., & Sharif, S, P. (2023). Relationship Between Positive Body Image and Selective Visual Self-presentation on Social Networking Sites: Moderating Role of Gender. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 27 (2), 58–73. <https://doi.org/10.7454/hubs.asia.1101>.
- Alfhatir, M, N., Munifah., Arifyadi, A., Fitriani, D. (2025). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2024 Universitas Tadulako. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8 (12). <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/5932142>.
- Al-Hana, T., & Intansari, F. (2025). Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri pada Mahasiswa Putri. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 55–64. DOI:10.37278/jipsi.v7i1.906.
- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(4), 80–88. <https://journal.student.uny.ac.id/index.php/fipbk/article/view/1157>.
- Anggraini, & Mustaqim. (2025). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Karang Taruna di Kecamatan Turi. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 17(2), 456–460. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1966.01730110008002>.
- Anindya, V, A & Dewi, S. (2025). Pengaruh Body Image terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMA Sri Jaya Negara Palembang. *Jurnal FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan* 8 (6). DOI 10.22460/fokus.v8i6. 27918.
- Anugrarisita, E., Suman, J., & Manurung, R. (2024). Pengaruh Body Image dan Kepercayaan Diri Mahasiswi San Agustin di Era Media Sosial. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Mental* 395–405. <https://proceeding.unnes.ac.id/snpjkmppd/article/view/4213>.
- Banyamin, F. O., Indarwati, A. ., & Mursyid, M. (2026). Pengaruh Body image terhadap Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 5(2), 861–868. <https://doi.org/10.57250/ajpp.v5i2.268>.
- Choirunnisa, P., & Oktaviana, R. (2025). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswi SMA Negeri 1 Tungkal Jaya Kabupaten Musi Banyuasin. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan*, 6 (2), 507–517. www.jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/index
- Feist, J. & Gregory, J. F. (2019). *Teori Kepribadian*. Salemba Humanika, Jakarta.
- Frisca, J., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Hubungan Body Image Dengan

- Kepercayaan Diri pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 25 Kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(2). <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.13081>
- Girindra, R., Weliangan, S. Y., & Pardede, F. (2020). Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri pada Mahasiswi Pengguna Kosmetik Wardah. *Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma*, 11(2). <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/2259>
- Laily, D., & Nursanti, I. (2024). Model Konsep Teori Callista Roy pada Asuhan Keperawatan Dengan Anorexia Nervosa. *Nusantara Hasana Journal*, 3(8). <https://doi.org/10.59003/nhj.v3i8.1066>
- Malasari, F. A., & Mukhlis, M. (2022). Apakah Body Image Berperan terhadap Self-Esteem? Studi Pada Mahasiswi UIN Suska Riau. *Jurnal Psikologi*, 18(2). <https://doi.org/10.24014/jp.v18i2.16763>
- Malau, B. F. A., & Rosito, A. C. (2023). Hubungan Body Image terhadap Kepercayaan Diri Wanita Dewasa Awal. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(4), 6395–6408. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/4289>
- Musdalifah, Iswandari, R. K., & Setiyowati, E. (2023). Media Sosial Tiktok dan Tingkat Kepercayaan Diri. *Jurnal Sebatik* 27 (2), <https://doi.org/10.46984/sebatik.v27i2.2399>.
- Pramesti, M. A., Usman, A. M., & Helen, M. (2022). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Putri di Wilayah Rw 024 Kelurahan Tlajung Udik. *Malahayati Health Student Journal* 2 (2), 167–186. <https://doi.org/10.46984/sebatik.v27i2.2399>
- Putri, R. A. A. (2025). Hubungan Citra Tubuh dan Kepuasan Hidup pada Wanita dengan Berat Badan Tidak Sesuai BMI. *Jurnal Psikologi*, 2(3), 1–15. <https://doi.org/10.47134/pjp.v2i3.3972>
- Rengga, O. L., & Soetjningsih, C. H. (2022). Body Image Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Dewasa Awal. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 6 (1). <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i1.4851>
- Sabilla, U., Yahya, M., & Rosita, D. (2025). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri Unggul Aceh Timur. *Jurnal Suloh*, 10 (2), 51–58. <https://doi.org/10.24815/suloh.v10i2.40015>
- Saputri, R. D., & Herdajani, F. (2023). Hubungan Antara Citra Tubuh dan Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswi Fakultas Ilmu Komunikasi Angkatan 2021 Universitas Persada Indonesia. *Jurnal Psikologi Kreatif dan Inovatif*, 6 (2), 89–101. <https://journals.upiyai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/view/302>
- Sari, Wirman, W., & Dekrin, A. (2021). Pengaruh Body Image terhadap Konsep Diri Mahasiswi Public Relation di Kota Pekanbaru. *CoverAge: Journal of Strategic Communication*, 12(1), 52–60. <https://doi.org/10.35814/coverage.v12i1.2610>
- Sawijid., Abimanyu, P. G., Mardiaty, A. I. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Mahasiswi Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmiah Permas J Ilm STIKES Kendal*, 12(3): 615–22. Available from: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM%0AFAKTO>
- Sya, A. N., Hafidah, L., Fauziah, N. (2023). Konsep Diri pada Mahasiswi yang Mengalami Obesitas di Jurusan Kesehatan Prodi DIII Keperawatan Politeknik Negeri Madura. *Jurnal Sains dan Teknologi Kesehatan*, 5 (1), 11-17. <https://jurnal.poltera.ac.id/index.php/jurnalkehatan/id/article/view/235>
- Widhasari, M., & Soetjningsih, N. (2023). Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri pada Mahasiswi yang Mengalami Kegemukan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 5 (2). <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/14268>
- Widjaja, A., & Sokang, Y. A. (2025). Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri Dikalangan Mahasiswa. *INNOVATIVE: Journal Of Social ScieNce Research*, 5(4). <https://doi.org/10.31004/innovative.v5i4.21233>

Wuisang, M., Pitoy, F. F., & Mareyke, P. F.
(2023). Body Image dan Pola Makan
pada Mahasiswi Keperawatan
Universitas Klabat. *Malahayati Health
Student Journal*, 3 (5). DOI:
[https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i5.10
353](https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i5.10353)