

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN X

Achmad Sultan Aliuddikri¹, Arfin Nurma Halida²

^{1, 2}Prodi Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

achmad.21152@mhs.unesa.ac.id, arfinhalida@unesa.ac.id

Abstract

This study aims to examine the relationship between body image and self-confidence among students (santri). The hypothesis of this study states that there is a positive relationship between body image and self confidence among santri. The respondents in this study consisted of 260 male students enrolled at Islamic Boarding School X. A quantitative correlational approach was employed, and data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation technique. The results showed a significant positive correlation between body image and self-confidence, with a correlation coefficient of $r = 0.608$ and a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). These findings indicate that the more positive the santri's body image, the higher their self confidence tends to be, and vice versa. Based on these results, it can be concluded that there is a significant relationship between body image and self-confidence among santri, thus supporting the research hypothesis.

Keywords: body image, self-confidence, santri

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri paa Santri. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada Santri. Responden dalam penelitian ini berjumlah 260 orang yang merupakan santri Pondok Pesantren X. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif korelasional, yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan positif dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,608$ dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi citra tubuh santri, maka semakin tinggi pula kepercayaan dirinya, dan begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada santri, sehingga hipotesis penelitian ini diterima.

Kata kunci: Citra tubuh, Kepercayaan diri, Santri

Article History

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism Checker No 75

Prefix DOI :

[10.8734/liberosis.v1i2.365](https://doi.org/10.8734/liberosis.v1i2.365)

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

1. Pendahuluan

Pesantren merupakan lembaga pendidikan berbasis Islam yang mengharuskan peserta didiknya, yakni santri untuk tinggal di asrama dan mengikuti pembelajaran langsung di bawah bimbingan ustadz (Poerbakawatja, 1976). Lembaga ini tidak hanya menekankan pada aspek akademik, tetapi juga mendidik santri dengan nilai-nilai moral dan etika Islam agar dapat diamalkan dalam kehidupan sehari-hari (Fahmi et al., 2024). Pesantren memiliki karakteristik khas yang membedakannya dari lembaga pendidikan lainnya, yaitu integrasi antara pendidikan formal dan pembentukan karakter (Firdiyanti & Khusumadewi, 2021). Siswa laki-laki yang menempuh pendidikan di pesantren disebut santri, sedangkan siswa perempuan disebut santriwati (Nadhiroh, 2020; Jaya, 2016). Santri berperan sebagai elemen penting dalam keberlangsungan pesantren karena mereka menjadi penerus ajaran keagamaan di masyarakat (Daulay, 2001). Terdapat perbedaan antara santri dan santriwati dalam hal mobilitas, peran sosial, dan aktivitas fisik di lingkungan pesantren (Sumaryati, 2018). Santri laki-laki memiliki mobilitas lebih luas, seperti menjalankan tugas pesantren dan mengikuti kegiatan keagamaan di luar asrama, sementara santriwati cenderung lebih dibatasi dan diawasi secara ketat.

Santri, terutama yang berusia remaja, berada pada fase perkembangan yang krusial dalam pembentukan karakter dan identitas diri. Fase remaja umumnya dimulai pada usia 11-22 tahun, yang merupakan masa transisi menuju kedewasaan, ditandai dengan berbagai perubahan dalam aspek fisik, emosional, dan sosial (Santrock, 2013; Sulistiyowati, 2019). Perubahan-perubahan tersebut turut membentuk kepribadian individu, terutama dalam hal pengendalian diri dalam lingkup sosial dan pendidikan (Nurhidayat et al., 2021). Salah satu aspek penting dalam perkembangan remaja adalah kepercayaan diri, yaitu keyakinan terhadap potensi diri yang memungkinkan individu bertindak tanpa kecemasan berlebihan dan bertanggung jawab atas tindakannya (Lauster, 2003; Rais, 2022). Remaja yang memiliki kepercayaan diri tinggi umumnya bersikap tenang, mampu mengendalikan emosi, dan mudah beradaptasi dengan lingkungan (Sari & Purwaningsih, 2018). Sebaliknya, remaja dengan kepercayaan diri rendah cenderung memiliki pandangan negatif terhadap diri, takut gagal, dan merasa tidak berharga (Fatimah, 2010; Andiyati, 2016). Faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri di antaranya adalah penampilan fisik, hubungan dengan orang tua dan teman sebaya, serta konsep diri (Santrock, 2003).

Penampilan fisik merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi kepercayaan diri remaja. Persepsi individu terhadap tubuhnya, baik dari segi ukuran, bentuk, maupun berat badan, membentuk citra tubuh yang kemudian memengaruhi bagaimana mereka menilai diri sendiri (Ifdhil, 2015; Fitri & Yani, 2022). Santrock (2003) menegaskan bahwa persepsi terhadap penampilan fisik memiliki pengaruh kuat terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Citra tubuh sendiri didefinisikan sebagai persepsi dan emosi individu terhadap kondisi fisik yang dimilikinya (Grogan, 2016). Citra tubuh positif muncul ketika seseorang mampu menerima dan menghargai tubuhnya, bahkan jika tidak sesuai dengan standar ideal (Wood-Barcalow & kolega, 2010). Sebaliknya, citra tubuh negatif terjadi ketika individu merasa tidak puas terhadap penampilannya, yang berdampak langsung pada menurunnya rasa percaya diri. Bagi laki-laki, standar maskulinitas seperti tubuh atletis dan penggunaan barang bermerek menjadi tolok ukur citra tubuh yang ideal (Khaira, 2018). Gultzow et al. (2020) menambahkan bahwa tren tubuh ideal laki-laki kini mengarah pada bentuk yang langsing dan elastis, mendorong mereka untuk mencapai bentuk tubuh tersebut demi mempertahankan kepercayaan diri.

Masalah citra tubuh pada remaja laki-laki semakin kompleks seiring tekanan sosial terhadap standar tubuh ideal. Manatar et al. (2022) menyatakan bahwa remaja laki-laki menghadapi problematika citra tubuh karena adanya pemikiran yang kompleks tentang tubuh ideal yang dibentuk oleh masyarakat. Jones & Crawford (2006) bahkan menyebutkan bahwa tekanan penampilan lebih banyak dirasakan oleh remaja laki-laki dibandingkan perempuan. Saat ini, citra tubuh remaja laki-laki sering diasosiasikan dengan tubuh sehat, gaya rambut yang mengikuti tren, dan busana yang modis (Nasrullah, 2018). Ketidaksesuaian antara kondisi tubuh aktual dengan standar ideal tersebut dapat menimbulkan rasa khawatir terhadap penampilan, yang mengarah pada citra tubuh negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). Citra tubuh negatif tidak hanya menurunkan kepercayaan diri tetapi juga mengganggu interaksi sosial. Dalam penelitian ini digunakan teori dari Cash & Pruzinsky (2002) yang membahas citra tubuh secara menyeluruh, mencakup aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya fokus pada gender laki-laki, agar analisis lebih tepat sasaran dalam memahami tekanan sosial yang dialami remaja laki-laki.

Masa remaja merupakan periode yang sangat dipengaruhi oleh perubahan fisik, menjadikan citra tubuh sebagai aspek psikologis penting dalam perkembangan individu (Denich & Ildhil, 2015). Perubahan ini kerap memunculkan perasaan tidak nyaman terhadap tubuh, yang dapat berdampak pada sikap dan perilaku remaja, termasuk menurunnya kepercayaan diri. Sayangnya, penelitian mengenai hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada santri laki-laki masih sangat terbatas. Kebanyakan kajian lebih banyak menyoroti perempuan, sehingga konteks laki-laki, khususnya yang berada di lingkungan pesantren, kurang mendapat perhatian. Padahal, pesantren memiliki aturan dan norma sosial tertentu yang dapat membentuk cara pandang santri terhadap tubuhnya. Smith et al. (2024) menyatakan bahwa citra tubuh positif berhubungan erat dengan kepercayaan diri laki-laki, tetapi belum banyak penelitian yang mengangkatnya dalam konteks pesantren. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi celah dalam kajian ilmiah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh citra tubuh terhadap tingkat kepercayaan diri pada santri laki-laki di Pesantren X.

2. Tinjauan Pustaka

Kepercayaan diri menurut Lauster (2003) adalah keyakinan individu terhadap kemampuan diri yang memungkinkan bertindak tanpa kecemasan berlebihan serta bertanggung jawab atas tindakannya. Individu yang percaya diri mampu berinteraksi dengan baik, termotivasi berprestasi, serta menyadari kelebihan dan kekurangannya. Ildil et al. (2017) dan Tafdila & Chania (2019) menambahkan bahwa kepercayaan diri tumbuh dari kesadaran dan tekad kuat untuk mencapai tujuan, serta evaluasi diri terhadap kemampuan dan karakteristik pribadi. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri sering memicu keraguan, pandangan negatif, dan kecenderungan menghindari interaksi sosial (Suwandi et al., 2023). Remaja yang sering membandingkan diri dengan orang lain dan menghadapi kesulitan cenderung mengalami penurunan kepercayaan diri, yang dapat memicu masalah psikologis seperti kecemasan akibat takut penilaian negatif (Syam & Amri, 2017; Suwandi et al., 2023). Santrock (2003) mengemukakan bahwa penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orangtua, dan teman sebaya merupakan faktor penting yang memengaruhi kepercayaan diri, di mana citra tubuh sebagai persepsi individu terhadap bentuk dan penampilannya sangat menentukan tingkat kepercayaan diri (Santrock, 2020). Dalam konteks pesantren, pengaruh

citra tubuh terhadap kepercayaan diri santri laki-laki menjadi aspek penting untuk mendukung perkembangan psikologis mereka di tengah norma dan aturan ketat.

Citra tubuh adalah persepsi, perasaan, dan pikiran seseorang terhadap bentuk dan kondisi fisiknya (Grogan, 2016). Menurut Cash & Pruzinsky (2002), citra tubuh adalah gambaran tubuh yang terbentuk dari pikiran sendiri maupun penilaian orang lain. Selain itu, citra tubuh dipengaruhi oleh pengalaman individu dan aspek sosial budaya yang membentuk standar ideal di lingkungan tempat tinggal (Sari & Rahayu, 2022). Denich (2017) menegaskan citra tubuh bersifat subjektif, berkaitan dengan penilaian orang lain dan penyesuaian individu terhadap standar tersebut. Kepuasan terhadap tubuh dipengaruhi faktor sosial budaya seperti respons orang lain, perbandingan diri, peran sosial, dan proses identifikasi sosial (Wati et al., 2019). Natasha & Primadini (2019) dan Pramesti et al. (2023) menambahkan bahwa ketidakpuasan citra tubuh dapat menurunkan kepercayaan diri dan berisiko memicu pola hidup tidak sehat serta depresi. Cash & Pruzinsky (2002) menguraikan aspek citra tubuh meliputi evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh. Karena citra tubuh sangat memengaruhi persepsi diri dan penilaian atas penampilan, maka citra tubuh menjadi salah satu faktor kunci yang memengaruhi tingkat kepercayaan diri, khususnya dalam konteks sosial dan psikologis.

3. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada santri remaja di Pondok Pesantren X, Kabupaten Sumenep, Madura. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan pengujian hipotesis secara objektif menggunakan instrumen terstruktur dan analisis statistik. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring (Google Form) yang disusun berdasarkan teori Cash & Pruzinsky (2002) untuk citra tubuh dan Lauster (2003) untuk kepercayaan diri. Instrumen yang digunakan berupa angket skala Likert dengan lima pilihan jawaban, yang terdiri dari pernyataan favorable dan unfavorable, bertujuan mengukur dua variabel utama: citra tubuh sebagai variabel bebas (X) dan kepercayaan diri sebagai variabel terikat (Y). Penelitian ini dilaksanakan dari Februari hingga April 2025, diawali dengan studi pendahuluan melalui observasi dan wawancara guna memastikan isu citra tubuh dan kepercayaan diri relevan di kalangan santri, lalu dilanjutkan penyusunan proposal, penyusunan instrumen, pelaksanaan try out, hingga pengumpulan data utama.

Populasi penelitian berjumlah 772 santri laki-laki. Sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 260 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah insidental sampling, yaitu pemilihan responden berdasarkan ketersediaan dan kesesuaian karakteristik yang ditentukan. Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner kepada santri yang bersedia dan memenuhi syarat, dengan pengawasan wali kelas atau ustadz agar pelaksanaan terkontrol. Skala kepercayaan diri terdiri dari 30 item, sedangkan skala citra tubuh terdiri dari 20 item, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya melalui uji Corrected Item-Total Correlation dan Alpha Cronbach menggunakan SPSS 26.0. Seluruh item pada kedua instrumen dinyatakan valid ($r_{hitung} \geq 0,279$) dan reliabel, dengan nilai koefisien Alpha masing-masing 0,758 (kepercayaan diri) dan 0,749 (citra tubuh), yang masuk dalam kategori reliabel.

Analisis data dilakukan secara kuantitatif dengan dua tahap, yaitu deskriptif dan inferensial. Data deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi jawaban, sedangkan analisis inferensial menggunakan regresi linier sederhana untuk

menguji hubungan antara kedua variabel. Sebelum uji regresi, dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas, untuk memastikan bahwa data berdistribusi normal dan hubungan antar variabel bersifat linier. Uji hipotesis dilakukan menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri. Hasil dianggap signifikan apabila nilai signifikansi (p) < 0,05, yang menandakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara variabel-variabel yang diteliti.

4. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren X, Kabupaten Sumenep, Madura, dengan subjek penelitian sebanyak 260 santri remaja berusia 11-20 tahun. Sampel diperoleh melalui tiga tahap: uji keterbacaan (5 santri), uji coba instrumen (50 santri), dan pengambilan data utama (260 santri). Penelitian diawali dengan studi pendahuluan melalui observasi partisipatif dan wawancara terhadap santri yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri mereka dipengaruhi oleh persepsi terhadap tubuh. Temuan ini memperlihatkan adanya kecenderungan rendahnya kepercayaan diri akibat citra tubuh yang negatif, sehingga menjadi dasar penting untuk merancang instrumen dan tujuan penelitian secara lebih spesifik.

Tahapan persiapan meliputi penyusunan proposal, pengembangan instrumen berbasis teori Lauster (2003) untuk kepercayaan diri dan Cash & Pruzinsky (2002) untuk citra tubuh, serta uji keterbacaan untuk memastikan item mudah dipahami. Setelah revisi, dilakukan uji coba instrumen pada 50 santri. Hasil uji validitas dan reliabilitas melalui SPSS 26.0 menunjukkan bahwa semua item memenuhi syarat sebagai alat ukur. Data utama dikumpulkan melalui Google Form dan dianalisis secara statistik. Hasil deskriptif menunjukkan bahwa santri memiliki tingkat kepercayaan diri yang tergolong tinggi (mean = 131.62) dan citra tubuh yang cenderung positif (mean = 84.25). Namun, standar deviasi yang cukup besar mengindikasikan adanya variasi persepsi dan pengalaman antar subjek.

Uji asumsi menunjukkan bahwa data terdistribusi normal ($p = 0,058$) dan hubungan antara kedua variabel bersifat linear ($p = 0,423$). Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan signifikan dan positif antara citra tubuh dan kepercayaan diri dengan koefisien korelasi sebesar 0,608 ($p < 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa semakin positif citra tubuh seseorang, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan dirinya. Koefisien determinasi sebesar 0,370 menunjukkan bahwa citra tubuh memengaruhi kepercayaan diri sebesar 37%, sementara 63% sisanya dipengaruhi faktor lain seperti usia, relasi sosial, dan dinamika psikologis lainnya.

Citra tubuh dalam penelitian ini mencakup lima aspek: evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian bentuk tubuh. Temuan menunjukkan bahwa santri yang merawat diri sesuai nilai pesantren—berpakaian rapi, hidup bersih, dan menjaga kesehatan—memiliki kecenderungan citra tubuh yang positif. Mereka cenderung tidak terlalu mengikuti standar fisik ideal namun tetap merasa nyaman dengan kondisi tubuhnya. Beberapa bahkan menunjukkan penerimaan positif meskipun tubuh mereka tidak ideal secara umum, yang kemudian meningkatkan rasa percaya diri dalam pergaulan di pesantren.

Aspek citra tubuh yang mendapat skor tertinggi adalah pengkategorian bentuk tubuh (mean = 4,2), menunjukkan bahwa santri mampu mengenali bentuk tubuhnya secara realistis tanpa merasa rendah diri. Aspek orientasi penampilan memperoleh skor paling rendah (mean = 3,9), mengindikasikan bahwa sebagian santri masih mengalami kecemasan terkait penampilan luar dan penilaian sosial dari teman sebaya. Hal ini selaras dengan teori Cash & Smolak (2011) yang menyebutkan bahwa evaluasi dan orientasi penampilan sangat dipengaruhi tekanan sosial,

sementara aspek internal seperti kepuasan dan pengenalan bentuk tubuh cenderung lebih stabil dan realistis.

Kepercayaan diri dalam penelitian ini terbagi ke dalam lima aspek: rasional, objektif, bertanggung jawab, optimis, dan keyakinan akan potensi diri. Skor tertinggi ditemukan pada aspek rasional (mean = 4,2), menggambarkan kemampuan santri untuk merespons situasi secara logis dan realistis. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kepercayaan diri pada aspek keyakinan terhadap potensi diri tergolong rendah (mean = 3,98), para santri tetap mampu menunjukkan sikap dewasa dan adil dalam menilai diri dan lingkungan. Ini diperkuat oleh teori Demirdag (2019) dan Stankov et al. (2014), bahwa efikasi kognitif dan pemikiran logis berkorelasi kuat dengan kepercayaan diri remaja dalam aspek sosial dan akademik.

Penelitian ini mengonfirmasi bahwa citra tubuh yang positif berkontribusi besar terhadap kepercayaan diri, khususnya dalam konteks kehidupan religius dan sosial di pesantren. Santri yang memiliki persepsi positif terhadap tubuhnya cenderung lebih aktif, percaya diri, dan siap menjalani peran di lingkungan sosial. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya dari Yulita & Kristinawati (2025), Puspitawati & Ramadani (2023), serta Widjianto (2020), yang menyatakan bahwa remaja dengan citra tubuh positif memiliki kepercayaan diri lebih tinggi dibanding mereka yang memiliki persepsi tubuh negatif. Penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap kajian psikologi remaja laki-laki yang selama ini kurang disorot, khususnya di lingkungan pondok pesantren.

Terakhir, perlu dicatat bahwa fokus penelitian hanya terbatas pada santri laki-laki, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasikan pada remaja perempuan atau kelompok gender lain. Keterbatasan ini menjadi peluang untuk penelitian lanjutan dengan pendekatan lebih inklusif dan cakupan sampel yang lebih luas. Meski demikian, penelitian ini berhasil menggambarkan dinamika khas remaja laki-laki dalam konteks kehidupan pesantren, dengan menegaskan pentingnya citra tubuh sebagai pondasi dalam pembentukan kepercayaan diri santri remaja.

5. Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri dengan citra tubuh positif cenderung lebih nyaman dengan dirinya, mampu menerima kekurangan secara realistis, dan memiliki kepercayaan diri yang stabil dalam berbagai aktivitas di pesantren. Kepercayaan diri ini tercermin dalam keberanian tampil di depan umum, partisipasi sosial, serta tanggung jawab sehari-hari.

Namun, aspek keyakinan terhadap potensi diri merupakan dimensi terendah dalam kepercayaan diri santri. Hal ini menunjukkan masih adanya keraguan sebagian santri terhadap kemampuan diri, sehingga diperlukan peran aktif lingkungan pesantren dalam memberikan dukungan sosial dan spiritual guna memfasilitasi pengembangan potensi tersebut.

Citra tubuh terbukti tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik, tetapi juga memiliki kontribusi signifikan dalam pembentukan kepercayaan diri secara menyeluruh. Edukasi mengenai penerimaan diri dan penghargaan terhadap tubuh penting sebagai bagian dari pembentukan karakter santri.

Daftar Referensi

- Andiyati, A. D. W. (2016) Hubungan antara Body Image dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Di Sma Negeri Bantul. Skripsi.
- Cash, T. F & Pruzinsky, T. (2002). Body Image: A Handbook Of Theory, Research And Clinical. New York: Guilford Publications.
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep Body Image Remaja Putri. Jurnal Konseling Dan Pendidikan, 3(2), 55-61. <http://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp>.
- Fahmi, A., Yenti, A., Rahmania, F. & Hendrizal (2024). Pembentukan Akhlak Melalui Pendidikan Pondok Pesantren Dilihat dari Perspektif Pendidikan Islam di Indonesia. Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan Dan Konseling Islam. 7, (1), 44-52. doi: <https://doi.org/10.59027/alisyraq.v7i1.508>.
- Fatimah, Enung. (2008). Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: Pustaka Setia.
- Firdiyanti, H. ., & Khusumadewi, A. . (2021). Peran Gender Santriwan dan Santriwati di Pondok Pesantren Al-Muqoddasah. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, 11(1), 22-37. <https://doi.org/10.29080/jbki.2021.11.1.22-37>.
- Fitri, G., & Yarni, L. (2022). Hubungan Interaksi Dalam Keluarga Dengan Kepercayaan Diri Remaja Di Jorong Cupak Nagari Pakan Sinayan. Journal On Education, 2(2), 583-592. Doi: <https://doi.org/10.31004/Irje.V2i2.299>.
- Grogan, S. (2016). Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children (3rd Ed). Routledge. doi: <https://doi.org/10.4324/9781315681528>.
- Gültzow, T., Guidry, J. P. D., Schneider, F., & Hoving, C. (2020). Male Body Image Portrayals on Instagram. Cyberpsychology: Behavior And Social Networking, 23, (5), 281-289. Doi: <https://doi.org/10.1089/Cyber.2019.0368>.
- Ifdil, I., Denich., A., U & Ilyas, A. (2017). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling, 2, (3), 107-113. Doi: <http://Dx.Doi.Org/10.17977/Um001v2i32017p107>.
- Impact on Child Development." Child Development Perspectives, 18(1), 15-28.
- Jaya, F. (2017). Pesantren Dan Madrasah Dalam Sistem Pendidikan Indonesia. Skripsi, Uin Sumatera Utara.
- Jones, D.C., & Crawford, J., K (2006). The Peer Appearance Culture During Adolescence: Gender and Body Mass Variations. Journal Of Youth And Adolescence 35, 243-255. Doi: <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9006-5>.
- Khaira, P. (2018). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Body Image Pada Remaja Laki-Laki. Skripsi, Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

- Lauster, P. (2003). Tes Kepribadian (Terjemahan Gulo, D. H.). Jakarta: Pt. Bumi Aksara.
- Manatar, F. S., Tiwa, T. M. & Narosaputra, D. A. N. (2022). Pengaruh Social Comparison Terhadap Body Image Remaja Akhir Laki-Laki Di SMAN 1 Kakas. Psikopedia. 3, (3). <https://doi.org/10.53682/pj.v3i3.5669>.
- Nadhiroh, A., & Alimi, M. Y. (2021). Kelompok Santri Dalam Pendidikan Kepesantrenan: Studi Di Pondok Pesantren An-Najma Banaran Kota Semarang. Solidarity: Journal Of Education, Society And Culture, 10, (2), 147-156. Doi: <https://doi.org/10.15294/solidarity.v10i2.51908>.
- Nasrullah, M. S. (2018) Maskulinitas Laki-Laki Pedesaan: Studi Citra Tubuh Laki-Laki Di Pusat Kebugaran. Skripsi, Universitas Airlangga.
- Nurhidayati, T., Purwanto, H., Atmojo., L., K & Nasyikin, M. (2021). Karakteristik Jiwa Remaja Dan Penerapannya Dalam Pendidikan Menurut Islam. As-Sunniah: Jurnal Ilmiah Mahasiswa, 1, (1), 76-93. <https://ejournal.uas.ac.id/index.php/assunniah/article/view/778>.
- Pramesti, M., A., Usman, A., M, & Helen, M. (2022). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri di Wilayah RW 024 Kelurahan Tlajung Udik. MAHESA: Malahayati Health Student Journal, 2(2). <https://doi.org/10.33024/mahesa.v2i2.5993>.
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self-Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. Arsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling. 12, (1), 40-47. Doi: <http://dx.doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>.
- Santri berperan sebagai elemen penting dalam keberlangsungan pesantren karena mereka menjadi penerus ajaran keagamaan di masyarakat (Daulay, 2001).
- Santrock, J. W. (2013). Adolescence (Perkembangan Remaja). Erlangga. Jakarta.
- Santrock, J. W. (2020). Adolescence (16th Ed.). Mcgraw-Hill Education.
- Sari, E. P. & Purwaningsih, S. M. (2018) Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Sejarah Kelas X Program IPA di SMA Negeri 1 Cerme Gresik. Avatara: Jurnal Pendidikan Sejarah. 6, (3). 79-87. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/avatara/article/view/25297>.
- Sari, N. A. & Rahayu, S. P. (2022). Dampak Intensitas Mengakses Media Sosial Dengan Body Image Pada Remaja. Jpi: Jurnal Psikologi Islam. 1,(2). 58-71. Doi: <https://ojs.iainbatusangkar.ac.id/Ojs/Index.php/Jps>.
- Smith, A., & Johnson, M. (2024). "Family and School Interactions and Their
- Sumaryati, S. (2018) Keadilan Gender dalam Pendidikan Islam di Pondok Pesantren. Tarbawiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan. 2,(2), 211-226. <http://dx.doi.org/10.32332/tarbawiyah.v2i02.1315>.
- Suwandi, V. E. P., Santi, D. E. & Ananta, A. (2023) Kepercayaan Diri Pada Remaja: Adakah Peran Fear Of Negative Evaluation?. Inner: Journal Of Psychology Research. 3 (2). <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/1242>.
- Suwandi, V. E. P., Santi, D. E. & Ananta, A. (2023) Kepercayaan Diri Pada Remaja: Adakah Peran Fear Of Negative Evaluation?. Inner: Journal Of Psychology Research. 3 (2). <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/1242>.
- Syam, A & Amri, A. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan

Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare).

BioteK: Jurnal Pendidikan Biologi, 5, (1), 87-102. Doi:

<https://doi.org/10.24252/Jb.V5i1.3448>.

Tafdhila And Chania, U. (2019). Hubungan Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Di Ma Sabilul Hasanah Banyuasin. Jurnal Kesehatan: Jurnal Ilmiah Sciences, 53(9), 1689-1699.

Wati, I. S S. & Hartini, S. (2019). Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Body Image Pada Siswi Kelas X SMA. Jurnal Ilmiah Psyche. 13(1): 1-12. Doi: <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v13i1.548>.

Wood-Barcalow NL, Tylka TL, Augustus-Horvath CL. (2010) "But I Like My Body": Positive Body Image Characteristics And A Holistic Model For Young-Adult Women. Journal Elsevier. 7, (2). 106-16. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.001>.