Available online: https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizidietetik *J. Gizi Dietetik, Maret, 2026, 5(1):42-47*
E-ISSN 2830-0890 *DOI: doi.org/10.25182/jigd.2026.5.1.373-378*

Hubungan Kecemasan Sosial, Gangguan Makan, dan Penerimaan Diri terhadap Citra Tubuh pada Remaja Putri di SMA Angkasa 2 Halim Perdana Kusuma Jakarta

Relationship between Social Anxiety, Eating Disorders, and Self-Acceptance toward Body Image among Female High School Students at SMA Angkasa 2 Halim Perdana Kusuma, Jakarta

Rifa Krisanti Sumara[1]*, Erry Yudhya Mulyani[1], Mariyana Widiastuti[2], Kurnia Dwi Juliani[1], dan Nofia Angela[1]

[1]Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul, Jakarta 11510, Indonesia
[2]Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggul, Jakarta 11510, Indonesia

*Penulis koresponden: erry.yudhya@esaunggul.ac.id

Diterima: 13 Agustus 2025 *Direvisi: 20 Februari 2026* *Disetujui: 31 Maret 2026*

ABSTRACT

Body image is an individual's psychological perception of their body shape, size, and appearance, which can affect self-esteem and is related to an individual's social evaluation, including emotional satisfaction and mental health, especially in adolescent girls. Factors such as social anxiety, eating disorders, and self-acceptance are thought to be related to the formation of body image. The purpose of this study is to investigate the relationship between social anxiety, eating disorders, and self-acceptance on body image in adolescent girls. The research design is quantitative corelasional with a cross-sectional approach. The sample consists of 73 adolescent girls aged 15–19 years selected through purposive sampling and analyzed using the chi-square test. The instruments used were the Social Anxiety Scale for Adolescents/SAS-A questionnaire, the Eating Attitudes Test/EAT-26 questionnaire, the self-acceptance questionnaire, and the MBSRQ-AS questionnaire. The results of respondent characteristics based on age categories showed that 70 respondents (95.9%) were in the mid-adolescent age group (15–17 years), while 3 respondents (4.1%) were in the late-adolescent age group (18–19 years). Statistical tests of the relationship between social anxiety (0.000), eating disorders (0.010), and self-acceptance (0.000) showed a significant association (p<0.05) with body image in adolescent girls. Conclusion: The higher the levels of social anxiety, abnormal eating disorders, and low self-acceptance, the more negative the body image perceived by female adolescents. These findings indicate the importance of psychosocial intervention and nutrition education to improve healthy body perception and prevent eating disorders among female adolescents.

***Keywords**: adolescent girls; body image; eating disorder; self-acceptance; social anxiety*

ABSTRACT

Citra tubuh merupakan persepsi gambaran psikologis individu terhadap bentuk, ukuran, dan penampilan tubuhnya yang dapat berdampak pada harga diri serta berkaitan dengan evaluasi sosial individu, termasuk situasi kepuasan emosional dan kesehatan mental, khususnya pada remaja putri. Faktor-faktor seperti kecemasan sosial, gangguan makan, dan penerimaan diri diduga memiliki hubungan terhadap pembentukan citra tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan sosial, gangguan makan, dan penerimaan diri terhadap citra tubuh pada remaja putri. Desain penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek terdiri dari sejumlah remaja putri 15-19 tahun yang dipilih melalui teknik purposive sampling dengan jumlah 73 orang dan dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner *Social Anxiety Scale for Adolescents/SAS-A*, kuesioner *Eating Attitudes Test/EAT-26*), kuesioner penerimaan diri, dan kuesioner MBSRQ-AS. Hasil karakteristik responden berdasarkan kategori usia remaja pertengahan 15-17 tahun sebanyak 70 orang (95,9%), sementara usia remaja akhir 18-19 tahun sebanyak 3 orang (4,1%). Hasil uji statistik hubungan antara kecemasan sosial (0,000), gangguan makan (0,010), dan penerimaan diri (0,000) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan (p<0,05) dengan citra tubuh pada remaja putri. Kesimpulan semakin tinggi kecemasan sosial, kecenderungan gangguan makan yang abnormal, serta penerimaan diri yang rendah maka semakin negatif citra tubuh yang

dirasakan pada remaja putri. Temuan ini mengindikasikan pentingnya intervensi psikososial dan edukasi gizi untuk meningkatkan persepsi tubuh yang sehat dan mencegah gangguan makan pada remaja putri.

Kata kunci: *citra tubuh; gangguan makan; kecemasan sosial; penerimaan diri; remaja putri*

PENDAHULUAN

Masa remaja mengalami periode di mana terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara psikologis, fisik, maupun intelektual (Pusdatin Kemenkes RI 2017 dalam Ariani *et al.* 2021). Penampilan fisik yang proporsional dianggap sangat penting bagi remaja putri saat ini. Ketidaksesuaian antara realitas dan persepsi ideal terhadap tubuh menjadi penyebab utama remaja mengalami gangguan citra tubuh (Ariani *et al.* 2021). Remaja yang merupakan masa transisi dari masa perkembangan anak menuju ke masa perkembangan dewasa awal mulai beralih prioritas dari keluarga menuju ke teman sebaya. Hal ini juga ditunjukkan dengan adanya kebutuhan sosial yang tinggi (Hurlock 1996). Hal ini menjadikan remaja cenderung ingin diterima di kelompoknya sehingga penilaian kelompok atau lingkungan sosial merupakan hal yang penting, tidak terkecuali penilaian atas fisik mereka. Ada dua jenis citra tubuh yaitu citra tubuh positif dan citra tubuh negatif. Citra tubuh positif adalah pandangan yang nyaman terhadap jenis tubuh yang dimiliki oleh individu itu sendiri. Sementara itu, citra tubuh negatif adalah pandangan yang buruk terhadap bentuk tubuh seseorang dan cenderung mengurangi kepercayaan diri terhadap kondisi bentuk tubuh seseorang (Ardida & Rahayu 2024).

Bila dilihat berdasarkan jenis kelamin, citra tubuh negatif lebih rentan dialami oleh remaja perempuan dibandingkan remaja laki-laki (Pratiwi & Wilani 2023). Perubahan fisiologis mencakup perubahan ukuran dan proporsi tubuh, seperti berat badan yang meningkat, tinggi badan, dan perubahan hormonal. Sedangkan perubahan psikologis pada remaja berbeda-beda, termasuk dalam hal suasana hati, seperti kegembiraan, kemarahan, depresi. dan kecemasan sosial. Kecemasan sosial adalah perasaan tidak nyaman yang dialami oleh seseorang terhadap orang lain dalam bentuk penghinaan atau penilaian negatif terhadap penampilan fisiknya (Ardida & Rahayu 2024). Hal ini mengakibatkan persepsi tubuh yang negatif dan dapat menimbulkan dorongan untuk menjadi kurus. Gangguan pada persepsi citra tubuh dapat berdampak pada seseorang mengalami masalah gizi (Merita *et al.* 2020). Pola makan yang dilakukan untuk menjaga bentuk tubuh sesuai dengan persepsi citra tubuh yang diinginkan dapat menjadi penyebabnya. Kecemasan akan bentuk tubuh membuat remaja sengaja tidak makan yang akhirnya dapat berujung pada gangguan makan (*eating disorder*) (Merita *et al*. 2020).

Dua jenis gangguan makan yang sering terjadi pada remaja adalah *anoreksia nervosa* dan *bulimia nervosa. Anorexia nervosa* merupakan gangguan makan yang membatasi asupan makanannya bahkan sampai membiarkan tubuh mengalami rasa kelaparan. Sedangkan *bulimia nervosa* adalah gangguan makan ditandai dengan perilaku makan berlebihan yang kemudian diikuti dengan tindakan memuntahkan atau menggunakan obat pencahar untuk mengeluarkan makanan yang telah dikonsumsi. Studi menunjukkan bahwa remaja yang memiliki harga diri rendah dan merasa tidak puas dengan penampilan dan kehidupan mereka memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami gangguan makan, terutama pada wanita. Gangguan makan pada remaja sangat erat kaitannya dengan penerimaan diri. Penerimaan diri memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk persepsi citra tubuh. Berdasarkan penelitian Azzahra (2024) data menunjukkan bahwa penerimaan diri mempengaruhi citra tubuh sebesar 19,3%, sementara 80,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial, dukungan keluarga, gaya hidup hedonistik, dan kematangan emosional (Azzahra 2024). Seseorang yang memiliki citra tubuh positif dan penerimaan diri yang positif akan lebih mampu menghargai perubahan pada fisiknya, sehingga tetap merasa percaya diri dan nyaman dengan dukungan keluarga. Sebaliknya, seseorang dengan citra tubuh negatif dan penerimaan diri yang negatif cenderung sulit menerima perubahan fisik dan kurangnya dukungan dari keluarga.

Penelitian ini menggunakan 4 jenis kuesioner untuk memastikan pengambilan data subjek. Adapun kuesioner yang digunakan yaitu; *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) yang dikembangkan oleh Cash (2000) untuk mengukur skala citra tubuh, *Social Anxiety Scale for Adolescent* (SAS-A) yang disusun oleh La Greca & Lopez (1998) untuk mengukur variabel kecemasan sosial, *Eating Attitudes Test-26* (EAT-26) untuk mengukur variabel gangguan makan dan skala penerimaan diri yang dikembangkan oleh Morgado *et al.* (2014).

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Desain penelitian ini akan dilakukan menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan desain potong lintang (*cross-sectional study*). Pendekatan *cross sectional* yang digunakan dalam penelitian ini, karena untuk mengetahui hubungan kecemasan sosial, gangguan makan, dan penerimaan diri terhadap citra tubuh pada remaja putri di SMA Angkasa 2 Halim Perdana Kusuma Jakarta. Tempat pengambilan data dalam penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Angkasa 2 Halim Perdana Kusuma Jakarta pada remaja putri usia 15-19 tahun. Waktu pelaksanaan penelitian akan dilakukan pada bulan Mei-Juni 2025 hingga tujuan penelitian dianggap tercapai.

Jenis dan cara pengambilan subjek

Populasi penelitian ini adalah 73 siswi SMA Angkasa 2 Halim Perdana Kusuma Jakarta yang berusia 15-19 tahun. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu. Kriteria inklusi dan kriteria eksklusi digunakan sesuai dengan pertimbangan yang ada berdasarkan populasi yang diteliti. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah: siswi berusia 15-19 tahun, mengisi *informed consent, dan* hadir pada saat penelitian. Sedangkan, kriteria eksklusinya adalah: siswi yang sudah lulus, pindah sekolah, atau tidak aktif saat pengambilan data, serta engalami kondisi kesehatan fisik atau mental yang menghambat pengisian instrumen penelitian.

Jenis dan cara pengumpulan data

Variabel dependen penelitian ini adalah citra tubuh. Variabel independen dari penelitian ini adalah kecemasan sosial, gangguan makan, dan penerimaan diri. Data tersebut diperoleh dengan cara menyebarkan kuesioner item mengenai kecemasan sosial, gangguan makan, dan penerimaan diri, serta persepsi citra tubuh. Berikut adalah 4 kuesioner yang digunakan dalam pengambilan data:

1) Skala citra tubuh menggunakan alat ukur *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) yang dikembangkan oleh Cash (2000). Salah satu kuesioner yang komprehensif dalam menilai persepsi tubuh secara multidimensi. Dapat digunakan untuk mengevaluasi intervensi atau program pengembangan citra tubuh.
2) Skala kecemasan sosial menggunakan alat ukur *Social Anxiety Scale for Adolescent* (SAS-A) yang disusun oleh La Greca & Lopez (1998). Dalam alat ukur ini terdapat 3 kategori aspek yaitu: 1) Ketakutan terhadap evaluasi negatif; 2) Penghindaran situasi sosial dengan orang asing; 3) Penghindaran situasi sosial secara umum.
3) Skala gangguan makan menggunakan *Eating Attitudes Test-26* (EAT-26), yang banyak digunakan untuk mengidentifikasi perilaku makan yang abnormal dan normal,
4) Skala penerimaan diri menggunakan skala penerimaan diri yang dikembangkan oleh Morgado *et al*. (2014). Dirancang khusus untuk mengukur penerimaan diri dari sudut pandang positif dan realistis.

Pengolahan dan analisis data

Pengolahan dan analisis data dilakukan menggunakan *Stastistical Program for Social Science* versi 23. Pada penelitian ini, data yang dianalisis akan mengukur hubungan antar variabel penelitian, termasuk variabel dependen dan independen. Analisis bivariat yang dilakukan adalah uji *chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini diikuti oleh 73 subjek remaja yang telah menyatakan kesediaannya dalam penelitian ini. Tabel 1 menunjukan bahwa sebagian besar subjek berada pada rentang usia 15–17 tahun (95,9%), yang menunjukkan bahwa mayoritas berada pada fase remaja pertengahan. Fase ini secara psikologis ditandai dengan pencarian identitas diri, meningkatnya sensitivitas sosial, serta tumbuhnya kesadaran terhadap penampilan fisik.

Tabel 1. Karakteristik subjek berdasarkan usia

Umur (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
15 – 17 (Remaja pertengahan)	70	95,9
18 – 19 (Remaja akhir)	3	4,1
Total	73	100,0

Hasil ini sejalan dengan teori Santrock (2022) menjelaskan bahwa remaja pertengahan merupakan tahap penting dalam pembentukan citra diri dan persepsi terhadap tubuh, sehingga sangat relevan bila dikaitkan dengan variabel-variabel dalam penelitian ini seperti kecemasan sosial dan citra tubuh. Pada umumnya, remaja putri memiliki ketertarikan yang tinggi terhadap citra tubuh, sehingga mereka cenderung merasa kurang puas dengan citra tubuh yang dimiliki.

Tabel 2. Hubungan kecemasan sosial terhadap citra tubuh pada remaja putri

Kecemasan Sosial	Citra Tubuh				*p-value*
	Negatif		Positif		
	n	%	n	%	
Rendah	15	35,7%	27	64,3%	0,000
Tinggi	25	80,6%	6	19,4%	
Total	40		33		

Keterangan: *p-value*<0,05 signifikan; Uji chi-square

Hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai p=0,000, yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kecemasan sosial dan citra tubuh bermakna secara statistik, sehingga hipotesis alternatif (Ha) diterima. Hal ini mendukung teori dari Thompson *et al.* (1999) yang menyatakan bahwa remaja yang cemas terhadap penilaian sosial lebih mudah merasa tidak puas terhadap tubuhnya. Tekanan sosial dan keinginan untuk diterima dalam kelompok sebaya membuat mereka menilai tubuhnya secara kritis. Masalah citra tubuh pada siswi dapat berdampak pada proses kognitif yang selanjutnya dapat memicu kecemasan sosial. Serta membuat siswi yang cenderung membentuk ekspektasi terhadap standar performa dan penampilan ideal akan lebih mungkin untuk melakukan perbandingan diri dengan siswi lainnya (Said & Herdajani 2023). Dalam konteks pada siswi SMA Angkasa 2, lingkungan yang kompetitif atau norma sosial tertentu bisa memperparah persepsi negatif tersebut. Adanya penilaian dari lingkungan sosial dapat menyebabkan individu mengalami kecemasan sosial, dan hal tersebut menjadikan individu memiliki penilaian yang negatif pula atas diri mereka akibat penilaian yang diberikan oleh lingkungan sosialnya (Rizqiyah & Maryam 2023). Lebih lanjut hasil studi Jarrar *et al.* (2022) menemukan bahwa kecemasan sosial memiliki efek mediasi yang kuat dalam hubungan antara penggunaan media sosial dan ketidakpuasan terhadap tubuh. Artinya, semakin tinggi kecemasan sosial yang dipicu oleh media sosial, semakin besar pula kemungkinan seseorang merasa tidak puas terhadap citra tubuhnya. Peneliti menilai bahwa fenomena ini juga tampak pada responden penelitian, khususnya siswi yang merasa tertekan untuk tampil sesuai standar kecantikan yang berlaku di media digital.

Tabel 3. Hubungan gangguan makan terhadap citra tubuh pada remaja putri

Gangguan Makan	Citra Tubuh				*p-value*
	Negatif		Positif		
	n	%	n	%	
Normal	23	45,1	28	54,9	0,010
Abnormal	17	77,3	5	22,7	
Total	40		33		

Keterangan: *p-value* <0,05 signifikan, Uji chi-square

Hasil penelitian menggunakan uji *chi-square* didapatkan sebesar p=0,010 sehingga dapat diartikan terdapat hubungan signifikan antara status gangguan makan dengan citra tubuh. Siswi yang mengalami gangguan makan abnormal lebih banyak memiliki citra tubuh negatif. Menurut penelitian sebelumnya Krisnani *et al*. 2018, terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya gangguan makan pada individu, yaitu: (1) Faktor sosio-kultural; adanya tekanan yang berlebihan terhadap remaja perempuan untuk memenuhi standar ideal yang tidak realistis. (2) Faktor psikologis; menjadi salah satu faktor yang paling signifikan terkait dengan gangguan makan, di antaranya adalah ketidakpuasan terhadap citra tubuh sendiri yang memicu perilaku tidak sehat untuk mencapai berat badan yang diinginkan, serta adanya depresi, rendahnya harga diri, dan pola diet yang sangat ketat yang dapat mengakibatkan kurangnya kontrol diri dan berujung pada perilaku makan berlebihan yang bersifat bulimia. Lebih lanjut hasil penelitian yang dilakukan Siregar (2017) dengan hasil bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan gangguan makan pada remaja putri masa pubertas di Surabaya yang ditunjukkan oleh nilai *p-value* 0,04 (p<0,05). Pada remaja putri, terdapat perasaan tidak nyaman yang muncul akibat perubahan cepat pada tubuh mereka, sehingga mereka menjadi lebih memperhatikan

perubahan tersebut yang dapat berujung pada pembatasan konsumsi makanan (Maryusman *et al.* 2020 dalam Fuadah & Hidayati 2022).

Tabel 4. Hubungan penerimaan diri terhadap citra tubuh pada remaja putri

Penerimaan Diri	Citra Tubuh				*p-value*
	Negatif		Positif		
	n	%	n	%	
Rendah	32	74,4	11	25,6	0,000
Tinggi	8	26,7	22	73,3	
Total	40		33		

Keterangan: *p-value* <0,05 signifikan

Hasil penelitian menggunakan uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan citra tubuh (p=0,000). Siswi dengan penerimaan diri rendah cenderung memiliki citra tubuh yang negatif, sedangkan penerimaan diri tinggi cenderung memiliki citra tubuh yang positif. Ini sejalan dengan teori Rogers (1951) yang menegaskan bahwa penerimaan diri yang baik mencerminkan *self-concept* yang sehat, termasuk persepsi positif terhadap tubuhnya sendiri. Di SMA Angkasa 2, siswi dengan tingkat kepercayaan diri dan penerimaan terhadap diri yang rendah rata-rata terpengaruh oleh standar kecantikan yang ada di media sosial seperti idola kesukaan mereka. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Putri & Flurentin (2024) melalui hasil dari uji regresi linear sederhana mengenai penerimaan diri terhadap citra tubuh menunjukkan nilai Sig. 0,000≤0,05. Ini menunjukkan bahwa penerimaan diri memberikan kontribusi positif yang signifikan terhadap citra tubuh. Selanjutnya penelitian Maryam & Ifdil (2019) menemukan bahwa tingkat penerimaan diri yang rendah disebabkan oleh kurangnya kesadaran diri untuk menerima diri sendiri. Selain itu, hal ini juga dipengaruhi oleh persepsi terhadap standar tubuh, keinginan untuk tidak gagal dalam memenuhi ekspektasi, serta usaha untuk menyesuaikan tubuh agar terlihat ideal tanpa mempertimbangkan baik buruknya tubuh tersebut

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis terhadap 73 remaja putri (≥ 95,9 % usia 15–17 tahun), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kecemasan sosial (p=0,000), gangguan makan (p = 0,010), dan penerimaan diri (p=0,000) terhadap citra tubuh. Citra tubuh yang negatif lebih sering ditemui pada responden dengan kecemasan sosial tinggi, gangguan makan, serta rendahnya penerimaan diri. Di sisi lain, tingginya penerimaan diri berkontribusi terhadap persepsi citra tubuh lebih positif, sehingga ketiga variabel tersebut saling terkait dalam konteks biopsikososial remaja. Oleh karena itu, disarankan agar program intervensi di sekolah atau komunitas remaja menitikberatkan pada peningkatan penerimaan diri dan strategi coping sosial untuk menurunkan kecemasan dan risiko gangguan makan, serta memberikan pendidikan rutin mengenai citra tubuh sehat dan pola makan seimbang yang dapat memperkuat kesejahteraan psikososial remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami juga ditujukan kepada para responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, kesediaan mereka membuat penelitian ini dapat terselesaikan.

DAFTAR PUSTAKA

Ardida NI, Rahayu MNM. 2024. Hubungan antara body image dengan kecemasan sosial pada remaja perempuan. Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K). 5(1):1-11. https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i2.316

Ariani NKN, Swedarma KE, Saputra K. 2021. Hubungan citra tubuh dengan gangguan perilaku makan pada remaja putri pengguna instagram. Coping: Community of Publishing in Nursing. 9(5):563. https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i05.p09

Azzahra AN. 2024. Peran Self-Esteem dan Citra Tubuh terhadap Penerimaan Diri pada Wanita Emerging Adulthood yang Mengalami Body Shaming [disertasi]. Surabaya: Universitas Airlangga.

Cash TF. 2000. The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire: MBSRQ User's Manual (3rd ed.). Norfolk, VA: University of Norfolk.

Fuadah L, Hidayati RW. 2022. Hubungan citra tubuh dengan gangguan makan pada remaja awal di wilayah kerja Puskesmas Gamping 2 Sleman Yogyakarta. Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu.13(1):24-28. https://doi.org/10.55426/jksi.v13i1.190

Hurlock E. 1996. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.

Jarrar Y, Awobamise AO, Nweke GE. 2022. The mediating effect of social anxiety on the relationship between social media use and body dissatisfaction among university students. Frontiers in Communication. 7: 900257. https://doi.org/10.3389/fcomm.2022.900257

Krisnani H, Santoso MB, Putri D. 2018. Gangguan makan anorexia nervosa dan bulimia nervosa pada remaja. Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. 4(3):390-447. 399. https://doi.org/10.24198/jppm.v4i3.15714

La Greca AM, Lopez N. 1998. Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. Journal of Abnormal Child Psychology.26(2):83-94. https://doi.org/10.1023/A:1022684520514

Maryam S, Ifdil I. 2019. Relationship between body image and self-acceptance of female students. Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia. 3(3):129-136. https://doi.org/10.24036/4.23280

Merita M, Hamzah N, Djayusmantoko D. 2020. Persepsi citra tubuh, kecenderungan gangguan makan dan status gizi pada remaja putri di Kota Jambi. Journal of Nutrition College. 9(2):81-86. https://doi.org/10.14710/jnc.v9i2.24603

Morgado FF, Campana AN, Tavares Mda C. 2014. Development and validation of the self-acceptance scale for persons with early blindness: the SAS-EB. PLoS One. 9(9):e106848. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0106848

Pratiwi NPRC, Wilani NMA. 2023. Peran dukungan sosial teman sebaya dan penerimaan diri terhadap citra tubuh negatif remaja awal perempuan di Kota Denpasar. Jurnal Psikologi Konseling. 14(1).

Putri AW, Flurentin E. 2024. Kontribusi kepercayaan diri dan penerimaan diri terhadap citra tubuh siswa kelas X SMA Negeri 1 Malang. Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan. 4(8):7-7. https://doi.org/10.17977/um065.v4.i8.2024.7

Rizqiyah MM, Maryam EW. 2023. Hubungan antara citra tubuh (body image) dengan kecemasan sosial pada remaja perempuan. Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia. 9(3):404-413.

Rogers CR (1951). Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory. Houghton Mifflin. https://archive.org/details/clientcenteredth0000roge

Said R, Herdajani F. 2023. Hubungan citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial pada siswi kelas X SMA Negeri "X" Jakarta. Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif. 3(2):7. https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v3i2.2155

Santrock JW. 2022. Adolescence (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.

Siregar RUP. 2017. Hubungan citra tubuh dengan gangguan makan pada remaja putri masa pubertas. Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing). 3(1):1-7. Retrieved from https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikep/article/view/1

Thompson JK, Heinberg LJ, Altabe M, Tantleff-Dunn S. 1999. Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance. American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/10312-000