

Ketidakpuasan tubuh mahasiswi: Bagaimana peranan harga diri?

Suci Lestari¹

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45

Andik Matulesy²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45

Nindia Pratitis³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45

E-mail: andikmatulesy@untag-sby.ac.id

Abstract

Female students entering adulthood are more concerned with appearance and want to look perfect. Body dissatisfaction is the main source of suffering among women, so a factor that can alleviate this suffering is needed, one of which is self-esteem. The purpose of this study was to determine the relationship between self-esteem and body dissatisfaction in female students. This type of research is quantitative research. The instruments used in this study were a body dissatisfaction scale and a self-esteem scale compiled by researchers using a Likert scale model. The subjects in this study were 100 female students aged 18-21 years at the University of 17 August 1945 Surabaya class of 2020-2022. The sampling technique used is simple random sampling. The data collection tool for this study was a body dissatisfaction scale based on the theory of Rosen and Ritter (1995). The results of hypothesis testing using the product moment correlation obtained a value of $p=-0.383$ with a significance value of $p<0.01$. So it can be concluded that there is a very significant negative relationship between self-esteem and body dissatisfaction in female students. This means that the higher the self-esteem, the lower the body dissatisfaction. Conversely, the lower the self-esteem, the higher the body dissatisfaction in female students.

Keywords : Body Dissatisfaction, Self-Esteem, Female Student

Abstrak

Mahasiswi memasuki usia dewasa lebih mementingkan penampilan dan ingin terlihat sempurna. Ketidakpuasan tubuh adalah sumber utama penderitaan di kalangan perempuan sehingga diperlukan faktor yang dapat meringankan penderitaan tersebut salah satunya adalah harga diri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswi. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala ketidakpuasan tubuh dan skala harga diri yang disusun oleh peneliti dengan menggunakan model skala Likert. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 mahasiswi usia 18-21 tahun di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2020-2022. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Alat pengumpulan data penelitian ini adalah skala ketidakpuasan tubuh berdasarkan teori dari Rosen dan Ritter (1995). Hasil uji hipotesis menggunakan korelasi product moment memperoleh nilai $p=-0,383$ dengan nilai signifikansi $p<0,01$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswi. Artinya semakin tinggi harga diri maka semakin rendah ketidakpuasan tubuh. Sebaliknya semakin rendah harga diri maka semakin tinggi ketidakpuasan tubuh pada mahasiswi.

Kata Kunci : Ketidakpuasan Tubuh, Harga Diri, Mahasiswi

Ketidakpuasan tubuh mahasiswi: Bagaimana peranan harga diri?

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa perubahan dari kanak-kanak menuju masa dewasa awal. Hurlock (1980), menyatakan masa dewasa diawali antara umur 18 sampai 40 tahun. Masa dewasa awal merupakan masa dimana individu mampu beradaptasi dengan pola kehidupan sosial yang baru. Seseorang pada masa dewasa awal menghadapi berbagai masalah seperti, keluarga, persahabatan, percintaan, dan adaptasi dengan lingkungan (Maimunah, 2021). Masa dewasa awal juga merupakan masa pertumbuhan fisik individu berada pada puncaknya. Hal ini menimbulkan keinginan pribadi untuk tampil menarik di mata banyak orang (Dewi dkk, 2020).

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menyelesaikan pendidikan pada perguruan tinggi serta pada tahapan peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal. Ketika berada di lingkungan baru menjadi mahasiswa, seseorang biasanya memperhatikan penampilan, terlebih wanita yang sering berpikir bahwasanya dirinya membutuhkan tubuh yang ideal. Perihal ini selaras dengan penelitian Indarti dan Apriliana (2018), yang menyebutkan bahwa ketika mahasiswi mencapai usia dewasa, mereka akan mementingkan penampilan serta ingin terlihat sempurna. Memiliki tubuh ideal dan menarik merupakan dambaan setiap wanita. Keinginan akan kesempurnaan tersebut membuatnya khawatir, dan kekhawatiran itu membuat individu untuk melakukan segalanya demi penampilan yang sesuai dengan keinginannya.

Ketidakpuasan tubuh didefinisikan sebagai penilaian negatif dari rasa malu tentang penampilan tubuh dan kondisi fisik dalam lingkungan sosial (Rosen & Riter, 1995). Salah satu penyebab yang memberikan pengaruh pada rasa tidak puas terhadap ukuran serta bentuk tubuh adalah diri sendiri serta kehidupan sosialnya. Individu yang mengalami ketidakpuasan tubuh merasa tidak nyaman pada tubuhnya dikarenakan cenderung merasakan ukuran tubuhnya tidak ideal serta menginginkan ukuran tubuh yang berbeda.

Mahasiswi akan lebih rentan mengalami ketidakpuasan tubuh terkait dengan perubahan-perubahan tubuh yang terjadi, seperti tinggi badan yang kurang, berat badan berlebihan, bentuk hidung yang kurang sesuai dengan keinginan, serta kulit yang hitam dan tidak mulus. Menurut Albertson dkk (dalam Marizka, 2019), ketidakpuasan tubuh adalah sumber utama penderitaan di kalangan perempuan. Ketidakpuasan tubuh memberikan dampak yang cukup serius dan mengganggu kehidupan individu. Individu akan diikuti dengan pemikiran-pemikiran yang negatif dan meningkatkan kecenderungan terjadinya depresi (Dewi & Dianovinina, 2022). Munculnya permasalahan ketidakpuasan tubuh yang terjadi tersebut juga membuat mahasiswi merasa kurang percaya diri akan tubuhnya. Hal tersebut membuat mahasiswi sulit untuk berinteraksi dengan orang lain yang memiliki perasaan sensitif. Rasa kurang percaya diri tersebut mendorong mahasiswi untuk melakukan berbagai macam cara untuk menutupi kekurangan yang ada pada

Ketidakpuasan tubuh mahasiswa: Bagaimana peranan harga diri?

dirinya seperti, minum susu atau obat peninggi badan, melakukan program diet yang ketat dan menggunakan body lotion pemutih badan.

Ada beberapa sebab yang memberikan pengaruh terbentuknya rasa ketidakpuasan tubuh pada wanita, diantaranya adalah harga diri. Menurut Coopersmith (dalam Salam, 2020), menyatakan bahwa harga diri ialah pendapat individu tentang nilai diri sendiri, menerima ataupun menolak yang mencerminkan sejauh manakah seseorang yakin bahwa dia mampu, perlu, atau berguna yang diekspresikan oleh sikap. Menurut Kim (2020), harga diri yang rendah berkaitan erat dengan citra tubuh negatif pada perempuan seperti ketidakpuasan tubuh dan rasa malu. Harga diri secara tidak langsung akan mempengaruhi ketidakpuasan tubuh melalui standar penampilan.

Harga diri sangat penting bagi mahasiswa karena harga diri yang dimiliki dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Harga diri memiliki tingkatan dari tinggi hingga rendah, seseorang yang memiliki harga diri rendah percaya bahwa mereka tidak berharga dan cenderung merasa malu pada diri mereka sendiri (Lubis dalam Husna & Rusli, 2019). Harga diri yang tinggi pada mahasiswa dapat menjadikan penilaian positif terhadap tubuhnya dan berfungsi sebagai pelindung terhadap kejadian yang dapat menyebabkan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa (Fadhillah & Indrijati, 2022).

Penelitian yang dilakukan Rahmania dan Ika (dalam Sari & Suarya, 2018), membuktikan bahwa wanita yang memiliki harga diri tinggi mempunyai citra diri yang positif. Sebaliknya wanita yang mempunyai harga diri rendah cenderung tidak puas dengan diri mereka sendiri dan selalu memiliki pikiran negatif tentang diri mereka sendiri sehingga menyebabkan adanya ketidakpuasan tubuh. Harga diri merupakan komponen penting pada personalitas mahasiswa dalam menjalani kehidupan. Harga diri yang tinggi dapat memudahkan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dan juga berprestasi secara akademis. Harga diri juga merupakan salah satu hal terpenting dalam mengembangkan citra tubuh (Fitra dkk, 2021).

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa?”. Sesuai dengan rumusan masalah penelitian ini, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa.

Ketidakpuasan tubuh mahasiswa: Bagaimana peranan harga diri?

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis korelasional. Penelitian ini memiliki dua variabel, yaitu ketidakpuasan tubuh sebagai variabel terikat (Y) dan harga diri sebagai variabel bebas (X). Ketidakpuasan tubuh merupakan persepsi dan evaluasi seseorang dalam bentuk pikiran, perasaan, dan perilaku yang negatif atau tidak puasnya seseorang terhadap tubuh yang dimilikinya dan lingkungan sosialnya yang memberikan standar kecantikan dalam masyarakat. Harga diri merupakan penilaian seseorang tentang baik atau buruknya diri sendiri yang dipengaruhi oleh interaksi individu pada lingkungannya dan oleh perilaku, menerima, kepuasan, serta perlakuan orang lain pada dirinya. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa perempuan usia 18-21 tahun di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dari tahun angkatan 2020-2022. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*, total responden yang diperoleh sejumlah 100 orang.

Penelitian ini dilakukan secara *online* dengan menyebarkan *link google form*. Alat ukur yang digunakan adalah skala ketidakpuasan tubuh dan skala harga diri. Skala ketidakpuasan tubuh disusun berdasarkan aspek ketidakpuasan tubuh dari Rosen dan Ritter (1995) yang meliputi penilaian atau evaluasi negatif pada bentuk tubuh, rasa malu pada bentuk tubuh saat ada pada lingkungan sosial, *body checking*, kamufase tubuh, dan menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik bersama orang lain. Skala harga diri disusun berdasarkan aspek harga diri dari Coopersmith (dalam Ardaningrum & Savira, 2022) yang meliputi kekuatan, keberartian, kebijakan, dan kemampuan. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah korelasi product moment dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 21.0 for Windows*.

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dari 100 subjek penelitian menunjukkan bahwa responden paling banyak dalam penelitian ini berada pada tahun angkatan 2020 sebesar 54%, 2021 sebesar 27% dan 2022 sebesar 19% sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswi tahun angkatan 2020 lebih banyak terlibat dalam penelitian ini. Selain itu dari 100 subjek menunjukkan bahwa mahasiswi paling banyak terlibat dalam penelitian ini dari fakultas psikologi sebesar 49%, fakultas ekonomi dan bisnis sebesar 26%, fakultas ilmu sosial politik sebesar 17% dan fakultas teknik sebesar 8%.

Skala ketidakpuasan tubuh memiliki angka *cronbach alpha* sebesar 0,934 dan skala harga diri dalam penelitian ini memiliki angka *cronbach alpha* sebesar 0,903. Uji prasyarat dalam penelitian ini adalah uji normalitas menggunakan *kolomogorov smirnov* dan uji linearitas.

Ketidakpuasan tubuh mahasiswa: Bagaimana peranan harga diri?

Tabel 1. Hasil Uji Kolmogorov-Smirnov

Variabel	P	Keterangan
Harga Diri dan Ketidakpuasan Tubuh	0,233	Normal

Sumber : *output IBM SPSS Statistics 21.0 for Windows*

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	P	Keterangan
Harga Diri dan Ketidakpuasan Tubuh	0,663	Linear

Sumber : *output IBM SPSS Statistics 21.0 for Windows*

Hasil uji linearitas antara variabel ketidakpuasan tubuh dengan harga diri diperoleh nilai $p = 0,663$ ($p > 0,05$), artinya ada korelasi linear antara variabel harga diri dengan variabel ketidakpuasan tubuh.

Tabel 3. Hasil Uji Product Moment

Variabel	Pearson Correlation	P
Harga Diri	-383	0,000
Ketidakpuasan Tubuh	-383	0,000

Sumber : *output IBM SPSS Statistics 21.0 for Windows*

Hasil uji korelasi menggunakan *product moment* dengan nilai *pearson correlation* sebesar $-0,383$ pada *Sig. (2-tailed) < 0,01*. Hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan bahwa antara variabel harga diri memiliki korelasi negatif dengan variabel ketidakpuasan tubuh. Artinya semakin rendah harga diri pada mahasiswa, maka akan semakin tinggi ketidakpuasan tubuh. Sebaliknya semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa. Hal ini senada dengan penelitian Resky (2021), yang menyatakan bahwa harga diri dapat mempengaruhi ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa. Subjek penelitian ini banyak diisi oleh mahasiswa dengan rentang usia 20 tahun sebesar 41%, 21 tahun sebesar 29%, 19 tahun sebesar 22% dan 18 tahun sebesar 8%. Hal ini menunjukkan bahwa rentang usia tersebut adalah individu pada masa dewasa awal.

Masa dewasa awal merupakan masa yang mengharuskan individu untuk dapat beradaptasi dengan pola kehidupan sosial yang baru. Individu pada masa dewasa awal akan menghadapi berbagai masalah seperti, keluarga, persahabatan, percintaan, dan

Ketidakpuasan tubuh mahasiswi: Bagaimana peranan harga diri?

adaptasi dengan lingkungan. Masa dewasa awal juga merupakan masa pertumbuhan fisik individu berada pada puncaknya. Hal ini menimbulkan keinginan pribadi untuk tampil menarik di mata banyak orang. Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menyelesaikan pendidikan pada perguruan tinggi serta pada tahapan peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal. Pada masa ini harga diri yang baik sangat penting dimiliki karena akan memberikan banyak dampak bagi kehidupannya.

Harga diri merupakan kepercayaan terhadap kemampuan berpikir, kemampuan untuk mencapai kesuksesan dan kebahagiaan, serta perasaan bernilai atau berharga pada diri sendiri. Harga diri sangat penting bagi mahasiswi karena harga diri yang dimiliki dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Harga diri memiliki tingkatan dari tinggi hingga rendah, individu dengan harga diri rendah percaya bahwa mereka tidak berharga dan cenderung merasa malu pada diri mereka sendiri (Lubis dalam Husna & Rusli, 2019). Harga diri yang tinggi pada mahasiswi dapat menjadikan penilaian positif terhadap tubuhnya dan berfungsi sebagai pelindung terhadap kejadian yang dapat menyebabkan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswi (Fadhillah & Indrijati, 2022).

Ketidakpuasan tubuh merupakan suatu penilaian negatif pada bentuk serta ukuran tubuh dikarenakan adanya ketimpangan yang dirasakan antara bentuk tubuh ideal dengan tubuh yang dimilikinya. Pada perihal ketidakpuasan tubuh seperti itu, sangat mungkin bagi mahasiswi untuk membayangkan tubuh mereka yang bagus atau ideal. Mahasiswi akan merasa tidak puas jika merasa keinginannya untuk menjadi cantik atau ideal belum terpenuhi. Terlihat dari banyaknya mahasiswi yang melakukan program diet, membeli produk kecantikan atau perawatan kulit dan banyaknya mahasiswi yang menggunakan makeup. Hal tersebut adalah guna menyembunyikan kekurangan yang terdapat dalam dirinya.

Kritikan yang diterima tentang kondisi tubuhnya akan membuat individu merasakan bahwa bentuk tubuhnya tidak berharga serta membandingkan pada keadaan tubuh individu lainnya atau iri dengan ukuran tubuh individu disekitarnya. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rahmania dan Ika (dalam Sari & Suarya, 2018), menunjukkan bahwa wanita dengan harga diri tinggi memiliki citra diri yang positif. Sebaliknya wanita dengan harga diri rendah cenderung tidak puas dengan diri mereka sendiri dan selalu memiliki pikiran negatif tentang diri mereka sendiri sehingga menyebabkan adanya ketidakpuasan tubuh.

Sejalan dengan penelitian Fatimah dkk (2020), menyatakan bahwa individu dengan harga diri yang tinggi dapat mencerminkan sifat-sifat positif terhadap orang lain dan memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah yang dialaminya serta lebih mudah menerima dan menghargai diri sendiri apa adanya. Sebaliknya, ketika individu dengan harga diri rendah maka akan mudah cemas dan kesulitan menerima keadaan yang ada dalam dirinya, serta akan merasa tidak berharga. Individu yang mengalami ketidakpuasan tubuh merasa tidak nyaman pada tubuhnya dikarenakan cenderung merasakan ukuran

Ketidakpuasan tubuh mahasiswa: Bagaimana peranan harga diri?

tubuhnya tidak ideal serta menginginkan ukuran tubuh yang berbeda. Hal tersebut terbukti dengan diterimanya hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yang berbunyi terdapat hubungan harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa. Individu yang mampu menerima dirinya akan membuat dirinya lebih menghargai dan mencintai dirinya apa adanya, sehingga kecil kemungkinan mengalami ketidakpuasan tubuh.

Harga diri merupakan bagian yang penting dari kepribadian individu dalam menjalani kehidupannya. Harga diri merupakan kunci terpenting untuk membentuk perilaku individu, karena harga diri dapat mempengaruhi proses berpikir positif. Selain itu, harga diri yang tinggi dapat memudahkan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dan juga berprestasi secara akademis. Harga diri juga merupakan salah satu hal terpenting dalam mengembangkan citra tubuh (Fitra dkk, 2021).

Hasil yang ada dalam penelitian ini dari 100 subjek penelitian menunjukkan bahwa 49% memiliki harga diri yang tinggi, 49% dengan harga diri sedang dan untuk 2% lainnya menunjukkan harga diri rendah. Selanjutnya pada penelitian mengenai ketidakpuasan tubuh dari 100 subjek menghasilkan data sebanyak 73% pada kategori ketidakpuasan tubuh sedang, 16% dengan ketidakpuasan tubuh tinggi dan 11% lainnya memiliki ketidakpuasan tubuh yang rendah. Harga diri sangat berpengaruh pada ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa. Harga diri dibutuhkan bagi individu untuk menilai diri sendiri sejauh mana individu mampu menerima dirinya sendiri.

Kesimpulan

Saat seorang mahasiswa memiliki penilaian negatif terhadap citra tubuhnya, hal itu dapat menyebabkan mahasiswa tersebut mengkhawatirkan tubuhnya dan merasa malu. Ketidakpuasan mengenai tubuh tersebut membuat mahasiswa untuk membandingkan tubuhnya dengan tubuh yang dianggapnya ideal. Munculnya permasalahan ketidakpuasan tubuh yang terjadi tersebut juga membuat mahasiswa merasa kurang percaya diri akan tubuhnya. Penelitian ini menerima hipotesis yang diajukan yaitu harga diri memiliki hubungan negatif yang sangat signifikan dengan ketidakpuasan tubuh. Artinya semakin rendah harga diri, maka semakin tinggi ketidakpuasan tubuh dan sebaliknya semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah ketidakpuasan tubuh. Pada penelitian ini menunjukkan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa memiliki kategori sedang dan harga diri pada mahasiswa memiliki kategori tinggi. Harga diri pada mahasiswa berperan penting dalam ketidakpuasan tubuh. Harga diri adalah evaluasi diri positif atau negatif yang dipengaruhi oleh interaksi dengan orang-orang di sekitarnya dan oleh sikap, penerimaan, kepuasan dan perlakuan orang lain. Penilaian yang bersifat negatif pada mahasiswa akan mengarahkan pada ketidakpuasan tubuh. Ketidakpuasan tubuh dapat dicegah dengan meningkatkan harga diri pada setiap mahasiswa.

Ketidakpuasan tubuh mahasiswa: Bagaimana peranan harga diri?

Referensi

- Ananta, A., & Purwanti, R. D. (2021). Bersyukur Pada Remaja Perempuan Dari Kelas Ekonomi Menengah Yang Mengalami Body Dissatisfaction. *Psikologi Konseling*, 19(2), 998-1003.
- Ardaningrum, D. Z., & Savira, S.I. (2022). Hubungan Harga Diri Dengan Perilaku Asertif Mahasiswa Selama Pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7).107-120.
- Dewi, A. E., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2020). Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 173-180.
- Dewi, R. K., & Dianovinina, K. (2022). Perempuan Dan Depresi: Pengaruh Ketidakpuasan Tubuh. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 17(1), 89-99.
- Fadhillah, A. S. A., & Indrijati, H. (2022). Hubungan antara Self-Esteem dan Body Image Pada Remaja Akhir Perempuan Pengguna Instagram. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1), 201-211.
- Fatimah, S., Sumitro, A., & Erwin, A. (2020). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Body Image Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 12 Bekasi. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 17(2), 1-8.
- Fitra, N. A., Desmita, D., & Irman, I. (2021). Hubungan Self-Esteem dan Body Image pada Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial dan Budaya*, 3(2), 84-93.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Husna, R., & Rusli, D. (2019). Pengaruh body image terhadap self-esteem pada remaja fans K-Pop. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(3).
- Indrati, C. E. N., & Aprilian, E. (2018). Pengaruh body dysmorphic disorder pada self esteem mahasiswa. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 8(1), 53-61.
- Kim, M. (2020). Instagram selfie-posting and young women's body dissatisfaction: Investigating the role of self-esteem and need for popularity. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 14(4).
- Maimunah, S., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan Media Sosial Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa Perempuan Di Kota Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 8(2). 224-233
- Marizka, D. S., Maslihah, S., & Wulandari, A. (2019). Bagaimana Self-Compassion Memoderasi Pengaruh Media Sosial Terhadap Ketidakpuasan Tubuh?. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(2), 56-69.
- Salam, N. H. Z. (2020). Penerapan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Di Smk Negeri 3 Makassar. *Doctoral dissertation*.1-14

Ketidakpuasan tubuh mahasiswi: Bagaimana peranan harga diri?

- Resky, B., Harlina, H., & Andi, N. H. (2021). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi Di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), 92-104.
- Rosen, J. C., Reiter, J., & Orosan, P. (1995). Cognitive-behavioral body image therapy for body dysmorphic disorder. *Journal of consulting and clinical psychology*, 63(2), 263.
- Sari, I. A. W. P., & Suarya, L. M. K. S. (2018). Hubungan antara social comparison dan harga diri terhadap citra tubuh pada remaja perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 40-52.
- Sari, I. A. W. P., & Suarya, L. M. K. S. (2018). Hubungan antara social comparison dan harga diri terhadap citra tubuh pada remaja perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 40-52.