



Hubungan Antara Self Esteem Dengan Body Image Pada Mahasiswa Pengguna Instagram

Dwi Nurul Badiah

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Dwi Heppy Rochmawati

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Wigyo Susanto

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Alamat: Jalan Kaligawe Raya Km 4, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia.

Korespondensi penulis: dwinurul017@gmail.com.

Abstract. *The use of social media, particularly Instagram, plays a role in shaping students' self-perception during the identity formation phase and may influence self-esteem and body image. Exposure to visual content that promotes ideal beauty standards can trigger social comparison and self-evaluation. This study aimed to examine the relationship between self-esteem and body image among university students who use Instagram. A quantitative correlational design with a cross-sectional approach was employed. The study involved 107 students from the Faculty of Nursing, Sultan Agung Islamic University Semarang, class of 2024, selected using simple random sampling. Data were collected using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) and the Multidimensional Body Self Relations Questionnaire (MBSRQ), both of which have been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using univariate analysis and bivariate analysis with the Chi-square test. The results showed that most respondents were 19 years old and female. The majority of participants had normal self-esteem levels (79.4%), while more than half demonstrated high body image levels (55.1%). Bivariate analysis revealed a significant relationship between self-esteem and body image ($p = 0.031$). This study concludes that higher self-esteem is associated with a more positive body image among students who use Instagram. These findings highlight the importance of strengthening self-esteem as a preventive effort to support students' psychosocial well-being in the era of social media.*

Keywords: *body image, Instagram, university students, self-esteem*

Abstrak. Penggunaan media sosial, khususnya Instagram, berperan dalam membentuk persepsi diri mahasiswa yang sedang berada pada fase pencarian identitas, sehingga berpotensi memengaruhi self esteem dan body image. Paparan konten visual yang menampilkan standar kecantikan ideal dapat memicu perbandingan sosial dan penilaian terhadap diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self esteem dengan body image pada mahasiswa pengguna Instagram. Metode penelitian yang

Received January 31, 2026; Revised February 3, 2026; Accepted February 5, 2026

*dwi Nurul Badiah, dwinurul017@gmail.com.

digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 107 mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2024 yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) dan Multidimensional Body Self Relations Questionnaire (MBSRQ) yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 19 tahun dan berjenis kelamin perempuan. Tingkat self esteem responden berada pada kategori normal (79,4%), sedangkan body image berada pada kategori tinggi (55,1%). Hasil analisis bivariat menunjukkan nilai $p = 0,031$ yang menandakan adanya hubungan yang signifikan antara self esteem dengan body image pada mahasiswa pengguna Instagram. Penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin tinggi self esteem yang dimiliki mahasiswa, semakin positif pula body image yang terbentuk. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan self esteem sebagai upaya preventif dalam menjaga kesehatan psikososial mahasiswa di era media sosial.

Kata kunci: body image, Instagram, mahasiswa, self esteem,

LATAR BELAKANG

Seorang mahasiswi sekarang sedang melalui masa transisi dari usia remaja ke dewasa. Di masa ini, mereka tidak hanya mengalami perubahan fisik, tetapi juga berusaha mencari identitas diri serta membangun rasa percaya diri. Salah satu hal utama yang diperhatikan oleh mahasiswi dalam masa ini adalah memahami siapa diri mereka sendiri dan bagaimana cara meningkatkan kepercayaan diri untuk bisa lebih mandiri.

Faktor yang sangat menentukan dalam proses ini adalah self-esteem atau harga diri. Self-esteem adalah cara seseorang menilai dan memandang dirinya sendiri. Jika seorang mahasiswi merasa bahwa dirinya berharga dan mampu, maka self-esteemnya akan tinggi. Sebaliknya, jika ia merasa kurang percaya diri dan tidak puas dengan diri sendiri, self-esteemnya akan rendah.

Kualitas self-esteem ini secara langsung memengaruhi body image, yaitu cara seseorang memandang tubuhnya sendiri. Di tengah era digital, mahasiswi yang termasuk dalam Generasi Z sangat familiar dengan media sosial seperti Instagram. Di platform ini, mereka sering kali terpapar standar kecantikan seperti tubuh yang langsing dan kulit yang mulus yang disebut sebagai body goals.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu membuktikan jika seorang mahasiswi memiliki self-esteem yang kuat, maka dia tidak akan mudah merasa minder

saat melihat gambar-gambar cantik di Instagram. Namun bagi mereka yang memiliki self-esteem rendah, cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain. Hal ini membuat mereka merasa tubuhnya tidak sempurna, sehingga timbul pikiran negatif terhadap penampilan fisiknya sendiri. Secara keseluruhan, cara seorang mahasiswi melihat tubuhnya (body image) sangat bergantung pada sejauh mana ia menghargai dirinya sendiri (self-esteem). Studi pendahuluan di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang juga menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki body image yang negatif, yang disebabkan oleh rendahnya self esteem yang dimilikinya.

Berdasarkan fenomena yang terjadi, penelitian tentang hubungan antara self esteem dengan body image pada mahasiswa pengguna Instagram di Fakultas Ilmu Keperawatan sangat penting dilaksanakan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar terhadap bidang keperawatan secara ilmiah, serta menjadi dasar dalam merancang intervensi psikososial dan pendidikan bagi mahasiswa agar mampu menghadapi isu-isu yang muncul di media sosial secara positif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu self esteem dan body image (Hardani et al., 2020). Penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional, yang berarti pengumpulan data dilakukan dalam satu periode waktu tertentu tanpa melibatkan pengamatan atau pengambilan data secara berulang (Anggreni & Km, 2022). Dengan pendekatan cross-sectional ini, diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai hubungan antara self esteem dan body image pada mahasiswa yang menggunakan media sosial Instagram.

Kreteria Inklusi Dan Ekslusi

Kreteria inklusi :

1. Mahasiswa FIK 2024 pengguna aktif instagram
2. Bersedia menjadi responden
3. Jenis kelamin laki-laki dan perempuan

Kreteria ekslusi:

1. Kondisi kesehatan yang tidak stab

Variabel Penelitian

Variabel adalah karakteristik dari individu atau objek yang memiliki "perbedaan" antara satu individu dengan yang lainnya atau antar objek.

1. Variabel Independent

Variabel ini sering dikenal sebagai alasan, pengaruh, atau penyebab, sesuai dengan istilahnya dalam bahasa Indonesia, yaitu variabel bebas. Ini merupakan elemen yang berperan dalam memengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel terikat. Variabel independent pada penelitian ini adalah *Self Esteem*.

2. Variabel Dependent

Variabel ini juga disebut sebagai hasil, standar, atau akibat. Dalam bahasa Indonesia, istilah tersebut dikenal sebagai variabel terikat. Variabel terikat adalah komponen yang dipengaruhi atau mengalami perubahan akibat adanya variabel bebas. Variabel dependen pada penelitian ini adalah *Body Image*.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, variabel perilaku diukur menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner. Pertanyaan yang digunakan berupa angket tertutup, di mana angket tersebut disusun secara rapi dan terstruktur sehingga responden hanya perlu memilih atau menjawab pertanyaan yang tersedia. Dalam penelitian ini menggunakan:

1. Instrumen Data

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang sesuai dengan penelitian ini, yaitu :

- a. Kuesioner A yang terdiri dari karakteristik yang bertujuan untuk mengetahui karakteristik pada responden, yang meliputi nama (inisial), umur, dan jenis kelamin.
- b. Kuesioner B adalah kuesioner self esteem yang mengacu pada RSES kuesioner ini digunakan untuk mengukur tingkat self esteem pada seseorang dengan pilihan jawaban, jumlah pertanyaan 10 buah. Kuesioner ini peneliti adaptasi dari Rosenberg Self Esteem Scale dalam buku Ns. Muhammad Suhron S. Kep., M. Kes dengan judul “ Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self Esteem “ tahun 2017. Pada kuesioner ini terdapat ketentuan nilai Favourable: 3 = Sangat Setuju 2 = Setuju 1 = Tidak Setuju 0 = Sangat Tidak Setuju, Unfavourable : 0 Sangat Setuju 1 = Setuju 2 = Tidak Setuju 3 = Sangat Tidak Setuju. Kategori tingkat self esteem ditetapkan dengan rentang skor antara 15 sampai 25 merupakan rentang self esteem normal, sedangkan skor dibawah 15 menunjukan self esteem pada seseorang rendah (Salsabilla, 2020).

c.Kuesioner C adalah kuesioner body image yang mengacu pada MBSRQ Kuesioner ini dikembangkan oleh Thomas F. Cash. Pada kuesioner ini telah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia dan telah diuji validitasnya terdapat 20 buah pertanyaan yang memiliki 4 pilihan jawaban pada masing-masing pertanyaannya yaitu: 1=Sangat tidak setuju 2= Tidak setuju, 3= Setuju, dan 4= Sangat setuju, untuk nilai positif. Untuk nilai negatif yaitu: 4= Sangat tidak setuju, 3= Tidak setuju, 2= Setuju, 1= Sangat setuju. Kategori tingkat body image ditetapkan berdasarkan, skor ≥ 50 body image tinggi dan < 50 body image rendah.

2.Uji Validitas dan Reabilitas

a.Kuesioner RSES

Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) terdiri dari 10 pernyataan. Kuesioner ini telah mengalami proses validitas yang dilakukan oleh(Maya, 2018 dalam (Nuraini, 2023), yang juga menerjemahkannya ke dalam Bahasa Indonesia. Hasil dari validitas menunjukkan nilai R Hitung dalam rentang 0,329 hingga 0,822, yang melebihi R Tabel sebesar 0,195 pada tingkat signifikansi 5%. Dengan demikian, instrumen penelitian dinyatakan valid. Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) terdiri dari 10 pernyataan. Kuesioner ini telah mengalami proses uji validitas yang dilakukan oleh (Maya, 2018 dalam Nuraini, 2023), yang juga menerjemahkannya ke dalam Bahasa Indonesia. Hasil dari uji reliabilitas yang menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar $0,902 > 0,60$ sehingga instrument dikatakan reliable.

b.Kuesioner MBSRQ

Pada penelitian ini peneliti tidak melakukan uji validitas,karena kuesioner ini telah di uji validitasnya oleh (Lestari, 2022).Hasil dari uji validitas menunjukkan nilai r Hitung dalam rentang 0, 944 hingga 0,956, yang melebihi r tabel sebesar 0, 632 pada tingkat signifikansi 5%. Dengan demikian instrumen penelitian dinyatakan valid. 2)

Multidimensional Body Self Relations Questionnaire (MBSRQ) dalam penelitian ini, peneliti tidak melakukan uji reliabilitas karena sudah dilakukan uji reliabilitas oleh peneliti sebelumnya, dilakukan menggunakan metode alpha cronbach. Suatu item dianggap dapat diandalkan jika nilai koefisien alpha lebih besar dari 0,6. Untuk skala citra tubuh, diperoleh nilai koefisien alpha sebesar 0, 949. Oleh karena itu, item-item dalam skala body image ini dapat dinyatakan reliabel karena 0, 949 lebih besar dari 0,6 (Lestari, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2024, yang secara umum berusia 19 tahun, termasuk dalam Generasi Z yang sangat aktif menggunakan media sosial, terutama Instagram. Meskipun platform ini sering memperlihatkan gambaran tubuh yang ideal, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswi memiliki tingkat self-esteem dalam kategori normal. Kondisi self-esteem yang stabil berdampak langsung pada cara mereka memandang diri sendiri, sehingga gambaran tubuh yang terbentuk cenderung positif. Dengan harga diri yang tetap terjaga, para mahasiswi ini mampu menghargai dan menerima bentuk tubuh mereka tanpa merasa tertekan oleh standar kecantikan yang dipromosikan di media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa rasa percaya diri yang sehat merupakan faktor penting bagi mahasiswi dalam mencintai diri sendiri dan memiliki persepsi fisik yang positif di tengah era digital.

Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara self esteem dengan body image pada mahasiswa pengguna Instagram. Semakin tinggi self esteem yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin tinggi pula body image yang dimiliki mahasiswa tersebut.

1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Angkatan 2024

Jenis kelamin		
Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-laki	11	10,3%
Perempuan	96	89,7%
Total	107	100%

Usia		
Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
17	3	2,8
18	25	23,4
19	56	52,3
20	19	17,8

21	4	3,4
Total	107	100%

Analisis Univariat

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat self esteem (n=107)

<i>Self Esteem</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	10	9,3%
Normal	85	79,4%
Rendah	12	11,3%
Total	107	100%

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat body image (n=107)

<i>Body Image</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	59	55,1%
Rendah	48	44,9%
Total	107	100%

Analisis Bivariat

Tujuan digunakannya analisis bivariat adalah untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan *body image* pada mahasiswa FIK angkatan 2024 yang menggunakan instagram. Uji yang digunakan adalah uji Chi Square dan uji Pearson untuk mengetahui arah hubungan dan keeratan antar variabel.

Analisis bivariat self esteem dengan body image (n=107)

Self Esteem	Body Image	Persentase Total	P Value	r
Tinggi	8	7,5%	2	1,8%
Normal	48	44,9%	37	34,6%
Rendah	3	2,8%	9	8,4%
Total	59	55,2%	48	44,8%
			107	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan (89,7%) dan sebagian besar berusia 19 tahun (52,3%). Tingkat self esteem yang dimiliki oleh mahasiswa dianggap normal (79,4%), sedangkan tingkat body image kebanyakan dianggap tinggi (55,1%). Dalam analisis bivariat dengan metode uji Chi-Square,

diperoleh nilai $p = 0,031$ yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara self esteem dan body image pada mahasiswa pengguna Instagram. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat self esteem yang dimiliki oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat body image yang dimiliki mahasiswa tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara self esteem dan body image pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2024 yang menggunakan Instagram. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa pengguna Instagram secara umum memiliki tingkat self esteem dalam kategori normal dan body image dalam kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mampu menilai dan menerima dirinya secara positif meskipun terpapar konten visual dan standar kecantikan yang berkembang di media sosial. Hasil analisis bivariat membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara self esteem dan body image pada mahasiswa pengguna Instagram. Semakin baik self esteem yang dimiliki mahasiswa, semakin positif pula persepsi mereka terhadap body image. Dengan demikian, self esteem memiliki peran penting dalam membentuk body image mahasiswa, khususnya dalam menghadapi pengaruh media sosial. Temuan ini menegaskan bahwa penguatan self esteem merupakan faktor kunci dalam menjaga kesehatan psikososial mahasiswa di era digital.

Adapun saran untuk peneliti serupa kedepan sebagai berikut :

Bagi Profesi Keperawatan

Untuk profesi keperawatan dapat dijadikan tambahan pengetahuan terkait hubungan antara self esteem dengan body image pada mahasiswa, serta sebagai penerapan ilmu yang sudah dimiliki selama ini.

Bagi Institusi

Sebagai masukan dalam bidang keperawatan jiwa, agar pengetahuan tentang hubungan antara self esteem dengan body image pada mahasiswa semakin meningkat.

Bagi Masyarakat

Dapat memberikan pengetahuan yang berguna dan membentuk sikap positif dalam masyarakat terkait hubungan antara self esteem dengan body image pada mahasiswa

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S., & Dewi, E. M. (2023). Hubungan Antara Perbandingan Sosial dan Citra Tubuh Remaja Laki-Laki Pada Pengguna Media Sosial Di Kota Makassar. *Indonesian Counseling And Psychology*, 3(2), 88–97.
- Angelina, P., Christanti, F. D., & Mulya, H. C. (2021). Gambaran self esteem remaja perempuan yang merasa imperfect akibat body shaming. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 94–103.
- Anggreni, D., & Km, S. (2022). Buku Ajar-Metodologi Penelitian Kesehatan. E Book Penerbit STIKes Majapahit. Christianti, C. (2020). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Body Image Pada Mahasiswi Pengguna Instagram. Universitas Katolik Soegijapranata.
- Fitri, H., Hariyono, D. S., & Arpandy, G. A. (2024). Pengaruh Self-Esteem Terhadap Fear Of Missing Out (Fomo) pada Generasi Z Pengguna Media Sosial. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 21. Fitri, L., & Cholilah, I. R. (2024). Hubungan Sosial Comparison Dengan Self Esteem Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial TikTok Di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. *Psychospritual: Journal Of Trands In Islamic Psychological Research*, 3(2), 125–136.
- Hardani, Andriani, H., Ustiawaty, J., Utami, E., Istiqomah, R., Fardani, R., Sukmana, D., & Auliya, N. (2020). Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif (H. Abadi, Ed.; 1st ed.). Pustaka Ilmu. Haryana, A. (2019). Buku Ajar Metodologi Penelitian Pada Kesehatan Masyarakat (A. Haryana, Ed.; 1st ed.).
- Indah, M. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Body Image Pada Pengguna Aktif Instagram Di SMA Negei 1 Kutacane. Universitas Medan Area.
- Jannah, M., Minarni, M., & Saudi, A. N. A. (2023). Hubungan Self Esteem dengan Body Image pada Remaja Wanita yang Menggunakan Filter Instagram. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 340–346.
- Kemenkes RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Kementrian Kesehatan RI. 2023.
- Kristanti, S. A., & Eva, N. (2020). Self Esteem dan Self Disclosure Generasi Z Pengguna Instagram. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11–20.
- Latupeirissa, A., & Wijono, S. (2022). Self Esteem dan Self Presentation Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Instagram. *Bulletin Of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 226–234.
- Lestari, P. A. (2022). Hubungan Antara Body Image Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Remaja Siswa Program Keahlian Multimedia Di SMK Negeri I Bendo Kabupaten Magetan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun.

- Maharani, R. P., & Putrikita, K. A. (2024). Self-Compassion dan Body Image Pada Mahasiswi Pengguna Instagram. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 2(2), 158–165.
- Malasari, F. (2020). Hubungan Antara Body Image Dengan Self Esteem Pada Mahasiswi. Universitas Islam Negri Sultan Kasim.
- Munawaroh, E. (2023). Hubungan Body Image dengan Self-Esteem Pengguna Media Sosial Instagram pada Mahasiswa FIP UNNES. *Empati: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 71–86.
- Nabilla, S., Fitri, N. H., & Napitupulu, R. P. A. (2024). Tingkat Self -Esteem Pada Remaja SMA/SMK. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 7(1).
- Nilda, M. J. (2020). Herianto. “Konsep Uji Validitas Dan Reliabilitas Dengan Menggunakan Spss, 18210047.
- Nuraini, F. (2023). Hubungan Antara Harga Diri (Self Esteem) Dengan Smartphone Addiction Pada Remaja Di Kota Semarang. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Parren, M. (2021). ‘Using The Rosenberg Self Esteem Scale’. Available At: <https://Socy.Umd.Edu/About-Us/Using-Rosenberg-Self-Esteem-Scale>.
- Pransiska, W. (2024). Hubungan Antara Body Image Dengan Self Acceptance Pada Remaja Akhir Pengguna Media Sosial Twitter (X). Universitas Islam Negri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Rahayu, E. N. (2024). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna Media Sosial Di SMA 5 Negri Jakarta. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(3), 01–06.
- Riskesdas. (2021). Permasalahan Kesehatan Jiwa Di Indonesia 2018. Riset Kesehatan Dasar 2021.
- Salsabilla, A. (2020). Hubungan Body Image Dan Self Esteem Dengan Self Confidence Pada Remaja Putri Di SMA Hang Tuah 1 Surabaya Dan SMA 1 Wachid Hasim 1 Surabaya. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya*.
- Setianingsih, T. W., Alevia, K. F., & Purwantini, L. (2025). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Psychological Well Being Pada Karyawan. *JURNAL ILMIAH NUSANTARA*, 2(2), 379–388.
- Setiawan, R. P., Sofiah, D., & Muslikah, E. D. (2025). Self Esteem pada Pengguna Filter Instagram di Kalangan Mahasiswa Perempuan ditinjau dari Prespektif Body Image. *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01).
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (19th ed.). Alfabeta.
- Trinita, T. T. (2024). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Body Image Berdasarkan Suku Budaya Remaja SMA Di Sekolah Ahmad Yani Binjai. Universitas Medan Area.
- WHO. (2019). Prevelensi Harga Diri Rendah. Diakses 26 Mei 2025 Pada Laman <https://www.americanbar.org>.

Wulandari, A. (2023). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Remaja Di SMA N I Bergas. Universitas Ngudi Waluyo.

Wulandari, A. & Wijayanti, F. (2023). Dukungan Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Remaja. Health Scinces and Pharmacy Journal, 7(1), 16–22.