
HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI SMA NEGERI 9 PALEMBANG

Oleh

Fitri Yanti Mutmainah¹, Rina Oktaviana²

^{1,2}Universitas Bina Darma

E-mail: ¹fitriiyantiii@gmail.com, ²rina.oktaviana@binadarma.ac.id

Article History:

Received: 05-07-2024

Revised: 25-07-2024

Accepted: 11-08-2024

Keywords:

Social Support, Body Image,
Social Media, Teenagers,
High School 9 Palembang

Abstract: This study aims to describe and explain the "relationship of social support with body image in social media teenagers in 9 Palembang State High School." The dependent variable used in the research is the body image, with a measurement scale referring to the aspects presented by Cash and Pruzinsky (2002). While the independent (free) variable of the study is social support, the measuring scale refers to those aspects proposed by Sarafino. (2011). The sample technique used is purposive sampling. The subjects of the study were adolescent students of the X and XI classes with the age range of 15-19 years and are active users of social media, followed by the number of students of the X class and XI. The total student population was 712 with a total sample of 88 students. Data compilation using a questionnaire with a Likert measurement scale. Data quality testing is carried out through validity testing and reliability testing. Classical assumption testing is done with normality testing, linearity unification, and hypothesis testing. The results of the research showed that there was a positive and significant relationship between social support and body image, and there is a link between social backing and body images in the students of X grade and 9th grade in Palembang.

PENDAHULUAN

Pada tanggal 26 oktober saya melakukan kunjungan ke SMA 9 Palembang, dan melakukan observasi terhadap remaja di SMA 9 Palembang, dimana remaja di SMA 9 cenderung membentuk kelompok berdasarkan minat yang sama, seperti hobi, olahraga, seni, dan akademik. Remaja di SMA Negeri 9 Palembang bersikap ramah dan sopan. Ada juga beberapa remaja yang menunjukkan perilaku dominan dalam kelompoknya. Hubungan antara remaja dan guru terlihat baik dan akrab. Remaja menghormati guru, tetapi juga merasa nyaman untuk berdiskusi dan bertanya. Remaja di SMA Negeri 9 rata-rata berpenampilan bersih, rapi dan sopan, remaja di SMA Negeri 9 juga memiliki penampilan fisik yang beragam, ada yang berkulit putih, kuning langsat dan sawo matang, kemudian ada yang memiliki tinggi badan yang pendek dan tinggi, ada juga yang memiliki ukuran

tubuh kecil, sedang dan gemuk, keberagaman penampilan fisik di SMA negeri 9 ini tentu membentuk citra tubuh yang berbeda juga pada remaja di SMA negeri 9 Palembang. Penelitian yang dilakukan oleh Zuvita, dkk (2022) pada 80 remaja mendapatkan hasil bahwa hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh pada remaja. Hasil penelitian ini menyarankan remaja untuk memberi dukungan sosial teman sebaya kepada remaja, remaja yang memiliki citratubuh negatif untuk tetap merasa puas terhadap citra tubuh mereka. Anyang, Era dan Hidayat (2023) Dalam penelitian menemukan hasil bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dengan citra tubuh. Sejalan dengan itu Pramaetri dan Wilani (2023) juga menemukan hasil yang sama bahwa terdapat keterkaitan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap citra tubuh remaja. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengkaji lebihdalam agar data yang dihasilkan mampu dideskripsikan secara utuh dan factual dengan judul **“Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra tubuh Pada Remaja Pengguna Sosial Media Di SMAN 9 Palembang”**.

LANDASAN TEORI

Citra tubuh menurut Denich & Ifdil, (dalam Indah, 2020) diartikan sebagai sikap seseorang terhadap tubuhnya dari segi ukuran, bentuk maupun estetika berdasarkan evaluasi individual dan pengalaman efektif terhadap atribut fisiknya. Menurut Cash dan Pruzinsky citra tubuh terbagi ke dalam beberapa aspek (Dianningrum, 2021), diantaranya ialah evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh. Menurut (Sari & Abrori, 2019) menyebutkan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh, diantaranya jenis kelamin, media massa dan hubungan internasional.

Cohen dan Syme menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah hubungan antar individu yang didalamnya terdapat saling memberi bantuan, kepercayaan, dan saling menghargai (Mardianto, 2017). Menurut Sarafino dan Smith (2014) terdapat aspek dari dukungan sosial, diantaranya yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial. Menurut Myers (2012), faktor yang mempengaruhi terbentuknya dukungan sosial, yaitu empati, norma, pertukaran sosial dan sosiologi.

Masa remaja adalah masa peralihan dimana anak-anak berkembang menjadi dewasa dimulai dari umur 12 tahun dan pada akhir awal 20 tahun (Putro, 2017). Menurut Ahyani(2018) tahapan perkembangan remaja dapat dikategorikan menjadi masa remaja al (12-14 tahun), remaja pertengahan (15-18 tahun) dan masa remaja akhir (19-21 tahun). Tugas perkembangan di masa remaja membutuhkan perubahan perilaku dan sikap. Akibatnya, sangat sedikit anak putra dan putri yang dapat melakukan hal-hal ini dengan baik di masa remaja awal (Hurlock, 2019).

Menurut Alim (2018), media sosial adalah sarana, cara, alat atau wadah untuk menunjang keharmonian untuk bersosial, karena itulah dia dinamakan media sosial, seharusnya orang yang anti dengan sosial itu tak boleh bermedia sosial atau diperbolehkan dengan syarat media itu menjadi sarana terapi psikisnya agar kelak mereka (orang yang anti sosial) bisa berubah dengan mempunyai integritas sosial yang tinggi. Menurut Apriadi Tamburaka (2013) media sosial mempunyai beberapa karakteristik yaitu jaringan, informasi, arsip, interaksi, simulasi sosial dan konten oleh pengguna. Menurut Endah

Triastuti dkk (2017) dampak positif dari penggunaan media sosial yaitu mengembangkan relasi pertemanan, sebagai media informasi, menambah wawasan, keterampilan, dan pengembangan bakat dan media komersial atau bisnis online. Menurut Endah Triastuti, dkk (2017) dampak negatif dari penggunaan media sosial adalah pengaruh medsos dan game online, menurunnya sosialisasi yang riil, hoax yang menimbulkan konflik di media sosial dan media sosial menjadi ladang kriminalitas dan cyber-bullying.

Citra tubuh tidak merupakan suatu konsep yang statis, melainkan berkembang lewat interaksi dengan orang lain dan lingkungan sosial atau sekitar, serta mengalami perubahan sepanjang usia sebagai tanggapan timbal balik dari lingkungan (Cash dan Pruzinsky 2002). Dukungan sosial teman sebaya, keluarga dan lingkungan sekitar dalam hubungan interpersonal yang mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan individu mengenai tubuhnya. Dukungan sosial adalah suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu atau kelompok. Penelitian yang dilakukan oleh Puspita dkk (2019) mengidentifikasi bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial dengan citra tubuh. Zuvita dkk(2022) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ada hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh pada remaja. Berdasarkan uraian dan temuan penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan citra tubuh. Hal ini menandakan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan citra tubuh pada diri remaja, karena remaja yang memiliki dukungan sosial yang tinggi akan dapat menerima dan mencintai tumbuh kembang tubuhnya.

METODE PENELITIAN

Variabel dependent (terikat) penelitian: Citra Tubuh dan variabel independent (Bebas) penelitian: Dukungan Sosial. Citra Tubuh diukur dengan skala yang mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002). Dukungan Sosial ini diukur dengan skala yang mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh (Sarafino, 2011). Teknik pengambilan sampelnya adalah purposive sampling. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa remaja kelas X dan XI dengan rentang usia 15-19 tahun dan merupakan pengguna aktif sosial media, berikut jumlah siswa kelas X dan XI. Berdasarkan rumus Solvin dengan jumlah populasi 712 siswa maka jumlah sampel paling sedikit 88 siswa. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Skala pengukuran data yang dipakai dalam instrumen penelitian yaitu skala *likert*. Uji kualitas data dilakukan melalui uji validitas dan uji reliabilitas. Uji asumsi klasik dilakukan dengan uji normalitas, uji linearitas dan uji hipotesis.



Gambar 1. Kerangka Berpikir

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Normalitas

Tabel. 9 Hasil Uji Normalitas

Variabel	KS-Z	p	Keterangan
Dukungan Sosial	0,618	0,840	Normal
Citra Tubuh	1,221	0, 101	Normal

Sumber: Peneliti (2024)

Hasil Uji Linearitas

Tabel. 10 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	p	Keterangan
Dukungan Sosial dan Citra Tubuh	15.554	.000	Linear

Sumber: Peneliti (2024)

Hasil Uji Hipotesis

Tabel. 11 Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	R	R ²	P	Keterangan
Dukungan Sosial (X)dengan Citra Tubuh (Y)	0,370	0,137	0,000	Signifikan

Sumber: Peneliti (2024)

Pembahasan

Dukungan sosial memiliki peran penting dalam membentuk dan memelihara citra tubuh individu. Individu yang mendapat dukungan dari keluarga, teman, atau lingkungan sosialnya, mereka cenderung memiliki pandangan yang lebih positif tentang tubuhnya sendiri. Dukungan sosial ini dapat berupa dorongan, pujian, atau bahkan bantuan praktis

yang meningkatkan rasa percaya diri dan penerimaan diri. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial atau pengalaman negatif seperti kritik dan penilaian dapat memperburuk citra tubuh dan meningkatkan rasa ketidakpuasan. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial yang kuat lebih mampu mengatasi tekanan untuk memenuhi standar kecantikan yang tidak realistis dan memiliki kepercayaan diri yang lebih baik terkait penampilan fisik. Penelitian ini melibatkan 100 siswa kelas X di SMA Negeri 9 Palembang. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan citra tubuh. Hasil tersebut diketahui dari nilai sig uji *korelasi pearson* yaitu ($0,000 < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Zuvita, dkk (2022) yaitu terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* atau citra tubuh. Hubungan antara dukungan sosial dan citra tubuh memiliki signifikansi yang mendalam, terutama dalam konteks kehidupan sosial (Doori, dkk, 2022). Dukungan sosial mencakup dukungan emosional, informasi, dan praktis dari keluarga, teman, dan komunitas (Christanti & Wati, 2023). Dukungan sosial berperan penting dalam membentuk persepsi individu tentang citra tubuhnya sendiri. Sumbangan efektif yang besar diberikan variabel dukungan sosial (variabel bebas) dan variabel citra tubuh (variabel terikat) disebabkan karena kecocokan dengan teori yang digunakan dalam penelitian ini serta diksi pada sebaran aitem skala yang digunakan dalam penelitian dapat dipahami dengan mudah dan berhubungan dengan fenomena yang terjadi dilapangan. Berdasarkan hasil analisa dilapangan bahwa dukungan sosial benar mempengaruhi citra tubuh pada remaja pengguna sosial media di SMA Negeri 9 Palembang. Jika individu menerima dukungan positif, maka individu tersebut cenderung memiliki pandangan yang lebih sehat dan realistis tentang tubuhnya sendiri. Hal tersebut disebabkan oleh dorongan dan validasi dari lingkungan sekitar membantu individu merasa lebih diterima dan dihargai (Aristantya & Helmi, 2019). Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial atau menerima kritik negatif dapat meningkatkan risiko berkembangnya citra tubuh yang negatif, yang dapat berdampak buruk pada kesejahteraan mental dan emosional. Pernyataan ini didukung oleh Puspita et al (2017) yang mengatakan bahwa dukungan sosial dapat menaikkan citra tubuh positif seseorang, begitu juga sebaliknya.

Dukungan sosial memiliki peran yang penting dalam meningkatkan citra tubuh seseorang, karena dapat memberikan rasa penerimaan dan validasi yang sangat dibutuhkan. Individu yang dikelilingi oleh lingkungan yang mendukung cenderung merasa lebih dihargai dan diterima tanpa mengaitkan nilai diri mereka dengan penampilan fisik semata. Dukungan ini dapat berupa pujian yang tulus, dorongan untuk menjaga kesehatan, dan penguatan positif dari orang-orang terdekat. Melalui interaksi ini, individu dapat mengembangkan perspektif yang lebih sehat tentang tubuh mereka, mengurangi perasaan ketidakpuasan dan stres yang berkaitan dengan standar kecantikan yang tidak realistis. Dukungan sosial juga dapat membantu dalam membangun kepercayaan diri dan motivasi untuk melakukan perubahan gaya hidup yang positif, seperti olahragadan pola makan sehat, sehingga dapat meningkatkan citra tubuh pada tiap individu yang mendapat dukungan sosial. Dukungan sosial tidak hanya memperbaiki pandangan individu tentang tubuhnya sendiri, tetapi juga memperkuat kesehatan mental dan emosional tiap individu. Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan. Hasil penelitian ini juga

sejalan dengan penelitian Puspita & Huda (2017), yaitu dukungan sosial memiliki hubungan dengan citra tubuh, karena semakin baik dukungan sosial maka citra tubuh juga akan baik, sehingga individu yang mendapat dukungan sosial positif dapat memiliki perspektif yang baik terhadap tubuhnya sendiri. Berdasarkan hasil data deskripsi yang berjumlah 100 subjek, pada variabel dukungan sosial Remaja di SMA Negeri 9 Palembang yang memiliki dukungan sosial tinggi berjumlah 18%. Kemudian Remaja di SMA Negeri 9 yang memiliki dukungan sosial sedang berjumlah 66%, serta Remaja di SMA Negeri 9 yang memiliki dukungan sosial rendah berjumlah 16%. Kemudian berdasarkan hasil data deskripsi yang berjumlah 100 subjek, pada variabel citra tubuh Remaja di SMA Negeri 9 yang memiliki citra tubuh tinggi berjumlah 10%. Remaja di SMA Negeri 9 yang memiliki citra tubuh sedang berjumlah 75%, Remaja di SMA Negeri 9 yang memiliki citra tubuh rendah berjumlah 15%.

Remaja di SMA Negeri 9 Palembang dalam penelitian ini mayoritas memiliki dukungan sosial dan citra tubuh yang termasuk dalam kategori sedang, artinya hubungan antara dukungan sosial dan citra tubuh cukup signifikan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Perangin-Angin & Chandra (2022), yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan citra tubuh, sehingga citra tubuh akan mengikuti arah positif atau negatif dukungan sosial. Remaja di SMA Negeri 9 Palembang dalam penelitian ini memiliki dukungan sosial dan citra tubuh yang tidak terlalu tinggi juga tidak terlalu rendah. Dukungan sosial yang diperoleh dari keluarga, teman, dan komunitas dapat membantu individu merasa lebih nyaman dan puas dengan penampilan, meskipun dampaknya tidak sebesar pada kategori tinggi. Remaja di SMA Negeri 9 Palembang dengan tingkat dukungan sosial sedang masih mengalami fluktuasi dalam persepsi terhadap citra tubuh, tetapi Remaja di SMA Negeri 9 Palembang memiliki dukungan sosial yang cukup untuk mengatasi tekanan sosial dan standar kecantikan. Meskipun demikian, pada kategori sedang, individu masih perlu usaha tambahan dalam mencari dan memanfaatkan dukungan sosial agar dapat mempertahankan citra tubuh yang positif, terutama ketika menghadapi tantangan atau kritik yang dapat merusak persepsi terhadap diri sendiri. Dukungan sosial dapat menentukan apakah subjek penelitian dapat memiliki citra tubuh yang baik atau buruk. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa jika dukungan sosial tinggi maka citra tubuh juga tinggi, sedangkan jika dukungan sosial rendah maka citra tubuh juga rendah. Hasil ini sejalan dengan penelitian terdahulu yaitu penelitian Anyang et al (2023) yang menjelaskan bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan citra tubuh signifikan. Citra tubuh yang baik dapat memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan fisik dan mental seseorang. Ketika individu merasa puas dengan penampilan fisiknya, maka individu cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, lebih mampu menghadapi stres, dan lebih bersemangat untuk terlibat dalam aktivitas sosial dan fisik. Hal ini sering kali berhubungan dengan gaya hidup sehat, karena mereka merasa termotivasi untuk menjaga kesehatan tubuh mereka melalui olahraga dan pola makan yang baik. Sebaliknya, citra tubuh yang buruk dapat menyebabkan dampak negatif yang luas, termasuk peningkatan risiko gangguan makan, masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan, serta penurunan kualitas hidup. Individu dengan citra tubuh yang buruk mungkin merasa terasing, kurang percaya diri, dan mengalami kesulitan dalam menjalani interaksi sosial atau menjaga kesehatan fisik mereka, yang pada

akhirnya dapat menghambat potensi mereka dalam berbagai aspek kehidupan. Febriani & Rahmasari (2022) menyampaikan bahwa dukungan sosial positif memiliki peran dalam membentuk citra tubuh yang positif pada seseorang, sebaliknya jika dukungan sosial negatif maka akan berperan membentuk citra tubuh yang negatif. Pramaetri & Wilani (2023) juga menyampaikan bahwa dukungan sosial yang baik dapat meningkatkan citra tubuh ke arah yang positif, karena kedua variabel tersebut memiliki tingkat hubungan yang baik. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan citra tubuh pada siswa kelas X SMA 9 Palembang. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengambil kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu terdapat hubungan antara dukungan sosial dan citra tubuh pada siswa kelas X SMA 9 Palembang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui nilai sig $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan citra tubuh. Nilai korelasi antara variabel dukungan sosial dan variabel citra tubuh, yaitu dengan nilai $R = 0,370$ dengan nilai $R^2 = 0,137$ dan $P = 0,000$ dimana nilai $p < 0,01$. Hasil ini menunjukkan Adanya hubungan yang signifikan, dengan sumbangan efektif yang diberikan dukungan sosial terhadap citra tubuh yaitu sekitar 13,7% jadi terdapat 86,3% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan Terdapat hubungan antara dukungan sosial dan citra tubuh pada siswa kelas X SMA 9 Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ahyani, L.N. (2018). "Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja." Ali M., & Asrori, M. (2016). Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Bumi Aksara.
- [2] Anyang, Y., Era, D. P., & Hidayat, A. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra Tubuh Pasien Fibroadenoma Mammae Di Rsud Dr. H. Soemarno Sosroatmodjo Tanjung Selor. *Aspiration of Health Journal*, 1(2), 221-229.
- [3] APJII, B. (2022). Hasil survey profil internet indonesia 2022. Apji.or.Od, June. apji.or.id
- [4] Apriadi Tamburaka, (2013). Cerdas Bermedia Khalayak Media Masa (Jakarta:Raja Grafindo)
- [5] Aprilia Nuryanti & Rahayu Setyaningsih. (2022). "Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi," Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 4(2), hlm. 198-204
- [6] Aristantya, E. K., Helmi, A. F., Psikologi, F., & Gadjah, U. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Journal of Psychology* 5(2), 114-128. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- [7] Azizah, E., & Baharuddin, F. (2021). Hubungan antara fear of missing out (fomo) dengan kecanduan media sosial instagram pada remaja. *Humanistik* 45, 9(1), 15-25.
- [8] BSNP. (2016). Permendiknas RI No. 22 Tahun 2006 tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta: BSNP

- [9] Christanti, Anandati & Wati, Caroline. L. S. (2023). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau yang berdomisili di dormitory unika atma jaya. *Jurnal Psiko Edukasi*, 21(2), 106-122. DOI: 10.25170/psikoedukasi.v21i2.4947
- [10] Dianningrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. *Jurnal penelitian psikologi*, 8(7), 194-203.
- [11] Doorri, Z., Hekmat, K., Mousavi, P. et al. (2022). Investigation of the relationship between perceived social support and body image in women with breast cancer. *Middle East Curr Psychiatry* 29, 49. <https://doi.org/10.1186/s43045-021-00165-x>
- [12] Elisa, N. N., Elfiana, L. N., Rahma, D. A., & Muhid, A. (2021). Citra Tubuh, Dukungan Sosial Teman Sebaya, Dan Penerimaan Diri Pada Orang Dengan Obesitas (Odo). *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 16(2), 198-207.
- [13] Erwin Jusuf Thaib. (2021). *Problematika Dakwah Di Media Sosial*, Sumatra Barat: Insan Cendekia Mandiri
- [14] Febriani, R. A & Rahmasari, Diana. (2022). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna tiktok. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 9(4). 55-68.
- [15] Grogan, S. (2017). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Third Edition. New York: Routledge.
- [16] Grogan, S. (2022). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women and children (fourth edi)*. Routledge.
- [17] Hootsuite. (2023). *Social Media User Indonesia 2023*. <https://www.hootsuite.com> diakses pada tanggal 25 April 2023.
- [18] Hurlock, E. (2019). *Psikologi Perkembangan*. 5 ed. Erlangga.
- [19] Khasanah, W. N., & Sianturi, R. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Body Image pada Siswi SMP. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 107-118.
- [20] Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- [21] Kusumasari, H., & Hidayati, D. S. (2014). Rasa malu dan presentasi diri remaja di media sosial. *Jurnal psikologi teori dan terapan*, 4(2), 91-105.
- [22] Lilishanty, Eka Dina. (2019). Hubungan Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Dengan Psychological Well Being Pada Remaja Kelas 11 Di Sman 21 Jakarta. *Ikraith-Humaniora*, 3(1).
- [23] Mardianto. 2017. *Psikologi Pendidikan*. Medan: Perdana Publishing.
- [24] Martiyana, A., & Satyawan, I. A. (2019). Pengaruh intensitas penggunaan media, konsep harga diri, terhadap konstruksi identitas diri remaja dalam kehidupan media sosial instagram. Universitas Sebelas Maret
- [25] Myers G. D., (2012). *Psikologi sosial edisi 10*. Jakarta: Salemba Humanik: Jakarta
- [26] Perangin-Angin, E.D & Chandra, Andy. (2022). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Body Image Pada Wanita Dewasa Madya Di Kelurahan Tangsi Kecamatan Binjai Kota. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 4(1). 71-81. DOI: <http://dx.doi.org/10.31289/tabularasa.v4i1.1121>.
- [27] Permendikbud. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik*

- Indonesia Nomor 57 Tahun 2014 Tentang Kurikulum 2013 Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah
- [28] Pramaetri, Made, F. B & Wilani, Ni. M.A. (2023). Peran kebersyukuran dan dukungan sosial teman sebaya terhadap citra tubuh remaja. *Jurnal Psikologi Konseling*, 14(1), 1-13.
- [29] Pratiwi, L. R. (2021). *Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Modelling Di Andika Production* (Skripsi, Universitas Medan Area).
- [30] Pratiwi, N. P. R. C., & Wilani, N. M. A. (2023). Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Penerimaan Diri Terhadap Citra Tubuh Negatif Remaja Awal Perempuan Di Kota Denpasar. *Psikologi Konseling*, 14(1), 89-103.
- [31] Puspita, Rika & Huda, Nurul. (2017). Hubungan dukungan sosial dengan citra tubuh pasien mastektomi. Volume 8. 56-67.
- [32] Puspita, R. T., Huda, N., & Safri, S. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra Tubuh Pasien Kanker Payudara Post Op Mastektomi. *Jurnal Ners Indonesia*, 8(1), 56-68.
- [33] Putro, K.Z. (2017). Memahami ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
- [34] Rombe, S (2014). Hubungan Body Image Dan Kepercayaan Diri Dengan Prilaku Konsumtif Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 5 Samarinda. *eJournal Psikologi*, 2 1, 76-91.
- [35] Sahaja. (2017). Pengaruh Self Image dan Penerimaan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Remaja yang Mengunggah Foto Selfie di Media Sosial Instagram. *Jurnal IKRAITH-HUMANIORA*, 6(1), 37-38.
- [36] Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup Jilid I*. (B. Widiasinta, Penerj.) Jakarta: Penerbit Erlangga.
- [37] Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. New York, United States: John Wiley & Sons, Inc
- [38] Setyaningsih, P.H., Hasanah, U., Romlah, S.N. dan Risela, E. (2021) "Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Seksual Remaja Pada Siswa Siswi Di Smk Sasmita Jaya 1 Pamulang," *Edu Dharma Journal: Jurnal penelitian dan pengabdian masyarakat*, 5(1), hlm. 87. Tersedia pada: <https://doi.org/10.52031/edj.v5i1.97>.
- [39] Sinaga, B. B. F. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Body Image Pada Wanita Didesa Bandar Tengah* (Skripsi, Universitas Medan Area).
- [40] Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: (Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)* (Cet. 6). Alfabeta.
- [41] Titisari, A.S., Kadek, L., Swandewi, R., Kowara, M., Anggia, M., Fajar, P., Udayana, U. dan Rai, U.N. (2021). "Hubungan Antara Faktor Sosiodemografi Dan Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Seks Pra-Nikah Remaja Bali," 6(02), hlm. 1-9.
- [42] Triastuti, Endah., Dimas Adrianto Indra Prabowo, dan Akmal Nurul. (2017) *Kajian Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Anak dan Remaja*. Depok: Pusat Kajian Komunikasi FISIP UI
- [43] Varinder Taprial dan Priya Kanwar. (2012). *Understanding Social Media*. London: Ventus Publishing ApS

-
- [44] Wiranatha, F. W., & Supriyadi. (2015). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Putri di Kota Denpasar: *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1).
- [45] Zuvita, F., Arneliwati, A., & Nauli, F. A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Body Image Pada Remaja. *Jurnal Ners Indonesia*, 12(2), 177-185.