

Body Shaming dan Self-Confidence pada Remaja Karang Taruna di Kampung Tengah, Kecamatan Pinggir, Kabupaten Bengkalis

Alvina Damayani¹, Muhammad Jais², Viony Syafitra³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Masyarakat, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau. Email: alvina.damayani2584@student.unri.ac.id¹, muhammadjais@lecturer.unri.ac.id², vionysyafitra@lecturer.unri.ac.id³.

Abstract: *Body shaming refers to comments, judgments, or treatment that demean individuals based on physical appearance and may be associated with the development of adolescents' self-confidence. This study aimed to describe the levels of body shaming and self-confidence and to examine the predictive contribution of body shaming to self-confidence among youth organization members in Kampung Tengah, Pinggir District, Bengkalis Regency. A quantitative ex-post facto design was employed. The population consisted of 110 adolescents, and 87 respondents were selected using the Slovin formula at a 5% margin of error and simple random sampling. Data were collected using five-point Likert questionnaires. The self-confidence instrument comprised 40 valid items with a Cronbach's alpha of 0.954, while the body-shaming instrument comprised 39 valid items with a reliability coefficient of 0.963. Descriptive statistics, normality and linearity tests, Pearson correlation, and simple linear regression were applied. Body shaming was classified as moderately high ($M=3.69$), whereas self-confidence was moderate ($M=3.39$). The variables were positively and significantly correlated ($r=0.512$; $p<0.001$). Regression analysis produced $B=0.503$ ($t=5.499$; $p<0.001$) and $R^2=0.262$, indicating that body shaming explained 26.2% of the variance in self-confidence. This positive direction contradicts the theoretical expectation and indicates that the coding of positively and negatively worded items should be verified before substantive inference. Youth organizations should promote anti-body-shaming education, inclusive communication, and positive body-image development.*

Abstrak: *Body shaming merupakan komentar, penilaian, atau perlakuan yang merendahkan individu berdasarkan penampilan fisik dan berpotensi berkaitan dengan pembentukan kepercayaan diri remaja. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan tingkat body shaming dan self-confidence serta menganalisis kontribusi prediktif body shaming terhadap self-confidence pada remaja Karang Taruna di Kampung Tengah, Kecamatan Pinggir, Kabupaten Bengkalis. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain ex-post facto. Populasi berjumlah 110 remaja dan sampel sebanyak 87 responden ditentukan menggunakan rumus Slovin pada tingkat kesalahan 5% serta dipilih dengan simple random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Likert lima tingkat. Instrumen self-confidence terdiri atas 40 item valid dengan reliabilitas Cronbach's alpha 0,954, sedangkan instrumen body shaming terdiri atas 39 item valid dengan reliabilitas 0,963. Analisis meliputi statistik deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, korelasi Pearson, dan regresi linear sederhana. Hasil menunjukkan bahwa body shaming berada pada kategori cukup tinggi ($M=3,69$), sedangkan self-confidence berada pada kategori sedang ($M=3,39$). Kedua variabel berkorelasi positif dan signifikan ($r=0,512$; $p<0,001$). Regresi menghasilkan koefisien $B=0,503$ ($t=5,499$; $p<0,001$) dan $R^2=0,262$, sehingga body shaming menjelaskan 26,2% variasi self-confidence. Arah positif ini tidak sejalan dengan ekspektasi teoritis dan mengindikasikan perlunya verifikasi pengodean item positif-negatif sebelum inferensi substantif dibuat. Secara praktis, Karang Taruna perlu mengembangkan edukasi anti-body shaming, komunikasi inklusif, dan penguatan citra diri positif.*

Article History

Received: 14-11-25

Reviewed: 31-08-26

Published: 15-09-26

Key Words

Body Shaming, Self-Confidence, Adolescents, Youth Organization, Body Image.

Sejarah Artikel

Diterima: 14-11-25

Direview: 31-08-26

Diterbitkan: 15-09-26

Kata Kunci

Body Shaming, Self-Confidence, Remaja, Karang Taruna, Citra Diri.

How to Cite: Damayani, A., Jais, M., & Syafitra, V. (2026). Body Shaming dan Self-Confidence pada Remaja Karang Taruna di Kampung Tengah, Kecamatan Pinggir, Kabupaten Bengkalis. *Transformasi : Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan Non Formal Informal*, 12(2), 842–849. <https://doi.org/10.33394/jtni.v12i2.18396>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial secara cepat. Pada fase ini, penampilan fisik sering menjadi bagian penting dari pembentukan identitas dan penerimaan sosial. Remaja mulai membandingkan bentuk tubuh, warna kulit, wajah, gaya berpakaian, serta karakteristik fisik lainnya dengan standar yang berkembang di lingkungan sosial. Citra diri kemudian terbentuk melalui persepsi dan perasaan individu terhadap ukuran, bentuk, fungsi, dan penampilan tubuhnya (Yusuf et al., 2015).

Perhatian yang tinggi terhadap penampilan dapat membuat remaja rentan terhadap *body shaming*. *Body shaming* merujuk pada tindakan mengkritik, mengomentari secara negatif, mengejek, atau mempermalukan seseorang berdasarkan bentuk tubuh dan penampilannya (Chairani, 2018). Tindakan tersebut dapat muncul sebagai komentar langsung, candaan, perbandingan fisik, penilaian warna kulit, kritik terhadap berat badan, atau tekanan untuk mengikuti standar penampilan tertentu. Meskipun sering dinormalisasi sebagai humor, *body shaming* dapat menimbulkan rasa malu, tekanan, stres, kecenderungan membandingkan diri, dan penarikan sosial (Ramahardhila & Supriyono, 2022).

Salah satu aspek psikologis yang relevan dalam pengalaman tersebut adalah *self-confidence*. Kepercayaan diri berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan, cara berpikir positif, keberanian menyampaikan pendapat, dan kesiapan mengambil keputusan. *Self-confidence* membantu remaja berinteraksi, berpartisipasi dalam kegiatan sosial, dan mengatasi masalah. Sebaliknya, pesan sosial yang merendahkan penampilan dapat mengganggu penerimaan diri dan keyakinan terhadap kemampuan pribadi (Waini et al., 2014).

Penelitian terdahulu umumnya menunjukkan bahwa pengalaman *body shaming* berkaitan dengan rendahnya kepercayaan diri, citra diri negatif, dan hambatan interaksi sosial. Rahayu (2019) mengkaji penerimaan pesan *body shaming* pada remaja perempuan di media sosial, Rahmawati dan Zuhdi (2022) menganalisis pengaruhnya pada mahasiswa, sedangkan Ristanti dan Risdiantoro (2022) meneliti siswi dalam konteks sekolah. Noviani dan Sa'adah (2023) juga menggambarkan kepercayaan diri remaja yang mengalami *body shaming*. Kajian-kajian tersebut menegaskan bahwa penilaian fisik dapat berhubungan dengan evaluasi diri, tetapi sebagian besar berfokus pada sekolah, perguruan tinggi, atau media sosial.

Konteks organisasi kepemudaan desa masih relatif jarang menjadi fokus. Karang Taruna merupakan ruang interaksi sosial yang mempertemukan remaja dalam kegiatan masyarakat, kepemimpinan, kerja sama, dan komunikasi informal. Di satu sisi, organisasi ini dapat memperkuat solidaritas dan penerimaan sosial. Di sisi lain, intensitas interaksi dapat membuka peluang munculnya komentar fisik yang dianggap wajar sebagai candaan. Karena itu, hubungan *body shaming* dan *self-confidence* perlu dipahami dalam konteks komunitas, bukan hanya lingkungan pendidikan formal.

Observasi awal yang dicatat dalam skripsi menunjukkan adanya komentar mengenai warna kulit, bentuk tubuh, jerawat, tinggi badan, gaya berpakaian, dan kesesuaian dengan tren di antara remaja. Namun, dokumen sumber tidak mencantumkan frekuensi observasi atau kutipan wawancara awal secara terukur. Keterbatasan data awal tersebut diperhatikan dalam penelitian ini dengan mengandalkan pengukuran kuesioner pada anggota Karang Taruna Kampung Tengah.

Research gap penelitian terletak pada terbatasnya bukti empiris tentang kontribusi body shaming terhadap self-confidence pada remaja yang aktif dalam organisasi kepemudaan desa. Penelitian ini juga menguraikan tiga indikator *body shaming* komentar negatif mengenai fisik, penilaian sosial berdasarkan penampilan, dan tekanan standar ideal serta tiga indikator *self-confidence* berpikir positif, percaya pada kemampuan, dan berani mengungkapkan pendapat. Pemetaan tersebut diharapkan memberi dasar yang lebih operasional bagi pencegahan body shaming di lingkungan Karang Taruna.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian bertujuan mengetahui tingkat body shaming, tingkat self-confidence, dan kontribusi prediktif body shaming terhadap self-confidence pada remaja Karang Taruna di Kampung Tengah, Kecamatan Pinggir, Kabupaten Bengkalis. Hipotesis statistik dalam skripsi menyatakan adanya pengaruh yang signifikan. Karena instrumen memuat item positif dan negatif, arah hubungan harus ditafsirkan berdasarkan koefisien regresi dan ketepatan pengodean item.

METODE PENELITIAN

A. Desain, Lokasi, dan Waktu

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif ex-post facto. Variabel *body shaming* dan *self-confidence* diukur sebagaimana telah dialami responden tanpa manipulasi eksperimental. Penelitian dilaksanakan di Kampung Tengah, Kecamatan Pinggir, Kabupaten Bengkalis, pada 19 Februari sampai 29 Agustus 2025.

B. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian berjumlah 110 anggota Karang Taruna, terdiri atas 70 laki-laki dan 40 perempuan. Ukuran sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 86,27 dan dibulatkan menjadi 87 responden. Alokasi sampel terdiri atas 55 laki-laki dan 32 perempuan. Skripsi menyebut penggunaan simple random sampling, yaitu setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih. Namun, prosedur teknis pengacakan, misalnya undian atau generator angka acak tidak dijelaskan dalam dokumen sumber.

Jenis kelamin	Populasi	Sampel
Laki-laki	70	55
Perempuan	40	32
Jumlah	110	87

C. Instrumen Penelitian

Data dikumpulkan melalui observasi, dokumentasi, dan kuesioner tertutup. Analisis kuantitatif didasarkan pada kuesioner skala Likert lima tingkat: sangat sering (5), sering (4), jarang (3), kadang-kadang (2), dan tidak pernah (1). Instrumen self-confidence dikembangkan berdasarkan Amri (2018), Sumarmo (2017), dan Tamelab et al. (2021),

sedangkan instrumen body shaming mengacu pada Chairani (2018), Yunita dan Sumi (2021), serta Einarsen (2020) sebagaimana dicantumkan dalam skripsi.

Variabel	Indikator	Item valid	Cronbach's alpha
<i>Self-confidence</i>	Berpikir positif; percaya pada kemampuan, berani mengungkapkan pendapat	40	0,954
<i>Body shaming</i>	Komentar negatif mengenai fisik, penilaian berdasarkan penampilan, tekanan standar ideal	39	0,963

Instrumen *self-confidence* pada tahap awal memuat 45 item. Sepuluh item dinyatakan tidak valid, lima diperbaiki dan lima dibuang, sehingga digunakan 40 item valid. Instrumen *body shaming* pada tahap awal juga memuat 45 item. Sembilan item dinyatakan tidak valid; tiga diperbaiki dan enam dibuang, sehingga digunakan 39 item valid. Kriteria validitas item adalah r hitung lebih besar dari r tabel 0,361 pada sampel uji coba 30 orang. Koefisien reliabilitas kedua instrumen berada pada kategori sangat tinggi.

D. Analisis Data

Analisis dilakukan menggunakan Microsoft Excel dan SPSS versi 25/27 sebagaimana disebutkan secara tidak konsisten dalam skripsi; angka hasil statistik diambil dari tabel keluaran yang dilaporkan. Statistik deskriptif digunakan untuk menghitung mean. Uji Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menilai normalitas, sedangkan *deviation from linearity* digunakan untuk menilai hubungan linear. Pengujian hipotesis menggunakan korelasi Pearson dan regresi linear sederhana pada taraf signifikansi 0,05. Koefisien determinasi R^2 digunakan untuk menentukan proporsi variasi *self-confidence* yang dijelaskan oleh *body shaming*.

E. Pertimbangan Etik

Topik penelitian menyangkut pengalaman psikologis remaja. Namun, skripsi sumber tidak mencantumkan nomor persetujuan etik, prosedur informed consent, persetujuan orang tua atau wali bagi responden di bawah 18 tahun, maupun mekanisme rujukan jika pengisian kuesioner menimbulkan ketidaknyamanan. Informasi tersebut harus dilengkapi sebelum naskah diajukan ke jurnal.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Tingkat *Body Shaming* dan *Self-Confidence*

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa *body shaming* memiliki mean 3,69 dan termasuk kategori cukup tinggi. *Self-confidence* memiliki mean 3,39 dan termasuk kategori sedang. Dengan demikian, kedua variabel tidak berada pada kategori yang sama, sebagaimana keliru dinyatakan dalam naskah awal.

Variabel	N	Mean	Kategori
<i>Body shaming</i>	87	3,69	Cukup tinggi
<i>Self-confidence</i>	87	3,39	Sedang

Pada variabel *body shaming*, indikator penilaian berdasarkan penampilan fisik memiliki mean 3,70, sedangkan tekanan standar ideal di masyarakat memiliki mean 3,63. Item dengan mean tinggi antara lain merasa tetap nyaman dengan diri sendiri ($M=3,93$), diejek karena bahu terlalu lebar ($M=3,92$), dan diejek karena jerawat ($M=3,90$). Kehadiran item positif seperti “tetap nyaman dengan diri saya” dalam skor total *body shaming* menjadi perhatian penting karena item tersebut seharusnya diperlakukan sebagai item berkunci terbalik jika skor tinggi dimaksudkan menunjukkan pengalaman *body shaming* yang tinggi.

2. Uji Asumsi

Uji Kolmogorov–Smirnov menghasilkan nilai signifikansi 0,200 untuk *body shaming* dan *self-confidence*. Karena kedua nilai lebih besar dari 0,05, distribusi data dinyatakan normal. Uji *deviation from linearity* menghasilkan $p=0,568$, sehingga hubungan kedua variabel memenuhi asumsi linearitas.

Pengujian	Variabel/statistik	Nilai p	Keputusan
Normalitas	<i>Body shaming</i>	0,200	Normal
Normalitas	<i>Self-confidence</i>	0,200	Normal
Linearitas	<i>Deviation from linearity</i>	0,568	Linear

3. Korelasi dan Regresi

Korelasi Pearson menghasilkan $r=0,512$ dengan $p<0,001$. Berdasarkan data yang dilaporkan, hubungan kedua variabel bersifat positif dan signifikan. Regresi linear sederhana menghasilkan konstanta 1,536 dan koefisien *body shaming* 0,503. Persamaan regresi yang konsisten dengan tabel koefisien adalah $Y=1,536+0,503X$, bukan susunan persamaan yang tertukar pada skripsi.

Prediktor	B	t	p
Konstanta	1,536	4,540	$<0,001$
<i>Body shaming</i>	0,503	5,499	$<0,001$

Model menghasilkan $R=0,512$ dan $R^2=0,262$. Artinya, skor *body shaming* menjelaskan 26,2% variasi skor *self-confidence*, sedangkan 73,8% berkaitan dengan variabel lain yang tidak diteliti. Karena desain penelitian bersifat ex-post facto dan potong lintang, nilai tersebut lebih tepat disebut kontribusi prediktif daripada bukti kausal.

R	R ²	Signifikansi model	Variasi dijelaskan	Variasi lain
0,512	0,262	$<0,001$	26,2%	73,8%

B. Pembahasan

Hasil deskriptif memperlihatkan bahwa pengalaman atau persepsi mengenai *body shaming* berada pada kategori cukup tinggi, sedangkan *self-confidence* berada pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa komentar dan penilaian fisik merupakan isu yang nyata dalam interaksi remaja Karang Taruna. Penilaian mengenai kulit, bentuk tubuh, wajah, jerawat, dan gaya berpakaian dapat menjadi bagian dari komunikasi sehari-hari yang dinormalisasi sebagai candaan, padahal berpotensi menimbulkan ketidaknyamanan dan tekanan sosial.

Secara teoritis, *body shaming* diperkirakan berkaitan dengan penurunan *self-confidence*. Penelitian Rahmawati dan Zuhdi (2022), Ristanti dan Risdiantoro (2022), serta Noviani dan Sa'adah (2023) menunjukkan bahwa komentar negatif terhadap tubuh dapat menurunkan keyakinan diri dan mendorong penghindaran sosial. Ramahardhila dan Supriyono (2022) juga menjelaskan bahwa korban dapat merasa malu, tertekan, dan membandingkan dirinya dengan orang lain.

Namun, data skripsi menghasilkan koefisien positif: semakin tinggi skor *body shaming*, semakin tinggi pula skor *self-confidence*. Arah tersebut bertentangan dengan ekspektasi teoritis dan narasi awal penulis. Ketidakesesuaian ini tidak boleh diubah hanya untuk menyesuaikan teori. Salah satu penjelasan metodologis yang paling mungkin adalah pengodean item. Instrumen *body shaming* memuat beberapa item positif, misalnya “percaya diri dengan penampilan saya apa adanya”, “tetap nyaman dengan diri saya”, dan “saya mencintai diri saya”. Apabila item-item tersebut tidak dibalik skornya sebelum menghitung skor total, skor tinggi tidak lagi secara murni merepresentasikan *body shaming* yang tinggi. Campuran item pengalaman negatif dan penerimaan diri dapat menghasilkan korelasi positif secara artifisial.

Karena data mentah tidak tersedia dalam dokumen yang diberikan, artikel ini tidak melakukan pengodean ulang. Oleh sebab itu, koefisien positif harus dilaporkan sebagai hasil statistik apa adanya, tetapi tidak ditafsirkan bahwa *body shaming* meningkatkan kepercayaan diri. Kesimpulan substantif yang aman adalah bahwa terdapat hubungan statistik antara skor kedua instrumen, sedangkan arah psikologisnya memerlukan verifikasi skor item positif dan negatif. Langkah ini penting agar validitas konstruk tetap terjaga.

Nilai R^2 sebesar 26,2% berada pada kategori rendah menurut kriteria yang digunakan dalam skripsi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *self-confidence* tidak hanya berkaitan dengan pengalaman komentar fisik. Faktor lain yang mungkin berperan mencakup dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, harga diri, *body image*, pola asuh, pengalaman perundungan lain, prestasi, penerimaan sosial, dan paparan media. Karena faktor-faktor tersebut tidak diukur, penelitian ini tidak dapat menentukan kontribusi relatif masing-masing.

Dalam konteks Karang Taruna, hasil penelitian tetap memiliki implikasi praktis. Organisasi kepemudaan dapat menjadi ruang pencegahan melalui kesepakatan komunikasi yang tidak merendahkan tubuh, edukasi tentang dampak candaan fisik, kegiatan penguatan citra diri, dan dukungan sebaya. Pengurus juga dapat menyediakan mekanisme pelaporan yang aman serta melibatkan keluarga dan tokoh masyarakat ketika muncul perundungan berulang.

Penelitian ini memiliki keterbatasan berupa penggunaan satu lokasi, desain potong lintang, tidak jelas prosedur randomisasi, tidak tersedianya data mentah untuk memeriksa *reverse scoring*, dan tidak lengkapnya dokumentasi etik. Selain itu, beberapa bagian skripsi menyebut versi perangkat lunak yang berbeda. Penelitian lanjutan perlu memvalidasi ulang struktur instrumen, memastikan seluruh item negatif dan positif dikodekan dengan benar, menggunakan sampel lebih luas, serta mempertimbangkan analisis multivariat atau longitudinal.

KESIMPULAN

Body shaming pada remaja Karang Taruna di Kampung Tengah, Kecamatan Pinggir, Kabupaten Bengkalis berada pada kategori cukup tinggi dengan mean 3,69, sedangkan *self-confidence* berada pada kategori sedang dengan mean 3,39. Analisis menunjukkan korelasi positif dan signifikan antara skor *body shaming* dan *self-confidence* ($r=0,512$; $p<0,001$). Regresi linear sederhana menghasilkan persamaan $Y=1,536+0,503X$ dan $R^2=0,262$, sehingga *body shaming* menjelaskan 26,2% variasi *self-confidence*. Meskipun demikian, arah positif koefisien bertentangan dengan teori dan sebagian besar penelitian sebelumnya. Instrumen *body shaming* memuat item positif yang secara konseptual memerlukan *reverse scoring*; karena data mentah tidak tersedia, ketepatan pengodean tersebut belum dapat diverifikasi. Oleh sebab itu, hasil tidak boleh ditafsirkan bahwa *body shaming* meningkatkan *self-confidence*. Temuan yang dapat dipertanggungjawabkan adalah adanya hubungan statistik yang memerlukan pemeriksaan ulang sebelum inferensi substantif. Karang Taruna tetap perlu mengembangkan komunikasi yang menghormati keragaman fisik dan program penguatan citra diri remaja.

SARAN

Pengurus Karang Taruna disarankan menyusun aturan komunikasi anti-*body shaming*, mengadakan diskusi tentang dampak candaan fisik, dan mengembangkan kegiatan yang memperkuat penerimaan diri serta keberanian berpendapat. Remaja perlu didorong untuk menolak komentar merendahkan secara asertif dan memberikan dukungan kepada teman yang mengalami perundungan. Bagi peneliti, data mentah harus dianalisis ulang dengan memastikan *reverse scoring* seluruh item positif-negatif sebelum naskah diajukan. Penelitian berikutnya perlu melibatkan beberapa desa atau organisasi pemuda, menguji validitas konstruk melalui analisis faktor, mendokumentasikan prosedur randomisasi, dan menambahkan variabel seperti *body image*, harga diri, dukungan sosial, serta paparan media.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh remaja anggota Karang Taruna Kampung Tengah, Kecamatan Pinggir, Kabupaten Bengkalis, yang telah bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pengurus Karang Taruna dan pihak setempat yang telah memberikan izin, dukungan, serta kemudahan selama proses pengumpulan data. Penulis turut mengapresiasi dosen pembimbing dan seluruh pihak di Program Studi Pendidikan Masyarakat, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, atas arahan, masukan, dan dukungan akademik selama penyusunan penelitian dan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, S. (2018). Pengaruh kepercayaan diri (self-confidence) berbasis ekstrakurikuler pramuka terhadap prestasi belajar matematika siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), 156–170.
- Batubara, J. R. (2016). *Adolescent development (perkembangan remaja)*. Sari Pediatri, 12(1), 21–29.
- Chairani, L. (2018). *Body shame dan gangguan makan: Kajian meta-analisis*. Buletin Psikologi, 26.
- Gani, A. W., & Jalal, N. M. (2021). Persepsi remaja tentang body shaming. *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(2), 1–7.

- Habibah, S. N., & Dewi, A. P. (2019). *Citra diri guna membangun kepercayaan diri pada remaja*. Prosiding Seminar Nasional LP3M, 1, 212–215.
- Mawaddah, N. (2020). *Dampak body shaming terhadap kepercayaan diri remaja siswi di Desa Muara Uwai Kecamatan Bangkinang* [Skripsi].
- Muallifah, Z., Wahyuni, W., & Anggariani, D. (2020). *Fenomena perilaku body shaming di kalangan perempuan pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Alauddin Makassar*. Sosioreligius, 5(2).
- Noviani, M. C., & Sa'adah, N. (2023). Gambaran kepercayaan diri pada remaja yang mengalami body shaming. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(1), 19–33.
- Rahayu, E. P. (2019). *Dampak penerimaan pesan berisi body shaming terhadap self-confidence remaja perempuan di media sosial Instagram*. Commercium, 2(1), 78–82.
- Rahmawati, N., & Zuhdi, M. S. (2022). Pengaruh body shaming terhadap kepercayaan diri mahasiswa di Universitas Ali Sayyid Rahmatullah Tulungagung. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 27–33.
- Ramahardhila, D., & Supriyono, S. (2022). Dampak body shaming pada citra diri remaja akhir perempuan. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, 8(3), 961–970.
- Ristanti, N. E., & Risdiantoro, R. (2022). Pengaruh body shaming terhadap kepercayaan diri siswi Sunan Kalijogo Jabung. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam Al Isyrof*, 4(2).
- Rozika, L. A., & Ramadhani, N. (2016). Hubungan antara harga diri dan body image dengan online self-presentation pada pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 2(3).
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Waini, I., Hamzah, K., Mohd, R., Hamizah, N., & Amira, N. (2014). *Self-confidence in mathematics: A case study on engineering technology students in FTK, UTeM*, 2, 10–13.
- Yunita, K., & Sumi, L. (2021). *Beauty bullying or body shaming? Upaya pencegahan body shaming pada remaja*. Universitas Brawijaya.
- Yusuf, A., Fitryasari, R., & Nihayati, H. E. (2015). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa*. Salemba Medika.