

PERAN *SELF-ESTEEM* TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA REMAJA PEREMPUAN

NUGRAISA NAFIDA ARSYA & TIARA DIAH SOSIALITA*

*Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan yang ada di Indonesia. *Body dissatisfaction* merupakan permasalahan yang sering muncul pada masa remaja, terutama pada remaja perempuan. *Body dissatisfaction* dapat dipengaruhi oleh *self-esteem*. Seseorang dengan *self-esteem* yang rendah memiliki kecenderungan untuk menginternalisasi standar kecantikan dan melakukan *social comparison*, yang kemudian dapat meningkatkan *body dissatisfaction*nya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei terhadap 182 remaja perempuan berusia 10-19 tahun. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) dan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34). Hasil analisis menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki peran terhadap *body dissatisfaction*, dimana semakin tinggi *self-esteem* remaja, semakin rendah *body dissatisfaction*nya.

Kata kunci: *self-esteem, body dissatisfaction, remaja perempuan*

ABSTRACT

This study aims to explore the role of self-esteem on body dissatisfaction in adolescent girls in Indonesia. Body dissatisfaction is a problem that often arises during adolescence, especially in adolescent girls. Body dissatisfaction can be influenced by self-esteem. Someone with low self-esteem has a tendency to internalize beauty standards and engage in social comparison, which can then increase their body dissatisfaction. This study uses a quantitative approach using a survey method on 182 adolescent girls aged 10-19 years. The measuring instruments used in this study are the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) and the Body Shape Questionnaire (BSQ-34). The results of the analysis show that self-esteem has a role in body dissatisfaction, where the higher the self-esteem of adolescents, the lower the body dissatisfaction.

Keywords: *self-esteem, body dissatisfaction, female adolescents*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang melibatkan pematangan fisik yang terjadi secara cepat baik secara biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2013). Perubahan ini akan mengakibatkan tubuh remaja mengalami peningkatan tinggi dan berat badan, peningkatan produksi hormon secara drastis, perubahan minat dan motivasi, serta labilitas emosional. Perubahan yang terjadi pada remaja laki-laki dan remaja perempuan cukup berbeda. Remaja perempuan akan mengalami peningkatan lemak tubuh sebanyak 120%, sedangkan remaja laki-laki

akan mengalami peningkatan masa otot (Ricciardelli & Yager, 2016). Perubahan ini mengakibatkan tubuh remaja perempuan semakin menjauhi standar kecantikan yang ada dan mengakibatkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Santrock, 2012).

Ketidakpuasan tubuh atau *body dissatisfaction* adalah pikiran, perasaan, dan perilaku negatif seseorang terhadap tubuhnya (Cooper & Taylor, 1988; Grogan, 2017). *Body dissatisfaction* merupakan masalah yang sering muncul pada remaja (Santrock, 2013). Garbett dkk. (2022) dalam surveinya dengan UNICEF pada tahun 2020 melaporkan bahwa lebih dari tiga perempat wanita muda ingin mengubah sesuatu terkait dengan penampilannya dan hampir setengahnya melaporkan bahwa kekhawatiran mengenai penampilan mencegah mereka melakukan hal-hal yang ingin mereka lakukan. Survei ini dilakukan pada 1441 wanita muda dari 34 provinsi yang ada di Indonesia dengan 73% respondennya berusia 15 hingga 19 tahun.

Remaja perempuan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami *body dissatisfaction* daripada remaja laki-laki (Mäkinen dkk., 2012; Pingitore, 1997; Quittkat dkk., 2019). Hal ini mungkin terjadi karena tekanan yang diterima perempuan untuk mengikuti standar kecantikan lebih tinggi daripada tekanan yang dialami laki-laki.

Menurut Santrock (2012), *body dissatisfaction* seringkali muncul pada masa remaja awal saat tubuh mengalami banyak perubahan dari segi fisik dan akan mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia (Calzo dkk., 2012; Paxton dkk., 2006; Tiggemann, 2005). *Body dissatisfaction* dapat menyebabkan perilaku yang membahayakan kesehatan, seperti penggunaan steroid untuk memperbaiki penampilan, perilaku diet yang tidak sehat, dan gangguan makan (Cooper dkk., 1987; Grogan, 2017).

Body dissatisfaction dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti faktor fisik dan biologis, pengaruh media, pengaruh orang tua dan keluarga, pengaruh teman sebaya, faktor budaya, dan faktor individu (Ricciardelli & Yager, 2016). Menurut Quick dkk. (2013), faktor psikologis seperti *self-esteem*, depresi, perfeksionisme, dan *self-efficacy*, lebih berkaitan secara langsung dengan *body dissatisfaction* jika dibandingkan dengan faktor lingkungan sosial seperti tekanan untuk menjadi kurus dari orang tua dan teman sebaya. Dalam penelitiannya, Paxton dkk. (2006) dan Quick dkk. (2013) menemukan bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh yang lebih signifikan terhadap *body dissatisfaction* remaja perempuan jika dibandingkan dengan depresi.

Self-esteem adalah *attitude* positif atau negatif seseorang terhadap dirinya (Rosenberg, 1965). Seseorang dengan *self-esteem* yang tinggi merasa bahwa dirinya adalah orang yang berharga, dan dia menghargai dirinya apa adanya. Menurut Rosenberg (1965 dalam Mruk, 2006), ada atau tidaknya *perceived worthiness* akan menentukan arah *self-esteem* seseorang. Seseorang dengan *self-esteem* yang rendah memiliki identitas diri yang kurang jelas (Mruk, 2006; Santrock, 2013), sensitif terhadap isyarat sosial yang dianggap relevan tentang dirinya, serta memiliki kecenderungan untuk mengevaluasi negatif dirinya secara keseluruhan, termasuk evaluasi negatif mengenai tubuhnya sehingga ia memiliki gambaran diri yang negatif (Mruk, 2006).

Remaja dengan *self-esteem* yang rendah memiliki identitas diri yang kurang jelas. Mereka memiliki kecenderungan untuk menginternalisasi standar kecantikan dan melakukan *social comparison* dengan standar tersebut untuk menilai dirinya sendiri. Penyesuaian dengan standar kecantikan ini dilakukan untuk mendapatkan penerimaan dan *sense of identity* dari teman sebaya (Santrock, 2013; Stice, 1994). Jika terdapat kesenjangan antara tubuh ideal dan tubuhnya saat ini, remaja akan mengalami *body dissatisfaction*. Remaja dengan *self-esteem* yang rendah juga cenderung memiliki gambaran diri negatif, dan melakukan overgeneralisasi (Mruk, 2006) yang dapat meningkatkan *body dissatisfaction* yang dialaminya.

Penelitian-penelitian terdahulu (Al-Musharaf dkk., 2022; Fortes dkk., 2014; Grilo dkk., 2005; Mäkinen dkk., 2012; Nikita, 2023; Paxton dkk., 2006; Quick dkk., 2013) menemukan bahwa semakin rendah *self-esteem* seseorang, semakin tinggi tingkat *body dissatisfaction* yang dialami. Namun, terdapat pula penelitian yang menemukan hasil yang berbeda dimana *self-esteem* tidak berperan terhadap *body dissatisfaction* secara signifikan, yaitu penelitian Tiggemann (2005) dan Barker dan Bornstein (2010). Hal ini menunjukkan adanya inkonsistensi hubungan antara *self-esteem* dan *body dissatisfaction*. Oleh karena itu, penelitian ini ingin mencari tahu lebih lanjut mengenai peran *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan yang ada di Indonesia.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan metode survei untuk mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan subjek penelitian. Metode ini sering digunakan untuk memahami latar belakang, perilaku, kepercayaan, sikap, atau opini dari orang banyak tanpa adanya manipulasi situasi atau kondisi (Neuman, 2014). Kuesioner disusun menggunakan *Google Form* dan disebarluaskan secara daring melalui media sosial.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah warga negara Indonesia yang berjenis kelamin perempuan dan berusia antara 10 hingga 19 tahun. Teknik pemilihan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *random sampling*. Perhitungan jumlah sampel yang dibutuhkan dilakukan dengan menggunakan *G*Power* berdasarkan *effect size* ($r = 0,604$) dari penelitian Nikita (2023) dan diperoleh jumlah sampel minimal penelitian ini sebanyak 25 orang. Jumlah partisipan yang diteliti dalam penelitian ini sebanyak 182 partisipan dan semuanya telah mengisi *informed consent* yang telah diberikan.

Pengukuran

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berisi pertanyaan demografis, *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), dan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34). Pertanyaan demografis berisi pertanyaan mengenai identitas subjek seperti nama, usia, domisili, status pendidikan dan/atau pekerjaan saat ini, nomor dan alamat email yang dapat dihubungi, serta tinggi dan berat badan. RSES digunakan untuk mengukur tingkat *self-esteem* remaja perempuan dalam penelitian ini. RSES dikembangkan oleh Rosenberg (1965) yang kemudian diterjemahkan dan digunakan oleh Hanani pada tahun 2019 (Dewi & Hartini, 2021). RSES terdiri dari 10 aitem pernyataan, dengan 5 aitem *favorable* dan 5 aitem *unfavorable*, dan partisipan akan memilih 1 dari 4 pilihan jawaban (1="Sangat Tidak Setuju", 4="Sangat Setuju"). RSES memiliki nilai koefisien reliabilitas yang baik ($\alpha=0,906$). Untuk mengukur tingkat *body dissatisfaction* remaja, penelitian ini menggunakan alat ukur BSQ-34 yang dikembangkan oleh Cooper dkk. (1987) dan telah diadaptasi oleh Sitepu (2020). BSQ-34 terdiri dari 34 aitem pertanyaan *favorable*, dengan 6 pilihan jawaban (1="Tidak Pernah", 6="Selalu"). BSQ-34 memiliki koefisien reliabilitas yang baik ($\alpha=0,966$). Beberapa penelitian sebelumnya yang juga menggunakan BSQ-34 untuk mengukur *body dissatisfaction* adalah penelitian Fernández-Bustos dkk. (2019), Hosokawa dkk. (2023), dan Pook dkk. (2008).

Analisis Data

Penelitian ini melakukan analisis regresi linear sederhana pada variabel *self-esteem* dan *body dissatisfaction* menggunakan *software JASP 0.19.3.0*. Sebelum menguji peran *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction*, penulis melakukan uji analisis statistik deskriptif untuk mengetahui nilai *Mean*, *SD*, *Min*,

dan *Max*, serta melakukan uji asumsi klasik regresi linear berupa uji normalitas, uji linearitas, dan uji homoskedastisitas. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data residual tidak sepenuhnya berdistribusi secara normal. Uji linearitas menunjukkan adanya hubungan linear yang tidak terlalu kuat karena terdapat penyebaran *plot* yang cukup luas di sekitar garis lurus. Uji homoskedastisitas menunjukkan bahwa penyebaran titik residual tidak membentuk pola tertentu sehingga mengindikasikan bahwa model memenuhi asumsi homoskedastisitas. Mengingat adanya uji asumsi klasik yang tidak terpenuhi, uji hipotesis dilakukan menggunakan uji non-parametrik berupa analisis regresi linear dengan metode *bootstrap* sebanyak 1000 kali.

HASIL PENELITIAN

Berikut merupakan tabel hasil analisis statistik deskriptif penelitian ini:

	<i>Self-esteem</i>	<i>Body dissatisfaction</i>
N	182	182
Mean	26,6	87,1
Standard Deviation	4,33	38,3
Minimum	16	34
Maximum	37	198

Partisipan penelitian ini berjumlah 182 remaja perempuan. Nilai terendah variabel *self-esteem* adalah 16 dan nilai tertinggi adalah 37. Sedangkan nilai terendah variabel *body dissatisfaction* adalah 34 dan nilai tertinggi adalah 198. Diketahui juga variabel *self-esteem* memiliki mean sebesar 26,6 dan standar deviasi sebesar 4,33. Sedangkan variabel *body dissatisfaction* memiliki mean sebesar 87,1 dan standar deviasi sebesar 38,3.

Sebelum melakukan uji asumsi dan analisis regresi linear, penulis juga melakukan uji korelasi terhadap variabel *self-esteem* (X) dan variabel *body dissatisfaction* (Y) sebagai syarat melakukan uji analisis regresi linear. Kemudian, penulis melakukan uji analisis regresi linear dengan menggunakan metode *bootstrap* untuk mengetahui peran *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction* remaja perempuan di Indonesia. Berikut adalah hasil uji korelasi dan uji analisis regresi linear menggunakan metode *bootstrap*:

Model	R	R ²	Overall Model Test			
			F	df1	df2	P
1	0,297	0,088	17,467	1	180	<0,001

Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan signifikan meskipun lemah antara *self-esteem* dan *body dissatisfaction* dengan $p < 0,001$ dan koefisien korelasi sebesar 0,297, sehingga penulis dapat melakukan uji asumsi dan analisis regresi pada variabel X dan Y.

Analisis regresi linear dilakukan dengan menggunakan metode *bootstrap* karena uji asumsi klasik tidak sepenuhnya terpenuhi. Metode *bootstrap* dipilih karena bersifat non-parametrik dan tidak bergantung pada uji asumsi klasik. Metode ini dilakukan dengan cara melakukan pengambilan sampel secara berulang dari data penelitian yang tersedia untuk memperkirakan distribusi *sampling* secara lebih

akurat (Singh & Xie, 2008). Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki peran terhadap *body dissatisfaction* sebesar 0,088, artinya *self-esteem* dapat menjelaskan 8,8% varians dari *body dissatisfaction* ($F(1,180) = 17,467$; $R^2 = 0,088$; $p < 0,001$). Sementara itu, sebesar 91,2% *body dissatisfaction* dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Model		Unstandardized	Bias	Standard Error	P*	95% Confidence Interval*	
						Lower	Upper
M0	(intercept)	86,997	-0,094	2,719	<0,001	81,988	92,952
M1	(intercept)	157,354	-0,064	19,822	<0,001	115,742	195,96
	SKOR RSES	-2,648	-0,005	0,711	<0,001	-4,012	-1,043

Berdasarkan hasil analisis *bootstrap* di atas, dapat diperoleh persamaan regresi $Y = 86,997 - 2,648X$ dengan nilai koefisien regresi *bootstrap* (B) sebesar -2,648 dan nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,001$). Hal ini menunjukkan bahwa *self-esteem* berperan secara negatif dan signifikan terhadap *body dissatisfaction*, dengan setiap peningkatan 1 poin dalam skor RSES, maka skor BSQ diperkirakan menurun sebesar 2,648 poin.

DISKUSI

Setelah melakukan serangkaian analisis terhadap data yang diperoleh, penulis menemukan adanya peran *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan, dengan nilai R^2 sebesar 0,088 dan nilai signifikansi (p) < 0,001, artinya sebesar 8,8% varians pada *body dissatisfaction* dapat dijelaskan oleh *self-esteem*, sedangkan 91,2% *body dissatisfaction* dijelaskan oleh variabel lain seperti tingkat BMI, pengaruh media, pengaruh teman sebaya, pengaruh orang tua dan keluarga, pengaruh budaya dan faktor sosial budaya lainnya, atau faktor individu lain seperti perfeksionisme atau internalisasi standar kecantikan (Ricciardelli & Yager, 2016).

Hasil analisis juga menunjukkan koefisien regresi *bootstrap* (B) sebesar -2,648 dengan signifikansi (p) < 0,001 yang menunjukkan bahwa peningkatan 1 poin pada skor *self-esteem* akan menurunkan sekitar 2,648 poin pada skor *body dissatisfaction*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-esteem* remaja perempuan maka akan semakin rendah tingkat *body dissatisfaction*nya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan negatif dan peran *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction*, meskipun kontribusinya tergolong kecil jika dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya (Al-Musharaf dkk., 2022; Fortes dkk., 2014; Grilo dkk., 2005; Mäkinen dkk., 2012; Nikita, 2023; Paxton dkk., 2006; Quick dkk., 2013).

Remaja dengan *self-esteem* yang rendah memiliki kebingungan identitas diri sehingga ia mungkin memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk menginternalisasi standar kecantikan dan kemudian melakukan *appearance comparison* dalam upaya untuk mendapatkan penerimaan sosial (Mruk, 2006; Santrock, 2013). Jika tubuhnya jauh dari standar kecantikan yang ada, maka ia akan mengalami *body dissatisfaction* dan penolakan sosial. Hal ini sejalan dengan temuan Rodgers dkk. (2015) yang menyebutkan bahwa seseorang yang menginternalisasi standar kecantikan akan mengalami peningkatan *appearance comparison* dengan teman sebaya karena ia menganggap penampilan fisik adalah hal yang penting dan karenanya ia akan terus mencari sumber untuk melakukan perbandingan hingga sesuai dengan standar kecantikan yang ada. Rodgers dkk. (2015) juga menemukan bahwa

internalisasi standar kecantikan dan *appearance comparison* dapat memprediksi *body dissatisfaction* seseorang. Remaja dengan *self-esteem* yang rendah cenderung melakukan internalisasi standar kecantikan dan penyesuaian diri dengan standar teman sebaya untuk mendapatkan pengakuan dari teman sebayanya, dan kemudian memperoleh *sense of identity* (Baumeister & Leary, 1995; Paxton dkk., 2006; Santrock, 2013).

Self-esteem yang rendah juga dapat meningkatkan evaluasi diri negatif secara umum dan evaluasi tubuh negatif secara khusus (Paxton dkk., 2006). Mruk (2006) juga menyebutkan bahwa seseorang dengan *self-esteem* yang rendah memiliki kecenderungan untuk melakukan overgeneralisasi, yaitu distorsi kognitif yang dimana seseorang menarik kesimpulan umum dari satu atau sedikit kejadian (Hossain, 2009), misalnya seseorang mungkin memiliki sebuah jerawat di wajahnya dan menilai dirinya jelek karenanya hingga menyebabkan *body dissatisfaction*.

Remaja dengan *self-esteem* yang rendah juga cenderung lebih peka terhadap isyarat sosial, kritik, dan tekanan sosial, terutama yang berasal dari orang-orang terdekat mereka (secara emosional), untuk menjadi lebih kurus dan sesuai dengan standar kecantikan yang ada (Ata dkk., 2007; Mruk, 2006; Quick dkk., 2013). Hal ini dapat menimbulkan *body dissatisfaction*, terutama karena remaja dengan *self-esteem* yang rendah juga memiliki kecenderungan untuk menolak *feedback* positif dan fokus pada informasi negatif tentang diri mereka sehingga mereka mungkin mengalami kekhawatiran mengenai bentuk tubuhnya namun kesulitan untuk mengubah gambaran diri negatif tersebut (Mruk, 2006).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya peran *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction* remaja perempuan, meskipun perannya tergolong kecil jika dibandingkan dengan hasil penelitian-penelitian sebelumnya. Hal ini mungkin disebabkan oleh pengaruh faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini, misalnya status sosio-ekonomi seseorang. Status sosio-ekonomi seseorang dapat memengaruhi *body dissatisfaction*. Menurut Holmqvist dan Frisén (2010 dalam Ricciardelli & Yager, 2016), *body dissatisfaction* adalah fenomena yang umumnya muncul di negara dengan perekonomian yang baik dan masyarakat yang memiliki gaya hidup negara Barat. Seseorang dengan status sosio-ekonomi yang tinggi memiliki preferensi tubuh yang lebih kurus dan langsing.

Standar kecantikan yang ada di Indonesia juga dapat memengaruhi *body dissatisfaction* remaja perempuan Indonesia. Setiap kebudayaan memiliki standar tersendiri mengenai ciri fisik yang dianggap cantik atau ideal (Jackson, 2002 dalam Ricciardelli & Yager, 2016), seperti remaja Jepang yang menunjukkan tingkat *body dissatisfaction* yang lebih tinggi meskipun memiliki BMI yang lebih rendah jika dibandingkan dengan remaja dari China, Malaysia, Australia, Tongan, dan Fiji (Brockhoff dkk., 2014 dalam Ricciardelli & Yager, 2016). Sedangkan remaja Malaysia menunjukkan kekhawatiran mengenai tubuh mereka pada aspek tinggi badan dan berharap mereka bisa menjadi lebih tinggi (Khor dkk., 2009 dalam Ricciardelli & Yager, 2016). Indonesia sendiri memiliki standar kecantikan berupa kulit putih dan bening, yang dianggap sebagai representasi dari status sosial yang tinggi (Wiryawan & Sutantri, 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uji hipotesis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat peran *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-esteem* remaja perempuan maka akan semakin rendah tingkat *body dissatisfaction*nya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penelitian ini dapat selesai berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT, dosen pembimbing skripsi Ibu Tiara Diah Sosialita, seluruh keluarga, sahabat, dan teman-teman yang telah menemani, membimbing, dan mendukung penulis selama proses penelitian ini berlangsung. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan finansial maupun non-finansial yang dapat memengaruhi objektivitas penelitian ini. Penulis tidak memiliki afiliasi dengan organisasi atau entitas komersial yang memiliki kepentingan langsung maupun tidak langsung dalam hasil penelitian ini. Penelitian ini didanai secara mandiri, dan tidak ada pihak lain yang memberikan pengaruh terhadap desain penelitian, analisis data, interpretasi hasil, maupun penulisan laporan penelitian.

PUSTAKA ACUAN

- Al-Musharaf, S., Rogoza, R., Mhanna, M., Soufia, M., Obeid, S., & Hallit, S. (2022). Factors of body dissatisfaction among lebanese adolescents: the indirect effect of self-esteem between mental health and body dissatisfaction. *BMC Pediatrics*, 22(1), 302. <https://doi.org/10.1186/s12887-022-03373-4>
- Ata, R. N., Ludden, A. B., & Lally, M. M. (2007). The Effects of Gender and Family, Friend, and Media Influences on Eating Behaviors and Body Image During Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(8), 1024–1037. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9159-x>
- Barker, E. T., & Bornstein, M. H. (2010). Global self-esteem, appearance satisfaction, and self-reported dieting in early adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 30(2), 205–224. <https://doi.org/10.1177/0272431609332936>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Calzo, J. P., Sonnevile, K. R., Haines, J., Blood, E. A., Field, A. E., & Austin, S. B. (2012). The Development of Associations Among Body Mass Index, Body Dissatisfaction, and Weight and Shape Concern in Adolescent Boys and Girls. *Journal of Adolescent Health*, 51(5), 517–523. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.02.021>
- Cooper, P. J., & Taylor, M. J. (1988). Body Image Disturbance in Bulimia Nervosa. *British Journal of Psychiatry*, 153(S2), 32–36. <https://doi.org/10.1192/S0007125000298966>
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairbum, C. G. (1987). The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485–494. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O)
- Dewi, M., & Hartini, N. (2021). Hubungan antara Harga Diri dengan Penerimaan Kekerasan dalam Pacaran pada Perempuan Dewasa Muda. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 947–955.
- Fernández-Bustos, J. G., Infantes-Paniagua, Á., Gonzalez-Martí, I., & Contreras-Jordán, O. R. (2019). Body dissatisfaction in adolescents: Differences by sex, bmi and type and organisation of physical

- activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph16173109>
- Fortes, L. de S., Cipriani, F. M., Coelho, F. D., Paes, S. T., & Ferreira, M. E. C. (2014). A autoestima afeta a insatisfação corporal em adolescentes do sexo feminino? *Revista Paulista de Pediatria*, 32(3), 236–240. <https://doi.org/10.1590/1984-0462201432314>
- Garbett, K. M., Craddock, N., Haywood, S., Nasution, K., White, P., Saraswati, L. A., Medise, B. E., Effect, G., Galactic, P., Diedrichs, P. C., & Williamson, H. (2022). A Novel, Scalable Social Media-Based Intervention (“Warna-Warni Waktu”) to Reduce Body Dissatisfaction among Young Indonesian Women: Protocol for a Parallel Randomized Controlled Trial. *JMIR Research Protocols*, 11(1). <https://doi.org/10.2196/33596>
- Grilo, C. M., Masheb, R. M., Brody, M., Burke-Martindale, C. H., & Rothschild, B. S. (2005). Binge eating and self-esteem predict body image dissatisfaction among obese men and women seeking bariatric surgery. *International Journal of Eating Disorders*, 37(4), 347–351. <https://doi.org/10.1002/eat.20130>
- Grogan, S. (2017). *Body Image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge.
- Hosokawa, R., Kawabe, K., Nakachi, K., Soga, J., Horiuchi, F., & Ueno, S. ichi. (2023). Effects of social media on body dissatisfaction in junior high school girls in Japan. *Eating Behaviors*, 48. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2022.101685>
- Hossain, S. (2009). *Understanding Patterns of Cognitive Distortions*. University of Dhaka.
- Mäkinen, M., Puukko-Viertomies, L.-R., Lindberg, N., Siimes, M. A., & Aalberg, V. (2012). Body dissatisfaction and body mass in girls and boys transitioning from early to mid-adolescence: additional role of self-esteem and eating habits. *BMC Psychiatry*, 12(1), 35. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-12-35>
- Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, and Practice: Toward a Positive Psychology of Self-Esteem* (3rd ed.). Springer Publishing Company.
- Neuman, W. L. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches* (7th ed.). Pearson Education Limited.
- Nikita, T. (2023). *Hubungan antara Harga Diri dan Body Dissatisfaction pada Remaja di SMA UISU Medan*. Universitas Medan Area.
- Paxton, S. J., Eisenberg, M. E., & Neumark-Sztainer, D. (2006). Prospective predictors of body dissatisfaction in adolescent girls and boys: A five-year longitudinal study. *Developmental Psychology*, 42(5), 888–899. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.888>
- Pingitore, R. (1997). Gender differences in body satisfaction. *Obesity Research*, 5(5), 402–409. <https://doi.org/10.1002/j.1550-8528.1997.tb00662.x>
- Pook, M., Tuschen-Caffier, B., & Brähler, E. (2008). Evaluation and comparison of different versions of the Body Shape Questionnaire. *Psychiatry Research*, 158(1), 67–73. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2006.08.002>
- Quick, V., Eisenberg, M. E., Bucchianeri, M. M., & Neumark-Sztainer, D. (2013). Prospective Predictors of Body Dissatisfaction in Young Adults. *Emerging Adulthood*, 1(4), 271–282. <https://doi.org/10.1177/2167696813485738>

- Quittkat, H. L., Hartmann, A. S., Düsing, R., Buhlmann, U., & Vocks, S. (2019). Body Dissatisfaction, Importance of Appearance, and Body Appreciation in Men and Women Over the Lifespan. *Frontiers in Psychiatry*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00864>
- Ricciardelli, L. A., & Yager, Z. (2016). *Adolescence and Body Image: From Development to Preventing Dissatisfaction*. Routledge .
- Rodgers, R. F., McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the tripartite influence model. *Developmental Psychology*, 51(5), 706–713. <https://doi.org/10.1037/dev0000013>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2013). *Adolescence* (15th ed.). McGraw-Hill.
- Singh, K., & Xie, M. (2008). *Bootstrap: A Statistical Method*.
- Sitepu, F. H. (2020). *Validitas dan Reliabilitas dari Instrumen Body Shape Questionnaire-34 (BSQ-34) Versi Bahasa Indonesia*. Universitas Sumatera Utara.
- Stice, E. (1994). Review of the evidence for a sociocultural model of bulimia nervosa and an exploration of the mechanisms of action. *Clinical Psychology Review*, 14(7), 633–661. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(94\)90002-7](https://doi.org/10.1016/0272-7358(94)90002-7)
- Tiggemann, M. (2005). Body dissatisfaction and adolescent self-esteem: Prospective findings. *Body Image*, 2(2), 129–135. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.03.006>
- Wiryan, W., & Sutantri, S. C. (2023). Cyber Bullying in Social Media Against the Stigma of Indonesian Women's Beauty Standards. *International Journal of Education, Information Technology and Others*, 6(2), 233–244. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.7900364>