

## Hubungan Citra Tubuh dan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial pada Siswi Kelas X SMA Negeri “X” Jakarta

Rasha Said<sup>1</sup>, Febi Herdajani<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi

Universitas Persada Indonesia Y.A.I.

Email : [rashasaidtalib@gmail.com](mailto:rashasaidtalib@gmail.com)<sup>1</sup>, [febiherdajani@gmail.com](mailto:febiherdajani@gmail.com)<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial pada siswi kelas X SMA Negeri “X” Jakarta. Pada penelitian ini kecemasan sosial merupakan dependen variabel, citra tubuh merupakan independen variabel 1, dan harga diri merupakan independen variabel 2. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswi kelas X SMA Negeri “X” Jakarta. Metode pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dan sampel yang digunakan berjumlah 106 siswi. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan korelasi bivariat, variabel citra tubuh dengan kecemasan sosial diperoleh  $r = -0,362$  dengan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan yang bersifat negatif antara variabel citra tubuh dengan kecemasan sosial. Hasil analisis data antara variabel harga diri dengan kecemasan sosial diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar  $r = -0,429$  dan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan yang bersifat negatif antara variabel harga diri dengan kecemasan sosial. Korelasi multivariat pada uji regresi diketahui koefisien determinasi *R Square* sebesar 0,248 berdasarkan regresi korelasi multivariat diperoleh nilai koefisien korelasi  $R = 0,184$  dan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan antara citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial. Sumbangan efektif citra tubuh dan harga dengan kecemasan sosial sebesar 24,8% sedangkan 75,2% merupakan sumbangan dari faktor lain yang tidak diteliti.

**Kata kunci:** kecemasan Sosial, Citra Tubuh, Harga Diri

### ABSTRACT

*The purpose of this study was to determine the relationship of body image and self-esteem with social anxiety in female student class X at SMA Negeri “X” Jakarta. In this study, social anxiety is a dependent variable, body image is an independent variable 1, and self-esteem is an independent variable 2. The population in this study is female student at at SMA Negeri “X” Jakarta. The sampling method of this study used purposive sampling technique and the sample used amounted to 106 female student. Based on the results of data analysis using bivariate correlation with body image variables with social anxiety obtained  $r = -0.362$  with  $p = 0.000$  which means there is a negative relationship between body image variables with social anxiety. The results of data analysis between self-esteem variables with social anxiety obtained correlation coefficient values of  $r = -0,429$  and  $p = 0.000$  which means there is a negative relationship between self-esteem variables with social anxiety. Multivariate correlation in the regression test known coefficient of determination *R Square* of 0.248 based on multivariate correlation regression obtained correlation coefficient values  $R = 0.184$  and  $p = 0.000$  which means there is a relationship between body image and self-esteem with social anxiety. The effective contribution of body image and self- esteem is 24,8% while 75,2% is a contribution from other factors not examined.*

**Keywords:** Social Anxiety, Body Image, Self-Esteem

## 1. PENDAHULUAN

Remaja dijelaskan sebagai masa dimana seseorang mengalami proses menuju kematangan. Pada dasarnya, terdapat arti yang luas pada kata remaja, arti tersebut berkaitan dengan matangnya fisik, emosional, sikap sosial, dan mental seseorang. Penjelasan tersebut diperkuat oleh pandangan dari Piaget (dalam Januar & Putri, 2007) yang menjelaskan bahwa istilah remaja secara psikologi memiliki arti dimana seseorang merasa dirinya memiliki derajat yang sama dengan orang yang lebih tua dan dirinya cenderung tidak merasakan apabila dirinya ada pada tingkatan di bawah orang dewasa, setidaknya mereka merasa setara. Masa remaja juga dikenal sebagai masa dimana beralihnya seseorang menuju dewasa dari masa anak-anak. Terjadinya masa remaja ada pada usia 12 sampai 23 tahun (Hall, dalam El-Huzni, 2022).

Perubahan fisik, mental, dan emosional sosial yang terjadi pada remaja menimbulkan respon yang berbeda-beda setiap individu. Hal tersebut berdampak pada kehidupan di masa remaja yang mulai menunjukkan minat untuk bergabung dengan lingkungan sosial. Hurlock (2014) menyatakan bahwa hal yang paling utama dan paling sulit pada masa remaja adalah bagaimana upaya yang dilakukan oleh remaja agar dirinya dapat menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya, kelompok sosialnya yang baru, perubahan sikap sosial, nilai-nilai baru yang muncul pada seleksi dalam persahabatan, dukungan dan penolakan sosial, dan juga nilai-nilai baru pada seleksi pemimpin.

Remaja menyadari bahwa sikapnya dianggap “kurang matang” bagi beberapa kelompok sosial dan individu menyadari bahwa orang lain merasa jika

dirinya tidak mumpuni dalam menjalankan peran sebagai individu yang berperilaku secara dewasa, munculah perilaku minder atau merasa bahwa dirinya lebih rendah dibandingkan orang lain, akibatnya individu tidak merasa puas terhadap dirinya sendiri dan cenderung memiliki sikap menolak diri. Pada akhirnya hal tersebut menghasilkan individu yang cenderung mengalami kecemasan sosial.

Kecemasan sosial sebagaimana didefinisikan buku DSM V (2013) adalah ketakutan terus-menerus terhadap satu atau lebih situasi sosial dimana orang tersebut terpapar pada orang yang tidak dikenali atau kemungkinan merasa diawasi oleh orang lain. Dalam situasi ini individu takut bahwa dia akan bertindak dengan cara yang akan memalukan (Regis et al., 2018).

Kecemasan sosial yang dialami oleh remaja sangat berdampak pada kehidupan sehari-hari. Remaja yang memiliki kecemasan saat dirinya berinteraksi akan menjauhkan diri dari pergaulan, dan dirinya berusaha untuk melakukan komunikasi dengan orang lain hanya saat memiliki keperluan, sehingga hal itu mengganggu hubungan interpersonalnya dengan orang lain (Prawoto, 2010).

Leary & Kowalski (dalam Murphy, 2012) menjelaskan kecemasan sosial dapat terjadi terhadap fisik, yang digambarkan dengan munculnya kekhawatiran pada individu saat ada dalam lingkungan atau situasi sosial yang dimana individu akan merasa bahwa individu akan di evaluasi atau dikritik oleh orang lain. Biasanya individu yang mengalami kecemasan sosial merasa minder atau tidak percaya diri dan cenderung segan untuk bergaul dengan orang lain, karena merasa bahwa orang lain tidak menyukai dirinya

dan berpikir negatif khususnya pada fisiknya, hal ini erat kaitannya dengan citra tubuh.

Menurut Honigman dan Castle (dalam Rombe, 2014), citra tubuh disebut sebagai citra terhadap mental individu dengan bentuk maupun ukuran tubuhnya, serta bagaimana individu akan membuat persepsi terhadap dirinya sendiri dan memberikan penilaian tentang apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya sendiri, dan juga bagaimana penilaian yang dilakukan oleh orang lain terhadap dirinya. Sari (2012) mengatakan bahwa citra tubuh merupakan perasaan individu terhadap tubuhnya.

Berdasarkan hasil survei oleh Nainggolan (2016) terhadap remaja putri, mulai merasa tidak puas dengan bentuk dan ukuran tubuhnya pada saat usia 16 tahun, sehingga mereka memiliki rasa kurang percaya diri karena tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Citra tubuh terbentuk dari faktor internal, seperti bagaimana individu melihat, merasakan, dan percaya pada dirinya sendiri. Hal tersebut menunjukkan bahwa masih banyak wanita yang merasa kurang dan tidak puas pada penampilan atau bentuk tubuh yang dimiliki (Januar & Putri, 2007).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Bakhtiarpoor et al., (2011) ditemukan fenomena permasalahan citra tubuh pada satu individu dapat mempengaruhi proses kognitif yang kemudian memunculkan kecemasan sosial. Terkait hal ini, individu yang memiliki kecenderungan untuk membentuk ekspektasi akan standar performa dan penampilan ideal akan lebih mungkin untuk melakukan perbandingan diri. Penilaian negatif yang muncul kemudian mengarahkan individu untuk mempersiapkan diri akan evaluasi dari

pihak eksternal. Sikap yang muncul selama proses tersebut akan mengarahkan atensi dan fokus mereka untuk terus memeriksa dan mensupervisi diri mereka sendiri. Padahal, penilaian yang dibuat individu tersebut mengandung bias negatif terhadap fakta sosial yang terjadi. Penelitian tersebut juga menambahkan bahwa ketika citra diri seseorang bersifat inkonsisten, hal ini akan cukup memenuhi bagaimana cara individu tersebut berinteraksi dan berkomunikasi secara interpersonal (Bakhtiarpoor et al., 2011). Dengan begitu, citra tubuh dengan kecemasan sosial adalah dua hal yang saling memiliki kaitan satu sama lain dan mempengaruhi berbagai aspek kehidupan sosial individu.

Selain kecemasan sosial terhadap fisik, Buttler (1999) juga mengatakan yang mempengaruhi kecemasan sosial adalah *Self esteem, self confidence, and feelings on inferiority* (harga diri, kepercayaan diri dan perasaan inferior). Menurut Coopersmith definisi harga diri disebut sebagai sebuah penilaian yang dilakukan oleh individu mengenai pandangan terhadap dirinya sendiri yang dapat memunculkan sikap penerimaan maupun penolakan, serta menunjukkan seberapa tinggi kepercayaan yang dimiliki oleh individu dan kemampuannya. (Mustofa, 2018).

Menurut Chaplin harga diri merupakan penilaian yang dilakukan oleh diri sendiri yang dapat dipengaruhi oleh adanya interaksi, penghargaan, dan juga bagaimana penerimaan orang lain terhadap dirinya (Muslimah & Wahdah, 2013). Individu yang mempunyai harga diri lebih tinggi, cenderung akan merasa percaya diri terhadap kemampuan yang bernilai, perasaan dukungan, dan penerimaan diri pada lingkungan sosialnya (Nurhidayati & Nurdibyanandaru, 2014).

Harga diri dikatakan sebagai sebuah kebutuhan yang ada pada tiap orang dalam kehidupan bermasyarakat. Hal tersebut karena harga diri memberikan dampak pada sikap dan perilaku seseorang, serta menjadi pendorong bagi individu dalam memutuskan atau bertindak untuk mendapatkan pengakuan dan penghargaan dari orang lain.

Individu yang memiliki harga diri yang rendah pada dirinya akan dikelilingi oleh rasa khawatir dan tidak adanya kepercayaan diri dalam interaksi sosial dan keberhasilannya. Individu tersebut memiliki gambaran memiliki sifat yang lemah dalam melawan kekurangannya, depresif, cenderung terisolir, sibuk dengan permasalahan pribadi, peka terhadap kritik, dan tidak memiliki kemampuan untuk mengekspresikan dirinya. Individu tersebut juga akan memiliki sikap yang lebih pesimis, pasif, kepercayaan diri yang kurang dalam interaksi sosial, cenderung menjauh dari lingkungan dan pergaulan sosial (Maslow, dalam Tajuddin dan Hainidar, 2019). Seperti yang telah diungkapkan oleh Calhoun dan Acocella (Baron & Byrne, 2000) bahwa ketakutan maupun kekhawatiran yang dimiliki dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam berpikir jernih sehingga proses pemecahan masalah dapat terhambat dan sulitnya mengatasi tuntutan yang ada pada lingkungan sekitarnya.

## 2. LANDASAN TEORI

### 2.1 Aspek-aspek Kecemasan Sosial

Aspek-aspek kecemasan sosial yang dikemukakan oleh La Greca dan Lopez (Ahmad, 2013) sebagai berikut :

- a. Ketakutan akan evaluasi negatif

Berupa ketakutan terhadap evaluasi negatif dari orang lain dan kekhawatiran terhadap evaluasi negatif dari orang lain.

- b. Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang dikenal

Berupa penghambatan sosial umum dan ketidaknyamanan dengan orang yang dikenal.

- c. Penghindaran Sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru atau berhubungan dengan orang asing

Berupa penghindaran situasi baru dan penghindaran dengan orang yang tidak dikenal.

### 2.2 Dimensi Citra Tubuh

Cash (Nur Lailatul Husna, 2013) mengemukakan adanya lima dimensi dalam citra tubuh, yaitu :

- a. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan)

Evaluasi penampilan yaitu penilaian individu secara keseluruhan terhadap tubuhnya.

- b. *Appearance orientation* (orientasi penampilan)

Orientasi penampilan yaitu pandangan individu yang mendasar tentang penampilan dirinya.

- c. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh)

Kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu bagaimana individu mengukur kepuasannya akan bagian tubuh yang spesifik dan menyeluruh dari ujung kepala sampai ujung kaki.

- d. *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

Kecemasan menjadi gemuk yaitu kewaspadaan individu terhadap berat badan yang bertambah, yang kemudian berdampak pada pembatasan porsi makan.

- e. *Self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh)

Pengkategorian ukuran tubuh yaitu pengklasifikasikan golongan tubuh yang dilakukan oleh individu untuk melihat apakah tubuhnya kurus atau gemuk.

### 2.3 Aspek-aspek Harga Diri

Menurut Coopersmith (Andarini, Susandari, dan Rosiana, 2012) ada empat aspek dalam harga diri yaitu :

a. *Power* (kekuasaan)

Kemampuan untuk mengendalikan dirinya maupun orang lain.

b. *Significance* (keberartian)

Bentuk kepedulian, perhatian, dan afeksi dari orang lain yang diterima individu dengan adanya kehangatan, ketertarikan, respon positif, dan rasa suka pada individu.

c. *Virtue* (kebajikan)

Ketaatan individu dalam mengikuti prinsip-prinsip etis, moral, dan agama yang telah diterimannya.

d. *Competence* (kompetensi)

Tingkat perfomansi individu dalam melaksanakan tugas yang bervariasi.

### 3. METODE PENELITIAN

Populasi penelitian berjumlah 106 siswi, dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pada penelitian ini kecemasan sosial menjadi *dependent* variabel, citra tubuh dan harga diri menjadi *independent* variabel. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecemasan sosial, skala citra tubuh dan skala harga diri dengan model skala *likert*. Pengolahan data menggunakan *software SPSS 24 for Mac* dengan metode *bivariate correlation* dan *multivariate correlation*.

### 4. HASIL PEMBAHASAN

Tabel 4.1  
Jumlah Siswi Berdasarkan Usia

No	Usia (Tahun)	Frekuensi (Orang)
1	14	5
2	15	70
3	16	28
4	17	2
5	18	1
Jumlah		106

Berdasarkan tabel 4.1, sebagian besar subyek penelitian berusia 15 tahun, berada di rentang usia remaja menurut Hurlock (1980).

Tabel 4.2  
Deskripsi Statistik

Variabel	N	Mean
(1) Kecemasan Sosial	106	70,07
(2) Citra Tubuh	106	82,30
(3) Harga Diri	106	88,43

Tabel 4.2 di atas menggambarkan gambaran subyek penelitian secara keseluruhan. Berdasarkan data tersebut, rata-rata skor untuk variabel kecemasan sosial dan citra tubuh berada pada taraf sedang. Sedangkan untuk variabel harga diri berada pada taraf tinggi.

Berdasarkan hasil analisis antara variabel citra tubuh dengan kecemasan sosial terhadap 106 responden melalui metode *bivariate correlation* dengan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara citra tubuh dengan kecemasan sosial pada siswi kelas X SMA Negeri "X" Jakarta sebesar  $r = -0,362$  dengan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan yang bersifat negatif

antara variabel citra tubuh dengan kecemasan sosial. Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi citra tubuh maka semakin rendah kecemasan sosial, demikian sebaliknya semakin rendah citra tubuh maka semakin tinggi kecemasan sosial. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian oleh Shoviana Eva Ratnasari (2021) dan Liesabella Nahda El-Huzni (2021). Hal ini membuktikan teori yang dikemukakan oleh Chad & Spink (1996) yaitu kecemasan sosial dapat dipengaruhi oleh citra tubuh. Permasalahan citra tubuh pada siswi dapat mempengaruhi proses kognitif yang kemudian memunculkan kecemasan sosial. Terkait hal ini, siswi yang memiliki kecenderungan untuk membentuk ekspektasi akan standar performa dan penampilan ideal akan lebih mungkin untuk melakukan perbandingan diri dengan siswi lainnya.

Pada hasil analisis kedua antara harga diri dengan kecemasan sosial terhadap 106 responden melalui metode *bivariate correlation* sebesar  $r = -0,429$  dan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan yang bersifat negatif antara variabel harga diri dengan kecemasan sosial, yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada siswi kelas X SMA Negeri Jakarta. Hal ini mengartikan bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin rendah kecemasan sosial, demikian sebaliknya semakin rendah harga diri maka semakin tinggi kecemasan sosial. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian oleh Sara Ansari, dkk (2014) dan Regina Aldiyus dan Free Dirga Dwatra (2018). Hal ini membuktikan teori yang dikemukakan oleh Buttler (1999) yaitu kecemasan sosial dapat dipengaruhi oleh harga diri. Terkait harga diri pada siswi, ketika siswi memiliki harga diri yang rendah, mereka akan lebih mungkin untuk merasakan kecemasan

sosial. Selain itu, rendahnya harga diri memiliki hubungan positif dengan isolasi sosial (Abdollahi et al., 2015).

*Multivariate correlation* pada uji regresi diketahui koefisien determinasi  $R^2$  sebesar 0,248 berdasarkan regresi korelasi multivariat diperoleh nilai koefisien korelasi  $R = 0,184$  dan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan antara citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial. Sumbangan efektif citra tubuh dan harga dengan kecemasan sosial sebesar 24,8% sedangkan 75,2% merupakan sumbangan dari faktor lain yang tidak diteliti.

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan langsung citra tubuh dengan kecemasan sosial pada siswi kelas X SMA Negeri "X". Selain itu, hasil penelitian menunjukkan pula bahwa ada hubungan langsung harga diri dengan kecemasan sosial pada siswi kelas X SMA Negeri "X".

## DAFTAR PUSTAKA

- Aderka, I. M., Gutner, C. A., Lazarov, A., Hermesh, H., Hoffmann, S. G., & Marom, S. (2014). Body Image in Social Anxiety Disorder, Obsessive-Compulsive Disorder, and Panic Disorder. *Body Image, 11*(1), 51–56.
- Ahmad, Z. R., Bano, N., Ahmad, R., & Khanam, S. J. (2013). Social Anxiety in Adolescents: Does Self Esteem Matter? *Asian Journal of Social Sciences & Humanities, 2*(2), 91–98.
- Aldiyus, R., & Dwatra, F. D. (2018). Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial Penyalahgunaan Narkoba pada

- Masa Rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 305–310.
- Ansari, S., Pato, M., Mahmoudi, M., & Hassani, L. (2014). The Study of the Relationship Between Social Anxiety and Self-Esteem in Adolescents Between the Ages of 12-18. *The Neuroscience Journal of Shefaye Khatam*, 2(3).
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201–210.
- B, S. G., & G, V. K. (2017). Self-esteem and Social Anxiety in Adolescent Students. *Indian Association of Health, Research and Welfare*, 8(3), 435–438.
- Bakhtiarpoor, S., Heidarie, A., & Khodadadi, S. A. (2011). The Relationship of the Self-Focused Attention, Body Image Concern and Generalized Self-Efficacy with Social Anxiety in Student. *Life Science Journal*, 8(4), 704–713.
- Beidel, D. C., Turner, S. M., & Dancu, C. v. (1985). Physiological, Cognitive and Behavioral Aspects of Social Anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 23(2), 109–117.
- Buttler, G. (1999). *Overcoming Social Anxiety and Shyness*. London: Constable & Robinson Ltd.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2015). *Psikologi Sosial*. UMM Press.
- Dixit, S. S., & Luqman, N. (2018). Body Image, Social Anxiety and Psychological Distress among Young Adults. *Journal of Psychology and Clinical Psychiatry*, 9(1), 149–152.
- Ekajaya, D. S., & Jufriadi. (2019). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Permasalahatan Klas IIA Muaro Padang. *Jurnal PSYCHE 165 Fakultas Psikologi*, 12(1), 93–102.
- El-Huzni, L. N. (2021). *Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Putri di Yogyakarta* [Skripsi]. Universitas Mercu Buana.
- Fatima, M., Niazi, S., & Ghayas, S. (2017). Relationship Between Self-Esteem and Social Anxiety: Role of Social Connectedness as a Mediator. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 15(2), 12–17.
- Greca, A. M. la, Ingles, C. J., & Marzo, J. C. (2015). Social Anxiety Scale for Adolescents: Factorial Invariance Across Gender and Age in Hispanic American Adolescents. *Assesment*, 22(2), 224–232.
- Hagger, S. M. & Stevenson, A. (2010). Social Physique Anxiety and Physical Self-Esteem: Gender and Age Effects. *Psychology and Health*, 25(1), 89-110.
- Izgcic, F., Akyuz, G., Dogan, O., & Kugu, N. (2004). Social Phobia Among University Students and Its Relation to Self-Esteem and Body Image. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 49(9), 630–634.
- Januar, V., & Putri, D. E. (2007). Citra Tubuh pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 52–62.
- Kuncono, T. Y. (2016). *Aplikasi Komputer Psikologi: Diktat Kuliah dan Panduan Praktikum* (III). Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI.

- Liaqat, S., & Akram, M. (2014). Relationship Between Self-Esteem and Social Anxiety among Physically Handicapped People. *International Journal of Innovation and Scientific Research*, 9(2), 307–316.
- Murphy, A. (2012). *Body Image and Social Physique Anxiety: Gender differences, Personality Types and Effects on Self-Esteem* [Degree]. DBS School of Arts.
- Pawijit, Y., Likhitsuwan, W., Ludington, J., & Pisitsungkagarn, K. (2017). Looks Can be Deceiving: Body Image Dissatisfaction Relates to Social Anxiety Through Fear of Negative Evaluation. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 1–7.
- Pribadi, R. A. (2019). Hubungan Antara Citra Diri Negatif Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Putri Perkotaan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 8(1), 1656–1671.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. A. M. K. (2019). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121–135.
- Ratnasari, S. E., Pratiwi, I., & Wildannisa, H. (2021). Relationship Between Body Image and Social Anxiety in Adolescent Women. *European Journal of Psychological Research*, 8(1), 65–72.
- Rozika, L. A., & Ramdhani, N. (2018). Hubungan Antara Harga Diri dan Body Image dengan Online Self-Presentation pada Pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 2(3), 172–183.
- Salsabila, N. S., & Wiryosutomo, H. W. (2021). Hubungan Antara Body Image dan Komparasi Sosial Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja. *Jurnal BK UNESA*, 12(2).
- Diri Terhadap Kecemasan Sosial Pada Remaja Korban Bullying di Palangkaraya, Kalimantan Tengah* [Skripsi]. Universitas Sanata Dharma.
- Untari, R. T., Bahri, S., & Fajriani, F. (2017). Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan Sosial Remaja Pada Siswa di SMA Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Konseling*, 2(2), 1–10.
- Vannucci, A., & Ohannessian, C. M. (2018). Body Image Dissatisfaction and Anxiety Trajectories During Adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 47(5), 785–795.