



Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Putri Pengguna Media Sosial Instagram

I Gusti Ayu Savitri Jyoti Sara¹, Ni Luh Indah Desira Swandi²

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

Received: 20 Agustus 2025	Abstract <i>The emergence of the term "body goals" on Instagram certainly makes body shape a matter that must be considered by most individuals, including teenagers, especially adolescent girls. Adolescent girls who are experiencing physical changes in themselves, of course, must be accepted by adolescent girls. This study aims to see if there is a relationship between body image and self-acceptance in adolescent girls who use Instagram. This study uses quantitative methods and uses incidental sampling techniques involving 103 respondents with an age range of 16 years to 19 years. Data collection was carried out by distributing questionnaires online using the Body Image Scale and Self-Acceptance Scale. Data were analyzed using Spearman's Rho Correlation Test. The results showed that there was a significant relationship between aspects of appearance evaluation, satisfaction with body parts, anxiety about being fat, and body categorization with self-acceptance variables ($p < 0.05$). Meanwhile, there is no significant relationship between aspects of appearance orientation and self-acceptance variables.</i>
Revised: 27 Agustus 2025	
Accepted: 01 September 2025	
Keywords:	<i>Body Image, Self-Acceptance, Adolescent Girl, Instagram</i>

(*) Corresponding Author: igustiayusavitrijyotisara@gmail.com

How to Cite: Jyoti Sara, I. G. A., & Swandi, N. (2025). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Putri Pengguna Media Sosial Instagram. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(9.C), 71-78. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11577>.

INTRODUCTION

Media sosial merupakan sebuah *platform online* yang digunakan untuk berkomunikasi maupun berinteraksi tanpa terbatas ruang dan waktu. Saat ini, media sosial telah menjadi bagian dari interaksi sosial dalam masyarakat. Terdapat banyak *platform* media sosial, salah satunya adalah *Instagram*. Pada dasarnya, *instagram* adalah salah satu media sosial yang memiliki fitur berbagi foto maupun video, membuat *instastory*, *direct message*, IGTV, maupun *reels*. *Instagram* memungkinkan para penggunanya untuk memperluas jaringan komunikasi serta informasi terkait keseharian individu tersebut maupun lingkungan di sekelilingnya yang akan dibagikan dalam bentuk foto maupun video. Para pengguna *instagram* dapat berinteraksi dengan mengikuti profil pengguna *instagram* lainnya. Interaksi yang terjadi dapat berupa saling memberikan tanda suka maupun berkomentar pada kiriman foto ataupun video dari pengguna lain. Selain itu, para pengguna dapat berinteraksi atau mengobrol melalui fitur *direct message* (Agianto dkk., 2020).

Media sosial *Instagram* telah digunakan oleh hampir seluruh masyarakat di berbagai negara. Menurut data yang disajikan oleh We Are Social (2024) pada Januari 2024, *Instagram* telah menempati posisi pertama sebagai platform media sosial favorit di dunia dengan persentase 16,5%. We Are Social (2024) juga

menyebutkan bahwa di Indonesia sendiri *Instagram* menjadi media sosial dengan pengguna terbanyak kedua (setelah *Whatsapp*) dengan persentasi sebanyak 90,9% dari jumlah populasi di Indonesia. Menurut DataIndonesia (2024), pada Mei 2024 tercatat pengguna *Instagram* di Indonesia sebanyak 90,18 juta pengguna. Pada bulan Agustus 2024, Napoleoncat (dalam Upgrade, 2024) mencatat bahwa pengguna *Instagram* di Indonesia didominasi oleh perempuan dengan proporsi sebesar 54,2% dengan rentang usia 18 tahun hingga 34 tahun. Selain berasal dari berbagai rentang usia, pengguna *Instagram* tentunya berasal dari berbagai kalangan. Dari masyarakat biasa, pejabat, hingga para selebriti-selebriti dari berbagai negara. Tokoh-tokoh terkenal tersebut tentunya tidak jarang akan membagikan gaya hidup maupun bentuk tubuh ideal mereka sehingga memunculkan istilah “*body goals*” yang merujuk pada intensitas untuk membuat bentuk tubuh serupa dengan target “*body goals*” tersebut (Nofartika dkk., 2022).

Munculnya istilah “*body goals*” tentunya menjadikan bentuk tubuh sebagai hal yang harus diperhatikan oleh sebagian besar individu, tidak terkecuali para remaja putri yang menjadi mayoritas pengguna *Instagram*. Selain adanya “*body goals*”, adanya fitur *filter* pada *Instagram* yang dapat digunakan untuk mengubah penampilan seseorang, tentunya semakin membuat remaja putri merasa tidak puas dengan diri mereka karena tidak sesuai dengan gambar yang dihasilkan oleh *filter* tersebut (Primanthoro, 2023). Sedangkan remaja putri, khususnya yang sedang dalam rentang usia remaja madya (usia 14 tahun hingga 17 tahun) sedang mengalami berbagai perubahan yang mana salah satunya adalah perubahan fisik, seperti perubahan berat badan dan tinggi badan serta mulai munculnya jerawat pada wajahnya. Perubahan-perubahan fisik yang terjadi tentunya membuat remaja putri mulai memperhatikan penampilannya dan berkeinginan untuk selalu tampil menarik, sehingga tidak sedikit remaja putri yang akan berusaha untuk mengikuti *trend* ataupun menjadikan selebriti sebagai *role model* khususnya pada remaja putri, yang mana pada masa ini para remaja putri menjadikan penampilan sebagai aspek penting dalam kehidupan mereka.

Santrock (2015) mengemukakan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yang harus terpenuhi adalah menerima perubahan yang terjadi pada dirinya merupakan salah satu tugas perkembangan remaja. Menerima perubahan yang terjadi tersebut, erat kaitannya dengan penerimaan diri pada remaja. Ellis & Bernard (dalam Bernard, 2013) mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah ketika seorang individu menerima dirinya secara penuh dan tanpa syarat, terlepas apakah dirinya melakukan kesalahan ataupun tidak, dan terlepas apakah orang lain menghargainya serta mencintainya ataupun tidak. Supratiknya (1995) juga menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah ketika individu memiliki penghargaan yang tinggi terhadap dirinya sendiri serta tidak bersikap atau memiliki pandangan negatif terhadap dirinya. Individu yang telah mampu menerima dirinya, akan lebih mengenali kekurangan yang ada pada dirinya tanpa menyalahkan dirinya sendiri serta mengetahui potensi yang dimiliki, sehingga dapat memanfaatkannya dengan maksimal.

Ceyhan & Ceyhan (dalam Pratama & Suryanto, 2023) menyebutkan bahwa penerimaan diri membantu individu untuk lebih memahami sisi negatif yang dimiliki serta mampu berdamai dengan hal tersebut. Penerimaan diri yang rendah akan menimbulkan beberapa dampak negatif. Remaja yang tidak menerima dirinya

sendiri akan kurang mampu mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya. Remaja dengan penerimaan diri yang rendah juga akan kesulitan dalam menerima kritik yang diberikan kepadanya dan akan cenderung berpikir negatif terhadap setiap masalah yang dihadapinya (Ardiandaputri & Roswiyani, 2024). Ceyhan & Ceyhan (dalam Pratama & Suryanto, 2023) juga menjelaskan bahwa individu yang mengalami kesulitan dalam penerimaan diri, akan cenderung menyalahkan keadaan, timbul rasa kurang percaya diri, merasakan cemas, maupun memiliki perasaan tidak berdaya akan dirinya sendiri. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk menerima dirinya apa adanya dan mencintai tubuhnya, khususnya remaja putri yang sangat memperhatikan penampilannya.

Andini (2020) menyebutkan bahwa penerimaan diri banyak dipengaruhi oleh citra tubuh. Santrock (2015) juga menjelaskan bahwa para remaja akan mengembangkan gambaran pribadi terkait bentuk tubuh, yang mana hal ini berkaitan erat dengan citra tubuh. Citra tubuh adalah imajinasi subjektif yang dimiliki oleh individu terhadap tubuhnya, khususnya berkaitan dengan penilaian orang lain serta seberapa baik tubuhnya harus sesuai dengan persepsi-persepsi tersebut (Alia, 2021). Citra tubuh dapat bersifat positif maupun negatif, tergantung pada bagaimana individu melihat dirinya. Citra tubuh terdiri dari beberapa dimensi, diantaranya dimensi persepsi, kognitif, afeksi, dan perilaku (Cash & Pruzinsky, 2002). Lebih lanjut, Cash & Pruzinsky (2002) mendefinisikan citra tubuh sebagai persepsi, pikiran, tindakan maupun rasa puas atau tidak puas seorang individu terhadap penampilan fisiknya. Namun dengan adanya media sosial, salah satunya *Instagram*, tentunya hal tersebut juga memberikan efek kepada remaja terkait gambaran bentuk tubuh maupun penampilannya. Paparan *filter* maupun *trend* yang dialami oleh remaja putri ini, tentunya akan memberikan dampak kepada remaja terkait persepsi tentang bagaimana gambaran bentuk tubuh dan penampilan.

METHODS

Populasi dalam penelitian ini adalah individu yang berada pada masa tahapan perkembangan remaja dan sedang aktif menggunakan media sosial *Instagram*. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling*. Penentuan jumlah minimal sampel dihitung menggunakan rumus Lameshow (1997) karena jumlah populasi yang dituju tidak diketahui pasti. Sehingga jumlah sampel minimal adalah sebanyak 96 orang, namun penulis bulatkan menjadi 100 responden. Sehingga jumlah pengambilan sampel yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu minimal sebanyak 100 subjek penelitian. Alat mengumpulkan data pada penelitian ini menggunakan skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penerimaan diri dan skala citra tubuh pada remaja. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji hipotesis. Uji hipotesis diawali dengan menetapkan hipotesis nol (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a) terlebih dahulu, kemudian pemilihan tes statistik dan perhitungan nilai statistik, lalu penetapan tingkat signifikansi dan penetapan kriteria pengujian. Pada prosesnya, uji hipotesis ini dilakukan dengan uji teknik korelasi dengan bantuan perangkat lunak *Statistic Product for Service Solution (SPSS) 26.0 for Windows*.

RESULTS & DISCUSSION

Results

Karakteristik Responden Penelitian

1. Karakteristik Responden Penelitian

Responden yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebanyak 103 responden yang sesuai dengan kriteria penelitian yaitu remaja putri dengan rentang usia 16 tahun hingga 19 tahun dan sedang aktif menggunakan media sosial *Instagram*.

a. Karakteristik Demografi Responden berdasarkan Usia

Tabel.1.

Deskripsi Responden berdasarkan Usia

Usia (dalam tahun)	Jumlah	Persentase
16	26	25,24%
17	36	34,95%
18	25	24,27%
19	16	15,53%
Total	103	100%

Hasil deskripsi berdasarkan usia menunjukkan bahwa mayoritas responden yang berpartisipasi pada penelitian ini berada pada usia 17 tahun yang berjumlah 36 orang dengan persentase sebesar 34,95%.

b. Karakteristik Demografi berdasarkan Kabupaten/Kota

Tabel.2.

Deskripsi Responden berdasarkan Kabupaten/Kota

Kabupaten/Kota	Jumlah	Persentase
Badung	2	1,94%
Bangli	3	2,91%
Buleleng	4	3,88%
Denpasar	5	4,85%
Gianyar	10	9,71%
Karangasem	11	10,68%
Klungkung	68	66,02%
Total	103	100%

Hasil deskripsi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berasal atau tinggal di Kabupaten Klungkung yaitu sebanyak 68 orang dengan persentase sebesar 66,02%.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan guna menjawab ada atau tidaknya peran antara aspek-aspek dari citra tubuh dan variabel penerimaan diri. Teknik uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi *Spearman's Rho* dengan bantuan *SPSS 26.0 for windows*. Hasil pengujian dapat dilihat pada Lampiran 9 dan dirangkum pada Tabel 3.

Tabel.3.

Hasil Uji Korelasi *Spearman's Rho*

Variabel	Penerimaan Diri
----------	-----------------

	<i>Spearman's Rho</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	N
Evaluasi Penampilan	0,351	0,000	103
Orientasi Penampilan	0,188	0,057	103
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	0,197	0,046	103
Kecemasan menjadi Gemuk	-0,301	0,002	103
Pengkategorian Ukuran Tubuh	-0,302	0,002	103

Berdasarkan uji hipotesis pada Tabel 3. diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aspek evaluasi penampilan terhadap variabel penerimaan diri dengan nilai korelasi sebesar 0,351 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya koefisien korelasi positif dimana berarti semakin tinggi aspek evaluasi penampilan maka semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki dan begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan uji hipotesis pada Tabel 3. diketahui bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara aspek orientasi penampilan terhadap variabel penerimaan diri dengan nilai signifikansi sebesar 0,057 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan tidak adanya korelasi antara aspek orientasi penampilan dengan penerimaan diri yang dimiliki oleh responden dalam penelitian ini.

Berdasarkan uji hipotesis pada Tabel 24. diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aspek kepuasan terhadap bagian tubuh terhadap variabel penerimaan diri dengan nilai korelasi sebesar 0,197 dan nilai signifikansi sebesar 0,047 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya koefisien korelasi positif dimana berarti semakin tinggi aspek kepuasan terhadap bagian tubuh maka semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki dan begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan uji hipotesis pada Tabel 24. diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aspek kecemasan menjadi gemuk terhadap variabel penerimaan diri dengan nilai korelasi sebesar -0,301 dengan nilai signifikansi sebesar 0,002 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya koefisien korelasi negatif dimana berarti semakin rendah aspek kecemasan menjadi gemuk maka semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki dan begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan uji hipotesis pada Tabel 3. diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aspek pengkategorian ukuran tubuh terhadap variabel penerimaan diri dengan nilai korelasi sebesar -0,302 dengan nilai signifikansi sebesar 0,002 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya koefisien korelasi negatif dimana berarti semakin rendah aspek pengkategorian tubuh maka semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki dan begitu pula sebaliknya.

Discussion

Penelitian ini berperan untuk mengkaji hubungan antara variabel citra tubuh dengan variabel penerimaan diri pada remaja putri pengguna media sosial *Instagram*. Berdasarkan uji hipotesis, terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara aspek evaluasi penampilan, aspek orientasi penampilan, dan kepuasan terhadap bagian tubuh dengan variabel penerimaan diri. Sedangkan pada aspek kecemasan menjadi gemuk dan aspek pengkategorian tubuh memiliki hubungan

yang signifikan dan negatif dengan variabel penerimaan diri. Mengacu pada tabel koefisien yang dikemukakan oleh De Vaus (dalam Elmande, 2016), angka korelasi pada aspek evaluasi penampilan dengan variabel penerimaan diri menunjukkan tingkat hubungan yang moderat atau sedang, sehingga tidak menutup kemungkinan adanya faktor lain yang berperan terhadap penerimaan diri. Temuan dalam penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Alia (2021) bahwa selain citra tubuh terdapat faktor lain yang memengaruhi penerimaan diri. Hal ini sejalan dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Hurlock (dalam Alfiatur, 2022) bahwa penerimaan diri juga dipengaruhi oleh faktor pemahaman diri, harapan yang realistis, tidak adanya hambatan dari lingkungan, sikap sosial yang positif, tidak merasakan stres yang berat, pengaruh keberhasilan, serta konsep diri yang stabil.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek evaluasi penampilan pada variabel citra tubuh berkorelasi positif dengan variabel penerimaan diri. Hal ini berarti semakin tinggi evaluasi penampilan remaja putri maka penerimaan dirinya semakin tinggi. Cash dan Pruzinsky (2002) mendeskripsikan evaluasi penampilan sebagai penilaian individu mengenai perasaan ketertarikan terhadap fisiknya, serta penilaian terhadap kepuasan dan kekecewaan pada penampilannya. Sehingga ketika seorang individu memiliki evaluasi yang positif terhadap dirinya, maka penerimaan diri yang dimiliki juga akan semakin tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek orientasi penampilan pada variabel citra tubuh tidak berkorelasi dengan variabel penerimaan diri. Hal ini bermakna bahwa aspek orientasi penampilan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan penerimaan diri yang dimiliki oleh responden dalam penelitian ini. Orientasi penampilan merupakan penilaian individu secara keseluruhan yang merupakan investasi kognitif-perilaku dalam penampilan (Cash & Pruzinsky, 2002).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek kepuasan terhadap tubuh pada variabel citra tubuh berkorelasi secara positif terhadap variabel penerimaan diri. Hal ini berarti semakin tinggi kepuasan terhadap tubuh remaja putri maka kepercayaan dirinya semakin tinggi. Cash dan Pruzinsky (2002) menjelaskan kepuasan terhadap tubuh sebagai penilaian individu mengenai perasaan puas atau tidak puas secara spesifik pada bagian fisik tertentu seperti berat badan, wajah, perut, pinggang, ataupun tinggi badan. Hasil ini sesuai dengan pernyataan Sheerer (Alta, 2024) bahwa individu dengan penerimaan diri yang baik tidak akan menyalahkan dirinya atas kekurangan yang dimiliki serta tidak akan menyangkal kelebihan yang dimilikinya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek kecemasan menjadi gemuk pada variabel citra tubuh berkorelasi secara negatif dengan variabel penerimaan diri. Hal ini berarti semakin tinggi kecemasan untuk menjadi gemuk maka semakin rendah penerimaan diri pada remaja putri. Cash & Pruzinsky (2002) mendeskripsikan aspek kecemasan menjadi gemuk sebagai kecemasan individu untuk memiliki berat badan yang berlebih, serta adanya kecenderungan untuk melakukan diet. Lebih lanjut lagi Cash & Pruzinsky (2002) menjelaskan bahwa kecemasan atau rasa takut menjadi gemuk dengan persepsi yang tepat akan menimbulkan pengontrolan berat badan atau melakukan upaya diet yang sehat. Namun sebaliknya, jika individu memiliki kecemasan atau rasa takut menjadi gemuk yang berlebihan, maka akan menimbulkan keinginan pada individu untuk melakukan diet yang ekstrim.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan dan negatif antara aspek pengkategorian ukuran tubuh pada variabel citra tubuh dengan variabel penerimaan diri. Hal ini berarti semakin rendah kemampuan remaja putri dalam mengkategorikan ukuran tubuhnya maka penerimaan dirinya menjadi semakin tinggi. Cash & Pruzinsky (2002) menyatakan bahwa pengkategorian ukuran tubuh adalah bagaimana individu memandang dan mengkategorikan berat badannya. Dengan remaja putri memiliki kemampuan pengkategorian tubuh yang baik, maka dapat dikatakan remaja putri akan memiliki citra tubuh yang positif dan memiliki penerimaan diri yang tinggi.

Penerimaan diri adalah ketika seorang individu menerima dirinya secara penuh dan tanpa syarat, terlepas apakah dirinya melakukan kesalahan ataupun tidak, dan terlepas apakah orang lain menghargainya serta mencintainya ataupun tidak (Bernard, 2013). Penerimaan diri membantu individu untuk lebih memahami sisi negatif yang dimiliki serta mampu berdamai dengan hal tersebut (Pratama & Suryanto, 2023). Individu yang mengalami kesulitan dalam penerimaan diri, akan cenderung menyalahkan keadaan, timbul rasa kurang percaya diri, merasakan cemas, maupun memiliki perasaan tidak berdaya akan dirinya sendiri (Pratama & Suryanto, 2023). Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada penelitian ini, dapat dikatakan bahwa sebagian besar remaja putri pengguna media sosial Instagram memiliki penerimaan diri yang tinggi.

Kategori tinggi pada variabel penerimaan diri dapat dipengaruhi oleh faktor perkembangan, yang mana responden dalam penelitian ini berada pada masa remaja madya yaitu rentang usia 16-19 tahun dan sebagian besar berada pada usia 17 tahun. Sehingga remaja telah memiliki beberapa faktor yang ikut mempengaruhi seperti pemahaman diri, harapan yang realistis, tidak adanya hambatan dari lingkungan, sikap sosial yang positif, tidak merasakan stres yang berat, pengaruh keberhasilan, dan konsep diri yang stabil (Alfiatur, 2022).

CONCLUSION

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan melalui uji korelasi serta melalui pembahasan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Aspek evaluasi penampilan pada variabel citra tubuh berkorelasi secara signifikan dan positif dengan variabel penerimaan diri, yang mana semakin tinggi evaluasi penampilan maka penerimaan diri juga semakin tinggi.
2. Aspek orientasi penampilan pada variabel citra tubuh tidak memiliki korelasi secara signifikan dengan variabel penerimaan diri, sehingga tingkat orientasi penampilan tidak berhubungan dengan penerimaan diri.
3. Aspek kepuasan terhadap bagian tubuh pada variabel citra tubuh berkorelasi secara signifikan dan positif terhadap variabel penerimaan diri, yang mana semakin tinggi kepuasan terhadap bagian tubuh maka penerimaan diri juga akan semakin tinggi.
4. Aspek kecemasan menjadi gemuk pada variabel citra tubuh berkorelasi secara signifikan dan negatif dengan variabel penerimaan diri, yakni semakin rendah kecemasan menjadi gemuk maka penerimaan diri akan semakin tinggi.

5. Aspek pengkategorian ukuran tubuh pada variabel citra tubuh berkorelasi secara signifikan dan negatif dengan variabel penerimaan diri, yaitu semakin tinggi pengkategorian ukuran tubuh maka penerimaan diri akan semakin rendah.

REFERENCES

- Agianto, R., Setiawati, A., & Firmansyah, R. (2020). Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup dan Etika Remaja. *Tematik*, 7(2), 130–139. <https://doi.org/10.38204/tematik.v7i2.461>
- Alfiatur, M. H. (2022). *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Wanita Di Sanggar Senam “Tiga Dua” Desa Seketi Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri*. Institut Agama Islam Negeri Kediri.
- Alia, C. M. A. (2021a). *Hubungan antara Citra Tubuh dengan Penerimaan Diri pada Mahasiswa UIN AR-Raniry Banda Aceh*. Universitas Islam Negeri AR-RANIRY Banda Aceh.
- Alia, C. M. A. (2021b). *Hubungan antara Citra Tubuh dengan Penerimaan Diri pada Mahasiswa UIN AR-Raniry Banda Aceh*. Universitas Islam Negeri AR-RANIRY Banda Aceh.
- Andini, A. P. (2020). *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Body Image Pada Remaja Putri Yang Aktif Melihat Video Tiktok*.
- Ardiandaputri, F. Y., & Roswiyani, R. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penerimaan Diri Remaja Di Panti Asuhan Di Jakarta. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(1), 395–400.
- Bernard, M. E. (2013). *The Strength of Self-Acceptance* (M. E. Bernard, Ed.). Springer.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *BODY IMAGE: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. Guilford Press.
- Elmande, Y. (2016). Statistik Sosial. Dalam *Universitas Mercu Buana*. Universitas Mercu Buana.
- Nofiantika, F., Khasana, T. M., & Artanti, E. M. (2022). *Fenomena Selebgram , Citra Tubuh dan Perilaku Makan Pada Remaja Putri Di Yogyakarta*. 17(2), 99–106.
- Pratama, M. F., & Suryanto. (2023). *Penerimaan Diri Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat COVID-19*. 13(1). <https://doi.org/10.24127/gdn.v12i2.6384>
- Primanthoro, R. (2023, Januari 25). *Hati-Hati, Filter Instagram Dapat Memengaruhi Body Image dan Kepercayaan Diri*. <https://kumparan.com/ramdhan-p/hati-hati-filter-instagram-dapat-memengaruhi-body-image-dan-kepercayaan-diri-1zfE5tOv0jz>. <https://kumparan.com/ramdhan-p/hati-hati-filter-instagram-dapat-memengaruhi-body-image-dan-kepercayaan-diri-1zfE5tOv0jz/3>
- Santrock, J. W. (2015). *Adolescence* (16th ed.). Dalam *McGraw-Hill*.
- Supratiknya. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi*. Kanisius.
- Upgrade. (2024, September 17). *Data Jumlah Pengguna Instagram di Indonesia 2024*. <https://upgraded.id/data-jumlah-pengguna-instagram-di-indonesia>