

Pengaruh Dukungan Teman Sebaya dan Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi 2020 Dan Tinjauannya Menurut Islam

The Influence of Peer Support and Body Image on Self-Confidence in Students of the Faculty of Medicine, Yarsi University 2020 and its Review According to Islam

Tifani Dwina Fauziah¹, Aryenti², Aya Yahya Maulana³, Edward Syam⁴

¹Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

²Departemen Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

³Departemen Agama Islam Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

⁴Departemen Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

Email : tifanidwinaf@gmail.com

KATA KUNCI Teman Sebaya, Body Image, Kepercayaan Diri.

ABSTRAK Kepercayaan diri merupakan sifat yang dimiliki oleh seseorang dengan rasa percaya dan yakin terhadap kemampuan yang dimiliki dirinya dengan menerima segala hal, baik yang bersifat positif maupun negatif untuk diri sendiri ataupun lingkungan sekitar. Al-Qur'an sebagai pedoman umat Islam menegaskan mengenai kepercayaan diri yang terkandung dalam Q.S. At-Tin: 4. Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif yang dilakukan pada Oktober-Desember 2023. Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2020 berjumlah 213 orang. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif menggunakan data primer. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran YARSI Angkatan 2020. Ada pengaruh yang positif dan signifikan antara *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran YARSI Angkatan 2020.

KEYWORDS *Peers, Body Image, Self Confidence.*

ABSTRACT *Self-confidence is a trait possessed by a person with a sense of trust and confidence in his or her abilities by accepting everything, both positive and negative for oneself or the surrounding environment. The Qur'an as a guideline for Muslims affirms the confidence contained in Q.S. At-Tin: 4. The research design used is a quantitative research conducted in October-December 2023. The*

population of this study is 213 students of the Faculty of Medicine, Yarsi University Class of 2020. This study uses descriptive analysis using primary data. The results of the study showed that there was a positive and significant influence between peer support on self-confidence in students of the Faculty of Medicine YARSI Class of 2020. There is a positive and significant influence between body image and confidence in students of the Faculty of Medicine YARSI Class of 2020.

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan sifat yang dimiliki oleh seseorang dengan rasa percaya dan yakin terhadap kemampuan yang dimiliki dirinya dengan menerima segala hal, baik yang bersifat positif maupun negatif untuk diri sendiri ataupun lingkungan sekitar. Menurut Lauster (1992: 95) kepercayaan diri adalah suatu sikap atau keyakinan atas kemampuannya, sehingga optimis dalam melakukan tindakan-tindakan, merasa bebas melakukan segala yang diinginkannya, dapat bertanggung jawab atas perbuatannya, sopan ketika berinteraksi sosial, memiliki motivasi untuk berprestasi dan paham atas kelebihan serta kekurangan yang dimiliki. Pada dasarnya kepercayaan diri memberikan dampak positif seperti membuat kita tidak takut gagal menghadapi tantangan yang ada di depan mata. Sebab, kita merasa mampu melewatinya sehingga pikiran menjadi lebih fokus dan positif.

Santrock (2003: 474) mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang dapat memengaruhi kepercayaan diri pada remaja yaitu dukungan sosial. Salah satu contoh dukungan sosial yaitu dukungan dari teman sebaya. Dukungan teman sebaya merupakan pemberian dukungan atau bantuan yang diberikan oleh teman sebaya atau teman seusianya saat diperlukan yang dapat individu merasa dihargai dan dicintai oleh lingkungan

sosialnya. Keberadaan teman sebaya di kehidupan remaja menjadi suatu kewajiban. Pemberian dukungan, saran, perhatian, dan kepedulian serta kasih sayang menjadikan remaja merasa diterima di lingkungan sosial. Hal ini dapat meningkatkan perasaan berharga yang akan memunculkan sikap percaya diri pada remaja. Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Winata, Yusri dan Syahniar (2018: 137) dukungan dari teman sebaya dengan kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif.

Lauster (1992: 95) mengungkapkan bahwa selain dukungan teman sebaya, kondisi fisik dapat memengaruhi kepercayaan diri. Persepsi individu terhadap kondisi fisiknya inilah yang disebut dengan citra tubuh atau *body image*. Menurut Cash dan Pruzinsky (2002: 117) *body image* merupakan representasi mental individu pada kondisi tubuhnya, yang meliputi persepsi pada penampilan, pikiran, dan bagaimana perasaan individu mengenai tubuh, fungsi dan kemampuan tubuhnya. *Body image* yang positif merupakan salah satu hal yang sangat penting dalam membangun sikap percaya diri pada individu, khususnya remaja. Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Tasnim (2019: 84) menunjukkan bahwa kepercayaan diri berhubungan positif yang signifikan dengan *body image*. Remaja yang mempunyai *body image* positif secara menyeluruh akan menunjukkan sikap

puas pada tubuhnya, menerima dan menghargai apa yang remaja miliki, serta merasa nyaman dan percaya diri.

Pemberian dukungan yang besar dan *body image* yang positif akan berpengaruh besar pada tingkat kepercayaan diri sehingga mampu mengembangkan potensi yang dimiliki dan mampu mengatasi permasalahan yang terjadi dalam hidupnya. Bentuk dukungan meliputi pemberian dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informatif dan dukungan jaringan sosial. Sedangkan sikap *body image* untuk mendukung kepercayaan diri meliputi kepuasan terhadap tubuh, penerimaan diri, peduli dengan kondisi tubuhnya dan percaya diri ketika menjalani hubungan dengan orang lain.

Remaja cenderung berada dalam keadaan labil dan memiliki emosional yang tinggi akibat banyaknya perubahan hormonal, fisik, psikis, dan sosial. Sikap mensyukuri dan menerima segala yang diberikan oleh Allah SWT dan tidak mengeluh merupakan wujud sikap kepercayaan diri. Sikap inilah yang dimiliki oleh Rasulullah SAW yang patut kita teladani. Pentingnya memiliki kepercayaan diri ditegaskan firman Allah SWT dalam QS. Ali Imran ayat 139, "Janganlah kalian merasa lemah." (Ali Imran: 139) Yakni janganlah kalian menjadi lemah dan patah semangat karena apa yang baru kalian alami. "Dan jangan (pula) kalian bersedih hati, padahal kalianlah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kalian benar-benar orang-orang yang beriman." (Ali Imran: 139) Maksudnya, akibat yang terpuji dan kemenangan pada akhirnya akan kalian peroleh,

wahai orang-orang mukmin.

METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Rancangan penelitian ini adalah *cross sectional*. *Cross sectional* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*).

Populasi penelitian yaitu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2020 berjumlah 213 orang, terdiri dari 47 laki-laki dan 166 perempuan. Cara Penetapan Sampel yaitu menerapkan *Consecutive sampling* adalah teknik penentuan sampling dimana semua subyek yang datang dan memenuhi kriteria pemilihan dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subyek yang diperlukan terpenuhi dan dalam kurun waktu tertentu. Berdasarkan penghitungan menggunakan rumus Slovin, didapatkan besaran sampel minimal dalam penelitian ini sejumlah 68 orang responden diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yang berasal dari pengisian kuisioner. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuisioner oleh responden pada Mahasiswa. Analisis Data yang dilakukan dalam penelitian adalah analisis univariat analisis bivariat.

HASIL

Hasil Uji Analisis Univariat

Tabel 1. Persentase Data Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	7	10,29
Sedang	24	35,29
Tinggi	37	54,41
Jumlah	68	100

Dari tabel 1 kita dapat melihat gambaran tingkat kepercayaan diri mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020 terhadap kepercayaan diri mahasiswa. Sebesar 7 atau 10,29% mahasiswa memiliki kategori tingkat

rendah dalam kepercayaan diri. Sebesar 24 atau 35,29% mahasiswa memiliki kategori tingkat sedang dalam kepercayaan diri. Sedangkan sisanya yaitu sebesar 37 atau 54,41% mahasiswa memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi.

Tabel 2. Persentase Data Dukungan Teman Sebaya

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	9	13,2
Sedang	21	30,9
Tinggi	38	55,9
Jumlah	68	100

Dari tabel 2 kita dapat melihat gambaran tingkat dukungan teman sebaya mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020. Sebesar 9 atau 13,2% mahasiswa memiliki kategori tingkat rendah dalam

dukungan teman sebaya. Sebesar 21 atau 30,9% mahasiswa memiliki kategori tingkat sedang dalam dukungan teman sebaya. Sedangkan sisanya yaitu sebesar 38 atau 55,9% mahasiswa memiliki tingkat dukungan teman sebaya yang tinggi.

Tabel 3. Persentase Data *Body Image*

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	7	10,29
Sedang	37	54,41
Tinggi	24	35,29
Jumlah	68	100

Dari tabel 3 kita dapat melihat gambaran tingkat *body image* mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020. Sebesar 7 atau 10,29% mahasiswa memiliki kategori tingkat rendah dalam *body image*. Sebesar 37 atau

54,41% mahasiswa memiliki kategori tingkat sedang dalam *body image*. Sedangkan sisanya yaitu sebesar 24 atau 35,29% mahasiswa memiliki tingkat *body image* yang tinggi.

Hasil Uji Analisis Bivariat

Uji bivariat digunakan untuk menguji hipotesis dengan menggunakan pengujian uji *chi square* melalui program SPSS yang dilakukan untuk menganalisis Sig. (2-sided). Jika nilai *Asymp. Sig. (2-sided)* lebih dari 0,05 maka hipotesis

ada atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Dasar pengambilan keputusan pada pengujian ini adalah dengan melihat nilai *Asymp. Sig. (2-sided)*. Apabila nilai *Asymp. Sig. (2-sided)* lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis diterima.

<i>Chi-Square Test</i>			
	Value	dF	Asymp.Sig
Pearson Chi-Square	39.918 ^a	4	.000
Likelihood Ratio	32.680	4	.000
Linear-by-Linear Association	20.212	1	.000
N of Valid Cases	68		

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-sided)* adalah sebesar 0,000, nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka dapat disimpulkan hipotesis 1 diterima, dan hipotesis 0 ditolak.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini terdapat tiga pokok bahasan yaitu pengaruh dukungan teman sebaya terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas yarsi 2020, pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas yarsi 2020, dan pengaruh dukungan teman sebaya dan *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas yarsi 2020.

Hipotesis pertama menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan teman sebaya terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas yarsi 2020. Disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya berpengaruh positif yang signifikan

Sehingga untuk hipotesisnya berbunyi “Ada pengaruh dukungan teman sebaya dan *body image* terhadap kepercayaan diri mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020”.

terhadap kepercayaan diri, sehingga semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diberikan maka semakin tinggi pula kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas yarsi 2020. Maka dari itu mahasiswa harus mendapatkan dukungan yang tinggi agar dapat menunjang kepercayaan dirinya.

Penelitian ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Winata, Yusri dan Syahniar (2018: 137) mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja yang membuktikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya kepada remaja, maka kepercayaan diri remaja akan semakin tinggi. Penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Evitasari (2017: 10) mengenai hubungan antara dukungan

sosial dengan kepercayaan diri pada siswa inklusi, penelitian ini menjelaskan bahwa semakin tinggi dukungan sosial memiliki peranan dalam meningkatkan kepercayaan diri. Baron (2020: 96) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan fisik maupun psikologis dari keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar kepada individu. Menurut Santrock (2003: 474) salah satu faktor yang dapat memengaruhi kepercayaan diri pada remaja yaitu dukungan sosial, yang mana salah satu sumber dukungan sosial adalah dari teman sebaya. Dukungan yang diberikan meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial.

Hipotesis kedua diperoleh dari kuesioner sebesar 7 atau 10,29% mahasiswa memiliki kategori tingkat rendah dalam *body image*. Sebesar 37 atau 54,41% mahasiswa memiliki kategori tingkat sedang dalam *body image*. Sedangkan sisanya yaitu sebesar 24 atau 35,29% mahasiswa memiliki tingkat *body image* yang tinggi. Dapat disimpulkan bahwa *body image* berpengaruh positif yang signifikan terhadap kepercayaan diri, sehingga semakin tinggi *body image* yang dimiliki maka semakin tinggi pula kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas yarsi 2020. Maka dari itu mahasiswa harus memiliki *body image* yang tinggi dan positif agar dapat menunjang kepercayaan dirinya. Penelitian ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Tasnim (2019: 84) mengenai hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri SMA Swasta Harapan 1 Medan. Hasil Hasil analisis diperoleh bahwa terdapat hubungan yang positif antara *body image* dengan kepercayaan diri

pada remaja putri. Penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Maulida (2020: 51) mengenai hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa, penelitian ini menjelaskan bahwa *body image* yang positif merupakan salah satu faktor yang ikut berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri. Seseorang akan memiliki *body image* yang positif apabila menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan merasa puas ketika melihat bentuk tubuhnya sehingga kepercayaan diri pun akan terbentuk. Sebaliknya, apabila seseorang memandang tubuhnya tidak ideal seperti merasa wajahnya kurang menarik, terlalu kurus atau gemuk, dan sebagainya. Maka *body image* yang akan terbentuk menjadi negatif dan dapat dikatakan orang tersebut kurang bahkan tidak memiliki kepercayaan diri.

Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hipotesis dengan menggunakan pengujian uji *chi-square* melalui program SPSS. Diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-sided)* adalah sebesar 0,000, nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka dapat disimpulkan hipotesis 1 diterima, dan hipotesis 0 ditolak. Sehingga untuk hipotesisnya berbunyi "Ada pengaruh dukungan teman sebaya dan *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran YARSI Angkatan 2020".

Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam

تَقْوِيمٌ أَحْسَنَ فِي الْإِنْسَانِ خَلَقْنَا لَقَدْ

"Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaikbaiknya." (Q.S. At-Tin: 4: 597).

Surah At-Tin ayat 4: menjelaskan di dalamnya bahwa Allah SWT lah yang menciptakan manusia dalam bentuk

yang pertama kali, dan memiliki bentuk yang sempurna, dan dihiasi dengan akal, lisan, dan kelebihannya atas kebanyakan makhluk. Yakni sempurna dan seimbang fisiknya serta sesuai letak anggota badannya. Namun sayang, nikmat yang besar ini kadang tidak disyukuri oleh kebanyakan manusia.

مُؤْمِنِينَ كُنْتُمْ إِنِ الْأَعْلُونَ وَأَنْتُمْ تَخْزَنُونَ
وَلَا تَهْنَأُوا وَلَا

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.” (Al-Qur’an dan Terjemahan, Surah Ali Imran 3:139).

Kemudian Allah SWT berfirman “Janganlah kalian merasa lemah.” (Ali Imran: 139) Yakni janganlah kalian menjadi lemah dan patah semangat karena apa yang baru kalian alami. “Dan jangan (pula) kalian bersedih hati, padahal kalianlah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kalian benar-benar orang-orang yang beriman.” (Ali Imran: 139) Maksudnya, akibat yang terpuji dan kemenangan pada akhirnya akan kalian peroleh, wahai orang-orang mukmin.

Salah satu kepribadian muslim yang harus dibangun adalah rasa percaya diri, karena mereka diciptakan sebagai makhluk yang paling mulia dan sebaik-baiknya bentuk manusia. Oleh karena itu, sebagai seorang muslim harus memiliki rasa percaya diri yang tinggi (Zaman, 2021). Orang yang tidak bersyukur, ia ibarat orang yang selalu melihat matahari tenggelam, tidak pernah melihat matahari terbit. Hidupnya dipenuhi dengan keluhan, rasa marah, iri hati dan dengki, kecemburuan, kekecewaan, kekesalan, kepahitan dan putus asa (Mustofa & Arisandi, 2021).

Dukungan Teman Sebaya dalam Perspektif Islam

Teman sebaya menyediakan kesempatan untuk bersosialisasi dan mengembangkan hubungan dan rasa memiliki. Teman sebaya berperan dalam memberikan informasi dan masukan bagi teman sebaya lainnya (Desiani, 2020). Hubungan ini bersifat dua arah, perintah agar saling mengasihi terdapat dalam QS. Al-Balad ayat 17, yaitu:

فَمَنْ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

Surah Al-Balad ayat 17: menjelaskan bahwa tidak cukup jika seseorang melakukan amal shalih dan beriman, tapi juga harus mengajak orang lain kepada keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT, mengajak orang lain kepada agama Allah SWT, kepada tauhid, mengajak orang lain untuk beribadah hanya untuk Allah SWT dan menjauh dari kesyirikan, menyerukan kepada amalan-amalan sunnah, selain dari itu hal yang perlu diperhatikan oleh setiap muslim adalah kesabaran dalam menjalankan perintah Allah SWT, menjauh dari segala larangan, dan sabar atas cobaan yang diterima.

Body Image dalam Perspektif Islam

Individu yang tidak mampu menerima citra tubuh yang dimiliki, dapat menyebabkan individu menjadi rentan terhadap harga diri yang rendah, depresi, kurangnya kepercayaan diri, dan menarik diri bahkan bunuh diri. Namun, yang sudah puas dengan citra tubuhnya, dirinya akan merasa lebih nyaman dan percaya diri dan dapat berinteraksi dengan lingkungan. (Ramanda et al., 2019).

Allah SWT telah berfirman dalam QS. At Tin ayat 4, yaitu:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

“Sesungguhnya Kami telah menciptakan

manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.”
(Al-Qur’an dan Terjemahan, Surah At Tin
95: 4).

Kewajiban manusia untuk bersyukur atas nikmat Allah SWT yang telah dilimpahkan, menempati kedudukan yang sangat penting dalam ajaran Islam. Imam al-Ghazali menegaskan bahwa disebutnya perintah bersyukur secara bergandengan dengan perintah berzikir (mengingat Allah SWT)

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, maka kesimpulan yang didapat dalam penelitian ini yaitu:

1. Ada pengaruh yang positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran YARSI Angkatan 2020.
2. Ada pengaruh yang positif dan signifikan antara *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran YARSI Angkatan 2020.
3. Ada pengaruh yang positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dan *body image* terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran YARSI Angkatan 2020.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi dukungan teman sebaya dan *body image* maka semakin tinggi pula kepercayaan diri pada mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah dukungan teman sebaya dan *body image* maka semakin rendah pula kepercayaan diri pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Baron, R. A. (2005). Psikologi sosial. Erlangga.
Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). Body image: A handbook of theory,

research, and clinical practice 1st edc. Guilford Press.

- Desiani, T. (2020). Pengaruh Pergaulan Teman Sebaya Terhadap Pembentukan Karakter Siswa Kelas Viii Mts Negeri 3 Kabupaten Tangerang Tri Desiani Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Islamic Village Tangerang. JM2PI: Jurnal Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam, 01, 47-68. <http://e-journal.stit-islamic-village.ac.id/index.php/JM2P>
- Evitasari, T. S., Lestari, R., Psi, S., Lestari, R., & Psi, S. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa SMA Inklusi (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Lauster, P. (1992). Tes kepribadian (Terjemah D. H. Gulo). Sungguh Bersaudara.
- Maulida, F. (2020). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri pada mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Islam Indonesia).
- Mustofa, A. (n.d.). Konsep Percaya Diri Perspektif Al- Qur’ an. 1, 19-41.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. A. M. K. (2019). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja. JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling, 5(2), 121. <https://doi.org/10.22373/je.v5i2.5019>
- Santrock, J. W. (2003). Adolescence: perkembangan remaja. Erlangga.
- Tasnim. (2019). Hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada remaja putri SMA Swasta Harapan 1 Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Winata, P. P., Yusri, Y., & Syahniar, S. (2018). Hubungan dukungan sosial

teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja. In international conferences on educational, social sciences and technology. Fakultas

ilmu pendidikan UNP.
Zaman, B. (2021). Membangun Kepercayaan Diri dalam Islam. In Suhuf (Vol. 33, Issue 1).