



Body Dissatisfaction pada Perempuan Dewasa Awal Pengguna Tiktok ditinjau dari Self Compassion

Vannesa Ayu Setiawan¹, Al Thuba Septa Priyanggasari², Dellawaty Supraba³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang, Jl. Terusan Dieng No. 62-64, Kota Malang-
Jawa Timur

e-mail: vannesaayu17@gmail.com¹, althuba.septa@unmer.ac.id²,
dellawaty.supraba@unmer.ac.id³

ABSTRAK

Kata Kunci:

Body Dissatisfaction
Self Compassion
Dewasa Awal

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *self compassion* terhadap *body dissatisfaction* pada perempuan dewasa awal pengguna Tiktok. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel berupa *accidental sampling* dengan 100 responden perempuan dewasa awal pengguna Tiktok. Metode pengambilan data psikologi menggunakan skala *self compassion* 33 aitem valid dengan reliabilitas sebesar ($\alpha=0,922$) dan skala *body dissatisfaction* 36 aitem valid dengan reliabilitas sebesar ($\alpha=0,937$) yang mengacu pada metode Likert. Hasil uji hipotesis yang dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana, menunjukkan skor signifikansi sebesar 0,000 (sig. < 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Hasil perhitungan statistik menggunakan koefisien determinasi R square sebesar 0,587 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (*self compassion*) terhadap variabel terikat (*body dissatisfaction*) sebesar 58,7%.

ABSTRACT

Keyword:

Body Dissatisfaction
Self Compassion
Early Adult

This study aims to determine the presence or absence of the influence of *self-compassion* on *body dissatisfaction* in early adult female Tiktok users. The research method used is quantitative correlational. The sampling technique is *accidental sampling* with 100 early adult female respondents who are Tiktok users. The method of psychological data collection using *self-compassion* scale 33 AITEM valid with a reliability of ($\alpha=0.922$) and *body dissatisfaction* scale 36 AITEM valid with a reliability of ($\alpha=0.937$) which refers to the Likert method. The results of the hypothesis test conducted using a simple linear regression analysis showed a significance score of 0.000 (sig. < 0.05), so it can be concluded that the hypothesis is accepted. The results of statistical calculations using the coefficient of determination R square of 0.587 which implies the influence of the independent variable (*self-compassion*) on the dependent variable (*body dissatisfaction*) of 58.7%.

PENDAHULUAN

Inovasi teknologi pada era globalisasi ini terjadi dengan sangat cepat. *Polling* Indonesia yang bekerjasama dengan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengeluarkan hasil studi yang mempersentasekan sekitar 64,8% atau sebanyak 171,17 juta jiwa merupakan pengguna internet. Tercatat pada tahun 2020 pengguna media sosial di Indonesia mengalami kenaikan sekitar 10 juta jiwa dari tahun sebelumnya, yakni sebanyak 160 juta orang. Kebutuhan terhadap informasi mendorong perkembangan jenis media yang ada pada masyarakat [1].

Salah satu media sosial yang banyak digunakan saat ini adalah TikTok [2]. TikTok adalah salah satu *platform* media sosial yang paling pesat perkembangannya di dunia [3]. Tiktok merupakan media sosial yang mengedepankan fitur audio visual. Statista (2020) menyatakan pengguna aktif TikTok menempati peringkat kedua dengan jumlah 22,2 juta per bulan. ByteDance per Januari 2022 menunjukkan data terbaru pengguna TikTok Indonesia mencapai 92,07 juta. Laporan Statista (2021) juga menyatakan bahwa pengguna jejaring sosial TikTok di Indonesia paling banyak berusia 18-34 tahun, yang termasuk dalam kategori masa dewasa awal.

Santrock (2012) menjelaskan bahwa dewasa awal terjadi pada usia 18-25 tahun. Menurut Hurlock (2002), masa ini dimulai pada usia 18 tahun sampai kurang lebih 40 tahun. Masa dewasa awal, individu mulai mengalami berbagai permasalahan baik karena keluarga, pertemanan, percintaan, pekerjaan dan tuntutan untuk dirinya bisa sesuai dengan lingkungan secara cepat [4]. Karena hal inilah Suseno dan Dewi (2014) memiliki anggapan bahwa tubuh yang menarik adalah salah satu hal yang utama dan kunci dalam menjalankan hubungan. Salah satu masalah yang ditimbulkan akibat hal ini yaitu munculnya rasa tidak puas atas bentuk tubuh yang ia miliki [5].

Body dissatisfaction menurut Ogden (2010) adalah perasaan tidak senang atas bentuk tubuh yang dimiliki. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan persepsi antara bentuk tubuh ideal dengan tubuh yang ia miliki [6]. Menurut Bar-tal & Saxe (dalam Fitriah, 2017) bagi perempuan daya tarik fisik dinilai lebih penting karena perempuan lebih sering ditolak apabila terlihat tidak menarik.

Perasaan tidak puas dalam diri seseorang dapat menurun karena ada penghayatan secara positif. Optimisme, bersyukur, dan menghargai tubuh bisa didapatkan oleh individu yang mengelola pikirannya secara positif (Neff, 2003). Bersyukur, optimisme, dan menghargai keadaan biasa disebut dengan *self compassion*. Menurut Neff (2003), *self compassion* memiliki kapasitas untuk meningkatkan pengendalian emosi, harga diri, dan keterampilan dalam pemecahan masalah. Kontribusi *self compassion* diungkapkan oleh Neff (2010) adalah untuk meningkatkan penghayatan yang positif mengenai diri sendiri.

Self compassion yang rendah akan cenderung mencemaskan dan tidak mampu memahami kekurangan serta ketidaksempurnaan manusia (Neff, 2012). Penghakiman yang keras terhadap tubuh terjadi karena merasa tidak puas dengan keadaan. Ketidakpuasan ini akan memunculkan

body dissatisfaction yang tinggi. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self compassion* mampu menurunkan tingkat ketidakpuasan pada tubuh individu. *Self compassion* yang tinggi akan menghasilkan *body dissatisfaction* yang rendah, begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan apa yang sudah dipaparkan lebih dahulu, penelitian ini penulis akan menguji bahwa *self compassion* memiliki pengaruh pada *body dissatisfaction* pada perempuan dewasa awal yang menggunakan sosial media TikTok, dimana semakin tinggi *self compassion* maka semakin rendah *body dissatisfaction*. Sebaliknya, semakin rendah *self compassion* maka akan semakin tinggi *body dissatisfaction*.

METODE

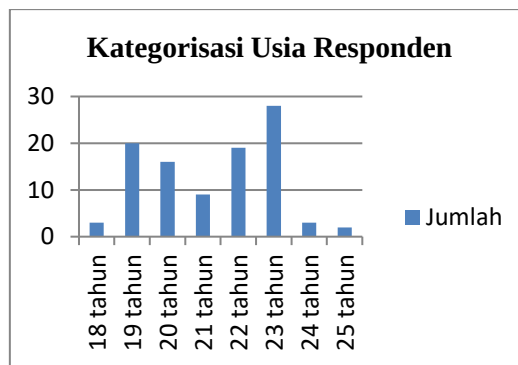
Variabel pada penelitian ini yaitu variabel bebas *self compassion* dan terikat *body dissatisfaction*. Rancangan pada penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan ini berangkat dari suatu kerangka teori, gagasan para ahli, maupun pemahaman peneliti berdasarkan pengalamannya, kemudian dikembangkan menjadi permasalahan-permasalahan yang diajukan untuk memperoleh pembenaran (verifikasi) atau penolakan dalam bentuk dokumen data empiris lapangan. Pendekatan kuantitatif bertujuan untuk menguji teori, membangun fakta, menunjukkan hubungan antar variabel, memberikan deskripsi statistic, menaksir dan meramalkan hasilnya.

Populasi pada penelitian ini adalah perempuan dewasa awal pengguna TikTok. Populasi adalah gabungan dari seluruh elemen yang terbentuk peristiwa, hal, atau orang yang memiliki karakteristik serupa yang menjadi pusat perhatian peneliti. Teknik pengambilan sampel berdasarkan perhitungan dengan rumus Slovin, responden yang digunakan penulis sebanyak 99.99 yang dibulatkan menjadi 100 orang. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah dengan menggunakan skala psikologi. Skala pertama adalah skala *self compassion* yang diambil dari aspek-aspek *self compassion* yang diungkapkan oleh Neff [8] yaitu *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* dengan 33 aitem valid. Skala selanjutnya adalah *body dissatisfaction* yang diambil dari aspek-aspek *body dissatisfaction* oleh Cooper et al., (1987)[9] yaitu afeksi, kognisi, serta perilaku 36 aitem valid. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang diawali dengan pengumpulan data, interpretasi data dan munculnya hasil penelitian. Pengambilan sampel yang dipakai pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*. Analisis data menggunakan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dengan menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov* dengan acuan taraf signifikansi $p > 0,5$, uji linearitas dengan menggunakan *Test for Linierity* dengan nilai signifikansi kurang dari 0,05. Hipotesis penelitian ini diuji menggunakan metode statistik dengan teknik linear sederhana dengan tujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh variabel *self compassion* (X) terhadap variabel *body dissatisfaction* (Y). Kedua variabel dapat dikatakan saling berpengaruh apabila terdapat hasil uji regresi yang menunjukkan nilai signifikan $< 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

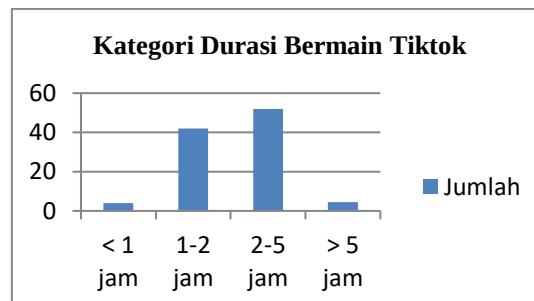
Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini ialah pengguna Tiktok yang berjenis kelamin perempuan dengan usia 18-25 tahun. Total responden berjumlah 100 responden didapatkan dengan menggunakan rumus Slovin.



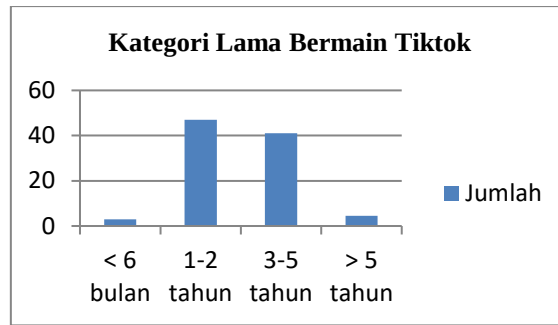
Gambar 1. Kategorisasi Usia Responden

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, dari 100 sampel yang diteliti dapat dilihat bahwa jumlah terbanyak adalah perempuan yang berusia 23 tahun, yakni berjumlah 28 responden dengan persentase sebesar 28%. Responden dengan usia 25 merupakan kategori dengan jumlah paling sedikit yaitu sebesar 2% dari total sampel.



Gambar 2. Kategori Durasi Bermain Tiktok

Berdasarkan hasil deskripsi tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden (52 orang) akan mengakses tiktok 2-5 jam dalam sehari.

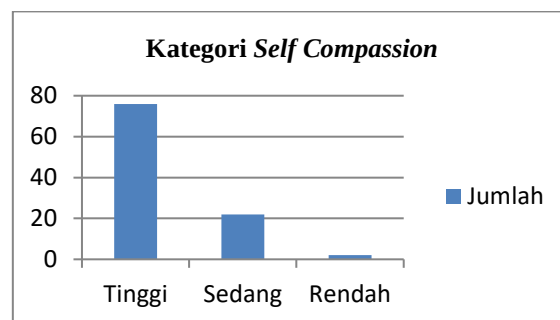


Gambar 3. Kategori Lama Bermain Tiktok

Berdasarkan hasil deskripsi tersebut menunjukkan sebanyak 47 responden telah menjadi pengguna Tiktok selama 1-2 tahun.

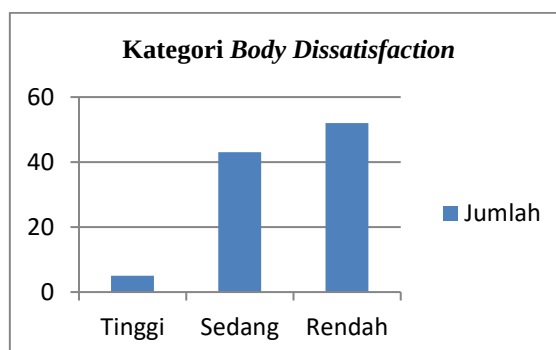
Deskripsi Data

Deskripsi data pada subjek digunakan untuk dapat mengategorikan setiap data yang diperoleh dari beberapa tingkatan. Kategori ini bertujuan untuk menempatkan subjek dapat masuk dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara kategori menurut kontinum yang sudah diukur, dengan pedoman yang mengacu pada Azwar.



Gambar 4. Kategori *Self Compassion*

Berdasarkan gambar di atas, responden dengan kategori tinggi berjumlah 76 responden dengan persentase 76%. Kategori pada tingkat tinggi, sedang, dan rendah menunjukkan tingkat *self compassion* pada partisipan, dimana semakin tinggi tingkatnya maka semakin besar kemungkinan seseorang untuk memiliki *self compassion*.



Gambar 5. Kategori *Body Dissatisfaction*

Berdasarkan gambar diatas, 52 responden dewasa awal di kategori rendah dengan persentase 52%, Hal ini membuktikan bahwa perempuan dewasa awal pengguna tiktok memiliki ketidakpuasan tubuh yang rendah.

Uji Asumsi

Uji Normalitas

Uji normalitas dipergunakan demi mengevaluasi apakah data yang diperoleh mempunyai distribusi normal. Berlandaskan dasar pengambilan keputusan Kolmogrov Smirnov, nilai signifikansi di atas 0,05 menunjukkan bahwa nilai residual memiliki distribusi normal, sedangkan nilai signifikansi di bawah 0,05 menunjukkan bahwa nilai residual tidak memiliki distribusi normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas dengan *Kolmogrov-Smirnov*

Variabel	Sig/p	Keterangan	Kesimpulan
<i>Self Compassion</i>	0,200	Sig > 0,05	Normal
<i>Body Dissatisfaction</i>			

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi $0,200 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data dapat memenuhi syarat atau data berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk menilai apakah ada hubungan linier atau *non-linier* antar variabel. Distribusi dianggap *non-linier* jika $\text{sig} > 0,05$ (Sugiyono, 2017).

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Deviation from Linearity	Linearity (Sig. $p < 0,05$)	Keterangan
<i>Self Compassion</i>	0,400	0.000	Linear
<i>Body Dissatisfaction</i>			

Ada hubungan linear yang signifikan antara *self compassion* dan *body dissatisfaction*, seperti yang ditunjukkan oleh hasil perhitungan di atas; nilai signifikansi adalah 0,400 di atas 0,05.

Uji Hipotesis

Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Tabel 3. Uji ANOVA

Anova	
F	Sig.
139,110	.000 ^b

Tabel 4. Uji Analisis Regresi Linear

Coefficients ^a		
Model	Unstandardized	
	B	
1	(Constant)	170.975
	<i>Self Compassion</i>	-0.970

Berdasarkan data tabel ANOVA di atas, dapat diketahui bahwa $F_{hitung} = 139,110$ dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima atau dapat dipakai. Dari hasil analisis *table coefficients*, terdapat kolom B pada *Constant* (a) adalah 170,975, sedangkan nilai *Self Compassion* (b) adalah -0,970. Hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh negatif, yang berarti jika *self compassion* naik maka *body dissatisfaction* akan turun.

Tabel 5. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary^b	
Model	R Square
1	0.587

Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa koefisiensi determinasi R square sebesar 0,587 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (*self compassion*) terhadap variabel terikat (*body dissatisfaction*) sebesar 58,7%.

Penelitian ini dilakukan guna mengetahui pengaruh *self compassion* terhadap *body dissatisfaction* pada perempuan dewasa awal pengguna Tiktok. Penelitian ini akan membahas dan memberikan gambaran dari hasil temuan penelitian yang sudah dilakukan. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa *self compassion* berpengaruh terhadap *body dissatisfaction* sebesar 58,7%. Penelitian yang dilakukan oleh Hati (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self compassion* dan *body dissatisfaction*, sejalan dengan hipotesis penelitian ini.

Hasil kategorisasi penelitian pada variabel independen yaitu *self compassion* menunjukkan 76 responden memiliki *self compassion* yang tinggi dengan persentase 76%. Responden dengan *self compassion* rendah memiliki persentase 2% atau sebanyak 2 responden. Di sisi lain, hasil kategorisasi *body dissatisfaction* menunjukkan 52 responden memiliki *body dissatisfaction* rendah dengan persentase 52%. *Body dissatisfaction* tinggi dipersentasekan 5% atau 5 responden.

Hasil dari data yang diambil mengenai durasi menggunakan aplikasi Tiktok menunjukkan bahwa dalam sehari responden paling banyak bermain Tiktok dengan jangka waktu 2-5 jam. Artikel yang diterbitkan oleh Uzone (2023) mengemukakan bahwa Tiktok menguras waktu netizen Indonesia kurang lebih 3 jam per hari. Hal ini mengartikan bahwa penggunaan Tiktok dari responden penelitian ini termasuk rata-rata.

Data mengenai lama pengguna menginstall aplikasi Tiktok didominasi selama 1-2 tahun, yaitu sebanyak 47%. Tiktok sendiri diluncurkan pada bulan September tahun 2016 oleh perusahaan yang berbasis di China (ByteDance, 2020). Indonesia sendiri sempat dihebohkan oleh aplikasi Tiktok pada tahun 2018, namun saat itu Kementrian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) memblokir dari Indonesia karena dianggap tidak mendidik. Pada tahun 2020, Tiktok mulai populer kembali di Indonesia di berbagai kalangan. Hal ini mengartikan bahwa responden rata-rata adalah pengguna baru dari aplikasi Tiktok.

Penelitian ini menggunakan subjek dewasa awal yang berusia 18-25 tahun (Santrock, 2012), dan didominasi oleh responden yang berusia 23 tahun. Kristin Neff (2003) dalam artikel ilmiahnya mengungkapkan salah satu faktor dari *self compassion* adalah usia. Periode kehidupan usia remaja bisa jadi saat dimana *self compassion* berada di titik terendah (Neff, 2003).

Individu dengan *self compassion* yang tinggi memiliki derajat yang tinggi dalam ketiga komponen yaitu *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* [10]. *Self compassion* dapat menimbulkan respons yang lebih positif dan seimbang secara emosional terhadap kegagalan dan stressor harian [11]. *Self compassion* mendorong individu untuk semakin mengembangkan penerimaan diri dan kebaikan diri sehingga mampu menghasilkan perasaan positif ketika kepercayaan diri dan konsep dirinya terancam (Neff dkk., 2007).

Penampilan fisik yang kurang menarik dinilai dapat menghambat proses adaptasi individu dengan lingkungan sosialnya [12]. Hal ini yang kemudian menyebabkan individu mulai memperhatikan dan mengevaluasi penampilan fisik, terutama bentuk tubuh [13]. Ogden (Marizka, Maslihah, & Wulandari, 2019) menyatakan bahwa adanya kesenjangan bentuk tubuh antara standar ideal yang ada di masyarakat dengan kenyataan akan menimbulkan rasa tidak puas terhadap bentuk tubuh.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih mudah untuk mengalami *body dissatisfaction* [14]. Hal ini dikarenakan perempuan cenderung terfokus pada evaluasi mengenai penampilan fisiknya dibandingkan aspek lain pada dirinya, sehingga menyebabkan mereka lebih mudah untuk merasa tidak nyaman terkait penampilan fisik [15]. Selain itu, perempuan cenderung menjadi target perbandingan standar ideal terkait bentuk tubuh dalam masyarakat [16].

Perempuan secara tidak langsung dituntut untuk memiliki bentuk tubuh sesuai dengan standar yang berlaku agar dapat dipandang menarik [17]. Perempuan yang dinilai memiliki bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan standar ideal umumnya akan mendapat kritikan maupun stigma dari masyarakat bahwa mereka ‘tidak pandai merawat diri’ [18]. *Body dissatisfaction* didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap tubuhnya yang berkaitan dengan membandingkan persepsi citra tubuhnya dengan orang lain, pandangan yang berlebihan terhadap citra tubuhnya, pemahaman diri sendiri terhadap tubuh dan adanya perubahan yang drastis terhadap tubuh [9].

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu penulis hanya mengambil data pengguna Tiktok yang belum disertakan dengan tujuan individu bermain Tiktok, hal apa yang paling banyak dicari atau dilihat ketika individu bermain Tiktok, serta apa kegiatan atau kesibukan apa yang dilakukan individu sehari-hari.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, diketahui bahwa hasil penelitian ini terdapat pengaruh *self compassion* terhadap *body dissatisfaction* pada perempuan dewasa awal

pengguna Tiktok. *Self compassion* memiliki pengaruh negatif terhadap *body dissatisfaction*. Pengaruh negatif ini bermakna semakin tinggi *self compassion* maka *body dissatisfaction* akan semakin rendah.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] Rahmiani, “Pemenuhan Kebutuhan Informasi Pandemi Covid-19 Melalui Media Penyiaran Dan Media Digital Pada Masyarakat Lero,” 2021.
- [2] R. Aprilian, *PENGARUH TAYANGAN VIDEO #GLOWUPCHALLENGE PADA APLIKASI TIKTOK TERHADAP SELF-CONFIDENCE REMAJA (Studi pada Siswa SMA Negeri 1 Metro)*. 2021.
- [3] A. Kuswati, “PENGARUH MEDIA SOSIAL TIK TOK TERHADAP AKHLAKUL KARIMAH REMAJA DI DESA BUNTON KECAMATAN ADIPALA KABUPATEN CILACAP TAHUN 2021,” 2021.
- [4] R. Afida, “IDENTIFIKASI SELF-ACCEPTANCE MASA DEWASA AWAL PADA PENGUNGGAH STATUS DI MEDIA SOSIAL,” vol. 7, no. 2, pp. 33–48, 2020, [Online]. Available: <http://repository.radenintan.ac.id/11375/1/PERPUSPUSAT.pdf%0Ahttp://business-law.binus.ac.id/2015/10/08/pariwisata-syariah/%0Ahttps://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results%0Ahttps://journal.uir.ac.id/index.php/kiat/article/view/8839>
- [5] soraya dian pangestika Purnawan, “Self-Compassion Dan Body Dissatisfaction Pada Dewasa Awal Self-Compassion Dan Body Dissatisfaction Pada,” 2022.
- [6] K. Permanasari, “Pengaruh Body Dissatisfaction terhadap Kecenderungan Eating Disorder Remaja,” *Repository.Unair.Ac.Id*, 2022, [Online]. Available: <https://repository.unair.ac.id/117159/>
- [7] N. Fitriah, “Studi Fenomenologi Ideal Self kulit Putih Pada Remaja Akhir,” pp. 1–144, 2017.
- [8] K. Neff, “Self-compassion, self-esteem, and well-being,” 2011.
- [9] P. J. Cooper, M. J. Taylor, Z. Cooper, and C. G. Fairburn, “The Development and Validation of The Body Shape Questionnaire.,” *Int. J. Eat. Disord.*, pp. 485–494, 1987.
- [10] D. A. P. Prastya, M. Arifin, and K. A. Trisnawati, “Tingkat Self Compassion Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi Pada Masa Social Distancing Pandemi Covid-19,” *J. Ilm. Ilmu Pendidik. dan Sos.*, vol. 9, no. 1, pp. 90–103, 2020.
- [11] A. Novena, C. Wibhowo, F. Psikologi, and U. K. Soegijapranata, “Hubungan Antara Self-Compassion dan Regulasi Emosi dengan Stres pada Dewasa Awal (The Relationship Between Self-Compassion and Emotion Regulation with Stress Among Early Adults),” vol. 22, no. 1, pp. 83–95, 2023, doi: 10.24167/psidim.v22i1.5018.

- [12] A. A. T. Padaa, "PENGARUH SELF ACCEPTANCE TERHADAP BODY IMAGE PADA WANITA DEWASA AWAL DI KOTA MAKASSAR," vol. 3, no. 2, p. 6, 2021.
- [13] S. M. B. P. Affiza, "PERSEPSI TERHADAP CITRA TUBUH DAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA PEREMPUAN PENGGUNA MEDIA SOSIAL," no. 8.5.2017, pp. 2003–2005, 2022.
- [14] S. Maimunah and S. Yohana, "HUBUNGAN MEDIA SOSIAL DENGAN BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWA PEREMPUAN DI KOTA SURABAYA Salma Maimunah Yohana Wuri Satwika Abstrak," *Character J. Penelit. Psikologi. Jurnal Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 2, pp. 224–233, 2021.
- [15] S. W. Dianningrum and Y. W. Satwika, "Hubungan Antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri pada Remaja Perempuan," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 7, pp. 194–203, 2021.
- [16] A. Psychologia, K. R. Mahidhika, K. N. Fathiyah, J. Psikologi, F. I. Pendidikan, and U. N. Yogyakarta, "Acta Psychologia," vol. 4, no. 2014, pp. 11–20, 2022.
- [17] D. R. Rukmawati and I. Dzulkarnain, "Konstruksi Kecantikan Di Kalangan Wanita Karier (Di Kecamatan Lamongan, Kabupaten Lamongan)," *J. Sociol.*, vol. 8, no. 1, pp. 1–16, 2015.
- [18] A. Dan, P. Korban, B. Shaming, and U. Negeri, "Delfiyana 1644041002 jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan," 2021.