



ANALISIS FAKTOR SOSIAL PENYEBAB RENDAHNYA KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA

Febby Rahmah Handayani¹, Oktapia Ramadani², Cantika Aprilin Anjuani³, Romiaty Romiaty⁴

Universitas Palangka Raya^{1,2,3,4}

e-mail: febbyrahmahhandayani26@gmail.com

Diterima: 13/04/2026; Direvisi: 20/04/2026; Diterbitkan: 07/05/2026

ABSTRAK

Kepercayaan diri merupakan aspek psikologis fundamental yang menentukan kualitas perkembangan sosial, emosional, dan akademik remaja. Rendahnya kepercayaan diri pada remaja telah menjadi perhatian serius dalam literatur bimbingan dan konseling karena dampaknya yang luas terhadap kesejahteraan psikologis jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara sistematis faktor-faktor sosial yang menjadi penyebab rendahnya kepercayaan diri pada remaja berdasarkan kajian terhadap literatur ilmiah yang relevan dan mutakhir. Kajian difokuskan pada lima faktor sosial utama, yaitu: lingkungan pertemanan, dinamika keluarga, pengalaman *bullying*, paparan media sosial, dan interaksi di sekolah. Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur sistematis (systematic literature review) dengan mengacu pada panduan PRISMA. Sumber literatur diperoleh dari basis data Google Scholar, GARUDA, dan SINTA dengan rentang tahun publikasi 2020–2026. Hasil kajian menunjukkan bahwa kelima faktor sosial tersebut secara konsisten terbukti berkontribusi terhadap rendahnya kepercayaan diri remaja melalui mekanisme psikologis yang saling berkaitan. Pengalaman *bullying* menghasilkan dampak psikologis paling intens dan bertahan lama, sementara dinamika keluarga merupakan fondasi akar yang paling mendasar dalam pembentukan kepercayaan diri. Simpulan kajian ini menegaskan perlunya pendekatan intervensi yang bersifat ekologis dan terpadu yang melibatkan keluarga, sekolah, dan komunitas untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja secara berkelanjutan.

Kata Kunci: *Kepercayaan Diri Remaja, Faktor Sosial, Kajian Literatur Sistematis, Bullying, Pola Asuh Keluarga, Media Sosial*

ABSTRACT

Self-confidence is a fundamental psychological aspect that determines the quality of adolescents' social, emotional, and academic development. Low self-confidence among adolescents has become a serious concern in the guidance and counseling literature due to its broad impact on long-term psychological well-being. This study aims to systematically analyze social factors contributing to low self-confidence in adolescents based on a review of relevant and recent scientific literature. The study focuses on five main social factors: peer environment, family dynamics, experiences of *bullying*, social media exposure, and school interactions. This research employs a systematic literature review method following the PRISMA guidelines. Literature sources were obtained from Google Scholar, GARUDA, and SINTA databases, covering publications from 2020 to 2026. The findings indicate that these five social factors consistently contribute to low self-confidence in adolescents through interconnected psychological mechanisms. *Bullying* experiences have the most intense and long-lasting psychological impact, while family dynamics serve as the most fundamental foundation in shaping self-confidence. This study concludes that ecological and integrated intervention



approaches involving families, schools, and communities are essential to sustainably enhance adolescents' self-confidence.

Keywords: *Adolescent Self-Confidence, Social Factors, Systematic Literature Review, Bullying, Family Parenting, Social Media.*

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek psikologis yang penting dalam perkembangan individu, terutama pada masa remaja. Masa remaja adalah periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan proses pencarian jati diri. Pada fase ini, remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan interaksi sosial di sekitarnya. Kepercayaan diri dapat dipahami sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Remaja yang memiliki kepercayaan diri yang baik biasanya lebih mudah beradaptasi, mampu membangun hubungan sosial yang positif, serta menunjukkan prestasi akademik yang lebih optimal (Salsabila et al., 2025).

Rendahnya kepercayaan diri pada remaja masih menjadi permasalahan yang cukup serius di Indonesia. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa faktor sosial memiliki peran besar dalam memengaruhi kondisi tersebut, terutama pengalaman negatif yang dialami remaja di lingkungan sosialnya. Salah satu faktor yang paling berpengaruh adalah *bullying*. *Bullying* merupakan perilaku agresif yang dapat menimbulkan dampak psikologis negatif, seperti rasa takut, kecemasan, serta menurunnya kepercayaan diri pada remaja (Munthe et al., 2025). Selain *bullying*, faktor keluarga juga berperan penting dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Pola asuh yang positif dapat memberikan rasa aman, penghargaan, dan dukungan emosional yang dibutuhkan remaja untuk mengembangkan rasa percaya diri. Sebaliknya, pola asuh yang kurang suportif dapat menghambat perkembangan psikologis maupun sosial remaja (Salsabila et al., 2025).

Di era digital saat ini, media sosial menjadi salah satu faktor sosial yang tidak dapat diabaikan dalam kehidupan remaja. Penggunaan media sosial yang intens dapat memberikan dampak positif maupun negatif terhadap kepercayaan diri. Di satu sisi, media sosial dapat menjadi sarana bagi remaja untuk mengekspresikan diri dan membangun relasi sosial. Namun, di sisi lain, media sosial juga dapat memicu perbandingan sosial secara berlebihan yang berpotensi menurunkan rasa percaya diri (Sahroni et al., 2023). Selain itu, interaksi sosial di lingkungan sekolah dan pertemanan juga turut memengaruhi pembentukan kepercayaan diri remaja. Lingkungan sosial yang kurang suportif, seperti adanya *cyberbullying* atau tekanan sosial dari teman sebaya, dapat memperburuk kondisi psikologis remaja dan berdampak pada menurunnya kepercayaan diri mereka (Assan et al., 2024).

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji faktor-faktor tersebut, sebagian besar masih membahasnya secara terpisah. Penelitian mengenai *bullying*, pola asuh keluarga, maupun media sosial umumnya dilakukan secara parsial, sehingga belum memberikan gambaran yang menyeluruh mengenai keterkaitan antar faktor sosial tersebut. Oleh karena itu, masih terdapat kesenjangan penelitian dalam memahami secara komprehensif faktor-faktor sosial yang memengaruhi rendahnya kepercayaan diri pada remaja. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara sistematis faktor-faktor sosial yang menyebabkan rendahnya kepercayaan diri pada remaja melalui pendekatan *systematic literature review*. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh serta menjadi dasar dalam pengembangan intervensi yang lebih efektif, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian literatur sistematis (*systematic literature review*) sebagai metode utama untuk mengkaji faktor-faktor sosial yang memengaruhi rendahnya kepercayaan diri pada remaja. Melalui metode ini, peneliti mengumpulkan, menelaah, dan merangkum berbagai hasil penelitian terdahulu yang relevan, terutama yang berkaitan dengan lingkungan pertemanan, dinamika keluarga, pengalaman *bullying*, paparan media sosial, serta interaksi di lingkungan sekolah. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang lebih menyeluruh berdasarkan data sekunder yang berasal dari sumber ilmiah terpercaya. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat membantu memperdalam pemahaman konseptual sekaligus mendukung pengambilan keputusan yang didasarkan pada bukti ilmiah (*evidence-based practice*).

Kajian ini mengacu pada pedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) sebagai standar dalam pelaksanaan dan pelaporan kajian literatur sistematis. Melalui metode ini, peneliti tidak hanya mengumpulkan berbagai informasi dari penelitian sebelumnya, tetapi juga menganalisis, membandingkan, serta mengidentifikasi pola dan kesenjangan penelitian (*research gap*) yang masih ada dalam studi-studi yang telah dipublikasikan. Dengan pendekatan tersebut, hasil kajian diharapkan mampu menghasilkan sintesis ilmiah yang lebih terintegrasi serta memperkuat landasan teoritis mengenai faktor-faktor sosial yang berkontribusi terhadap rendahnya kepercayaan diri pada remaja (Page et al., 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan tahapan seleksi literatur yang dilakukan sesuai dengan panduan PRISMA, diperoleh sejumlah sumber yang memenuhi kriteria dan ditetapkan sebagai bahan kajian dalam penelitian ini. Rincian sumber literatur yang digunakan dalam proses analisis disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Daftar Sumber Literatur yang Digunakan dalam Kajian

No.	Penulis	Jurnal	Fokus Kajian
1	(Munthe et al., 2025)	Jurnal Kesehatan Tambusan	Dampak <i>bullying</i> terhadap kepercayaan diri remaja.
2	(Salsabila et al., 2025)	Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat	Pola asuh keluarga
3	(Sahroni et al., 2023)	Jurnal Bimbingan dan Konseling	Penggunaan media sosial
4	(Oktavianto et al., 2023)	Surya Medika: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Masyarakat	<i>Bullying</i> remaja
5	(Sitanggang et al., 2025)	Jurnal Pendidikan : SEROJA	Teman sebaya
6	(Assan et al., 2024)	Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora	<i>Cyberbullying</i>
7	(Kesari & Valentina, 2024)	Jurnal Psikologi Udayana	Dinamika keluarga
8	(Julfani & Mirzaya, 2023)	Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal	Interaksi sosial teman sebaya
9	(Ayu & Muhid, 2022)	Jurnal Tematik	Dukungan sosial
10	(Aprilia et al., 2020)	Jurnal Of Nursing Care	Kecanduan media sosial
11	(Pratama et al., 2021)	Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat	Interaksi teman sebaya
12	(Bachri et al., 2021)	Jurnal Salingka Abdimas	Pencegahan <i>bullying</i>

13	(Permata & Nasution, 2022)	Jurnal Pendidikan	<i>Bullying</i> terhadap teman sebaya
14	(Heng et al., 2020)	Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni	Pola asuh orang tua
15	(Sormin et al., 2024)	Innovative : Journal Of Social Science Research	Pola asuh di era digital
16	(Andangjati et al., 2021)	Jurnal Mimbar Ilmu	Interaksi sosial teman sebaya
17	(Anggraini & Aini, 2024)	Enfermeria Ciencia Publikasi Ilmiah Hasil Kegiatan Penelitian Dalam Bidang Kesehatan	Konformitas teman sebaya
18	(Meilani & Tobing, 2023)	Innovative : Journal Of Social Science Research	Dampak konformitas teman sebaya
19	(Rizki & Akbar, 2020)	Jurnal Keperawatan Sriwijaya	Faktor-faktor perilaku <i>bullying</i>
20	(Sa'idah et al., 2025)	Attending : Jurnal bimbingan dan konseling	Kecenderungan People Pleaser
21	(Rahmayanti et al., 2024)	Journal Of Healthcare Technology and Medicine	Kelekatan orang tua dan teman sebaya
22	(Anjani et al., 2022)	Share Social Work Journal	Faktor sexting remaja
23	(Baba & Mootalu, 2023)	Jiva : Journal of Behaviour and Mental Health	Relasi teman sebaya
24	(Sari et al., 2021)	Indonesian Journal Of Guidance and Counseling : Theory and Application	Penerapan konseling REBT
25	(Madani & Tobing, 2024)	Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat	Harga diri, penerimaan diri, dan kecemasan sosial
26	(Saputro & Sugiarti, 2021)	Philanthropy Journal of Psychology	Dukungan sosial teman sebaya
27	(Zuroida & Kusnadi, 2022)	Idea : Jurnal Psikologi	Body image perilaku <i>bullying</i>
28	(Aliim & Darwis, 2024)	Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik	Karakter Remaja dalam Perspektif Ekologi Bronfenbrenner
29	(Rosmalina & Khaerunnisa, 2021)	Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal	Penggunaan media sosial
30	(Syifa & Irwansyah, 2022)	Buana komunikasi : Jurnal Penelitian dan Studi Ilmu Komunikasi	Dampak media sosial
31	(Astaningtias & Andhini, 2023)	Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi, dan Kesehatan (J-P3K)	Intensitas penggunaan media sosial
32	(Rahmaniyah & Setiana, 2025)	Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling dan Psikoterapi Islam	Peran guru bk meningkatkan kepercayaan diri
33	(Puspasari, 2023)	Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi	Konseling dan percaya diri remaja Panti
34	(Ramadani et al., 2024)	Innovative : Journal Of Social Science Research	Ekologi perkembangan bakat
35	(Istyawan et al., 2023)	Jurnal Litbang Sukowati : Media Penelitian dan Pengembangan	Ekologi keluarga dalam pemulihan adiksi narkotika

Berdasarkan Tabel 1, hasil sintesis terhadap berbagai sumber literatur yang dianalisis, diperoleh lima tema utama faktor sosial yang secara konsisten berkontribusi terhadap rendahnya kepercayaan diri pada remaja. Ringkasan hasil sintesis tematik tersebut, yang meliputi mekanisme pengaruh, dampak yang ditimbulkan, serta sumber literatur pendukung, disajikan secara sistematis pada Tabel 2.

Tabel 2. Sintesis Tematik Faktor Sosial Penyebab Rendahnya Kepercayaan Diri Remaja

Faktor Sosial	Mekanisme Pengaruh	Dampak pada Kepercayaan Diri	Sumber Literatur
Lingkungan Pertemanan	Tekanan teman sebaya, konformitas, interaksi sosial, serta kebutuhan akan penerimaan sosial	Minder, ketergantungan pada penilaian orang lain, menarik diri, dan kehilangan kepercayaan diri	(Sitanggang et al., 2025); (Julfani & Mirzaya, 2023); (Pratama et al., 2021); (Yuliani, Syahriman & Shintia, 2020); (Anggraini & Aini, 2024); (Meilani & Tobing, 2023); (Baba & Mootalu, 2023); (Saputro & Sugiarti, 2021); (Sa'idah et al., 2025)
Dinamika Keluarga	Pola asuh, kelekatan orang tua, komunikasi keluarga, serta dukungan emosional dalam keluarga	Kurangnya rasa dihargai, self-esteem rendah, dan rendahnya kepercayaan diri	(Salsabila et al., 2025); (Kesari & Valentina, 2024); (Heng et al., 2020); (Sormin et al., 2024); (Rahmayanti et al., 2024); (Istyawan et al., 2023)
Pengalaman <i>Bullying</i>	Kekerasan verbal, fisik, sosial, serta internalisasi label negatif akibat perlakuan berulang	Trauma, kecemasan, depresi, dan penurunan signifikan kepercayaan diri	(Munthe et al., 2025); (Oktavianto et al., 2023); (Permata & Nasution, 2022); (Bachri et al., 2021); (Rizki & Akbar, 2020); (Zuroida & Kusnadi, 2022)
Paparan Media Sosial	Intensitas penggunaan, perbandingan sosial, validasi sosial, serta paparan konten ideal	Body image negatif, ketidakpuasan diri, ketergantungan, dan rendahnya kepercayaan diri	(Sahroni et al., 2023); (Aprilia et al., 2020); (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021); (Astaningtias & Andhini, 2023); (Anjani et al., 2022)
Interaksi di Sekolah	Hubungan dengan guru dan teman, tekanan akademik, serta intervensi konseling di sekolah	Takut berpendapat, kurang percaya diri dalam akademik dan sosial	(Assan et al., 2024); (Ayu & Muhid, 2022); (Sari et al., 2021); (Rahmaniyah & Setiana, 2025); (Puspasari, 2023); (Ramadani et al., 2024); (Aliim & Darwis, 2024)

Berdasarkan hasil yang disajikan pada Tabel 2, kelima faktor sosial tersebut menunjukkan kontribusi yang konsisten terhadap rendahnya kepercayaan diri pada remaja, meskipun masing-masing faktor memiliki tingkat pengaruh dan mekanisme yang berbeda. Penjelasan lebih lanjut mengenai temuan kajian pada setiap tema diuraikan pada bagian berikut.

Faktor 1: Lingkungan Pertemanan

Lingkungan pertemanan merupakan salah satu faktor sosial yang memiliki peran penting dalam pembentukan kepercayaan diri remaja. Berdasarkan hasil kajian literatur, tekanan dari teman sebaya, tuntutan untuk berkonformitas, serta kebutuhan akan penerimaan sosial menjadi aspek utama yang memengaruhi kondisi psikologis remaja. Dalam proses interaksi sosial, remaja cenderung menyesuaikan diri dengan kelompoknya agar dapat diterima, sehingga dalam beberapa kondisi mereka mengabaikan identitas diri yang sebenarnya (Sitanggang et al., 2025; Julfani & Mirzaya, 2023)

Tekanan untuk mengikuti standar kelompok tersebut dapat menimbulkan perasaan tidak aman, terutama ketika remaja merasa tidak mampu memenuhi ekspektasi sosial yang berlaku. Situasi ini dapat memicu munculnya rasa minder, ketergantungan terhadap penilaian orang lain, serta kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial (Pratama et al., 2021; Meilani & Tobing, 2023). Selain itu, interaksi sosial yang kurang suportif juga berpotensi memperkuat persepsi negatif terhadap diri sendiri, yang pada akhirnya berkontribusi pada menurunnya kepercayaan diri remaja (Baba & Mootalu, 2023; Saputro & Sugiarti, 2021)

Lebih lanjut, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tingginya kebutuhan akan penerimaan sosial membuat remaja rentan mengalami ketergantungan emosional terhadap kelompok pertemanannya. Ketika kebutuhan akan penerimaan tersebut tidak terpenuhi, remaja cenderung mengalami penurunan kepercayaan diri secara signifikan serta kesulitan dalam membangun konsep diri yang positif (Anggraini & Aini, 2024; Sa'idah et al., 2025). Dengan demikian, lingkungan pertemanan tidak hanya berfungsi sebagai ruang interaksi sosial, tetapi juga sebagai faktor yang dapat memperkuat maupun melemahkan kepercayaan diri remaja, tergantung pada kualitas hubungan yang terbentuk di dalamnya.

Faktor 2: Dinamika Keluarga

Dari berbagai penelitian, terlihat bahwa dinamika keluarga punya peran besar dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Salah satu yang paling berpengaruh adalah pola asuh orang tua. Kalau pola asuhnya kurang suportif, remaja bisa merasa tidak dihargai dan jadi sulit untuk mengekspresikan diri. Akibatnya, kepercayaan diri mereka bisa ikut menurun (Salsabila et al., 2025; Heng et al., 2020). Selain itu, kedekatan emosional antara orang tua dan anak juga penting banget. Remaja yang punya hubungan hangat dengan orang tua biasanya merasa lebih aman secara psikologis. Rasa aman ini bikin mereka jadi lebih percaya diri saat berinteraksi dengan orang lain (Rahmayanti et al., 2024).

Komunikasi dalam keluarga juga sangat berpengaruh. Apabila komunikasi berjalan dengan baik, terbuka, dan saling mendukung, remaja akan merasa didengar dan dihargai. Tapi jika yang sering muncul justru kritik atau perbandingan, hal itu bisa bikin kepercayaan diri mereka turun (Kesari & Valentina, 2024). Di era digital sekarang, peran orang tua juga jadi semakin penting. Kalau orang tua kurang terlibat dalam kehidupan anak, remaja cenderung mencari pengakuan dari luar, seperti dari teman atau media sosial. Sayangnya, hal ini belum tentu berdampak baik bagi kepercayaan diri mereka (Sormin et al., 2024). Karena itu, keluarga yang bisa memberikan dukungan, perhatian, dan suasana yang nyaman sangat dibutuhkan. Lingkungan keluarga yang seperti ini bisa jadi “tempat aman” bagi remaja untuk berkembang dan membangun kepercayaan diri mereka (Istyawan et al., 2023).

Faktor 3: Pengalaman *Bullying*

Pengalaman *bullying* memiliki pengaruh yang besar terhadap kepercayaan diri remaja. *Bullying* tidak hanya berupa kekerasan fisik, tetapi juga bisa berupa ejekan, hinaan, atau pengucilan. Jika hal ini terjadi terus-menerus, remaja bisa mulai menerima dan mempercayai hal-hal negatif yang ditujukan kepadanya.

Munthe et al., (2025) menjelaskan bahwa korban *bullying* biasanya mengalami penurunan kepercayaan diri karena tekanan psikologis yang berlangsung terus-menerus. Hal ini sejalan dengan Oktavianto et al., (2023) yang menyebutkan bahwa *bullying* membuat remaja merasa takut, cemas, dan tidak nyaman saat berinteraksi dengan orang lain, sehingga kepercayaan dirinya ikut menurun. Permata & Nasution, (2022) menyampaikan bahwa *bullying* dapat membuat remaja merasa tidak berharga dan bahkan berisiko mengalami depresi. Rizki & Akbar, (2020) juga menemukan bahwa korban *bullying* sering kesulitan membangun hubungan sosial yang sehat, sehingga kepercayaan dirinya semakin rendah.

Zuroida & Kusnadi (2022) menjelaskan bahwa *bullying*, terutama dalam bentuk verbal, dapat memengaruhi cara remaja memandang dirinya sendiri, termasuk citra tubuh dan konsep diri. Ejekan yang diterima secara berulang dapat membuat korban mulai menganggap hal tersebut sebagai kebenaran. Sementara itu, Bachri et al. (2021) menekankan bahwa kurangnya



penanganan *bullying* di sekolah dapat memperburuk dampak psikologis yang dialami korban. *Bullying* tidak hanya berdampak pada saat kejadian berlangsung, tetapi juga dapat memengaruhi cara remaja melihat dirinya dalam jangka panjang. Karena itu, diperlukan upaya pencegahan dan penanganan yang serius agar kasus *bullying* dapat berkurang dan remaja bisa kembali membangun kepercayaan dirinya.

Faktor 4: Paparan Media Sosial

Paparan media sosial juga punya pengaruh besar terhadap kepercayaan diri remaja. Ini bukan cuma soal seberapa sering mereka membuka media sosial, tapi juga apa yang mereka lihat dan lakukan di sana. Misalnya, kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain, merasa harus mendapatkan like atau komentar, sampai melihat konten yang menampilkan kehidupan atau penampilan yang terlihat “sempurna”.

Sahroni et al. (2023) menjelaskan bahwa semakin sering remaja menggunakan media sosial, semakin besar kemungkinan mereka terpapar standar hidup dan penampilan yang tidak realistis. Akibatnya, mereka jadi sering membandingkan diri dengan orang lain. Hal ini juga didukung oleh (Aprilia et al., 2020; Assan et al., 2024) yang mengatakan bahwa kebiasaan membandingkan diri seperti ini bisa membuat remaja merasa dirinya kurang dalam banyak hal, baik dari segi penampilan maupun pencapaian.

Rosmalina & Khaerunnisa (2021) menambahkan bahwa banyak remaja jadi terlalu bergantung pada validasi dari media sosial, seperti jumlah like atau komentar. Kalau respons yang didapat sedikit atau tidak sesuai harapan, mereka bisa merasa kurang percaya diri atau tidak cukup baik. Selain itu, konten-konten yang terlihat “sempurna” di media sosial juga bisa memengaruhi cara remaja melihat dirinya sendiri. (Astaningtias & Andhini, 2023; Syifa & Irwansyah, 2022) menjelaskan bahwa hal ini bisa membuat remaja merasa tidak puas dengan dirinya, terutama dengan bentuk tubuh atau penampilan. Lama-lama, mereka bisa merasa bahwa mereka tidak sebagus orang lain yang ada di media sosial.

Anjani et al., (2022) juga menyebutkan bahwa kondisi ini bisa membuat remaja semakin bergantung pada media sosial untuk merasa dihargai. Jadi, rasa percaya diri mereka jadi mudah naik turun, tergantung pada respons orang lain di dunia online. Media sosial bisa berdampak besar pada cara remaja menilai dirinya sendiri. Kalau tidak digunakan dengan bijak, media sosial justru bisa membuat remaja lebih sering merasa kurang percaya diri.

Faktor 5: Interaksi di Sekolah

Interaksi di lingkungan sekolah merupakan salah satu faktor sosial yang berperan penting dalam pembentukan kepercayaan diri remaja. Berdasarkan hasil kajian literatur, hubungan antara siswa dengan guru maupun teman sebaya, tekanan akademik, serta peran layanan bimbingan dan konseling menjadi aspek utama yang memengaruhi kondisi psikologis remaja. Lingkungan sekolah yang kurang suportif, baik dari segi relasi sosial maupun sistem pembelajaran, dapat menimbulkan perasaan tidak aman serta keraguan terhadap kemampuan diri (Assan et al., 2024; Ayu & Muhid, 2022).

Hubungan yang kurang harmonis dengan guru maupun teman sebaya dapat menghambat partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran. Remaja cenderung merasa takut untuk menyampaikan pendapat, kurang percaya diri dalam mengemukakan ide, serta mengalami kecemasan dalam situasi akademik (Sari & Ariani, 2021; Puspasari, 2023). Selain itu, tekanan akademik yang tinggi, seperti tuntutan pencapaian nilai dan persaingan di sekolah,



juga dapat memperburuk kondisi tersebut, terutama pada siswa yang memiliki kemampuan adaptasi yang relatif rendah (Rahmaniyah & Setiana, 2025; Ramadani et al., 2024).

Di sisi lain, keberadaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peran strategis dalam membantu siswa mengatasi permasalahan kepercayaan diri. Intervensi yang tepat dapat membantu siswa mengenali potensi diri, mengelola emosi, serta membangun rasa percaya diri, baik dalam aspek akademik maupun sosial (Aliim & Darwis, 2024). Dengan demikian, lingkungan sekolah tidak hanya menjadi tempat berlangsungnya proses pembelajaran akademik, tetapi juga merupakan ruang penting yang turut membentuk dan memengaruhi perkembangan kepercayaan diri remaja.

Pembahasan

Berdasarkan hasil sintesis literatur yang disajikan pada Tabel 2, ditemukan lima faktor sosial utama yang secara konsisten berkontribusi terhadap rendahnya kepercayaan diri pada remaja, yaitu lingkungan pertemanan, dinamika keluarga, pengalaman bullying, paparan media sosial, serta interaksi di sekolah. Kelima faktor tersebut tidak hanya memberikan pengaruh secara terpisah, tetapi juga saling berinteraksi dalam membentuk pengalaman sosial dan psikologis remaja. Faktor-faktor tersebut menunjukkan bahwa lingkungan sosial memiliki peran yang sangat besar dalam membentuk cara remaja menilai dan memandang dirinya sendiri. Dengan demikian, rendahnya kepercayaan diri pada remaja dapat dipahami sebagai hasil dari proses yang kompleks dan bersifat multidimensional.

Lingkungan pertemanan memiliki peran penting dalam pembentukan kepercayaan diri remaja. Tekanan teman sebaya, tuntutan untuk berkonformitas, serta kebutuhan akan penerimaan sosial sering mendorong remaja menyesuaikan diri dengan kelompoknya, bahkan terkadang dengan mengesampingkan identitas diri yang sebenarnya (Julfani & Mirzaya, 2023). Ketika remaja merasa tidak mampu memenuhi ekspektasi sosial tersebut, muncul perasaan minder, ketergantungan terhadap penilaian orang lain, serta kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial (Pratama et al., 2021; Meilani & Tobing, 2023). Selain itu, interaksi pertemanan yang kurang suportif dapat memperkuat persepsi negatif terhadap diri sendiri dan semakin menurunkan kepercayaan diri remaja (Baba & Mootalu, 2023; Saputro & Sugiarti, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa kualitas hubungan pertemanan menjadi faktor kunci dalam pembentukan konsep diri remaja.

Dinamika keluarga sebagai lingkungan terdekat memiliki peran yang fundamental dalam perkembangan kepercayaan diri. Pola asuh yang kurang suportif dapat membuat remaja merasa tidak dihargai dan mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri (Salsabila et al., 2025; Heng et al., 2020). Sebaliknya, hubungan emosional yang hangat antara orang tua dan anak mampu menciptakan rasa aman yang mendukung tumbuhnya kepercayaan diri (Rahmayanti et al., 2024). Kualitas komunikasi dalam keluarga juga berpengaruh signifikan; komunikasi yang terbuka dan suportif dapat memperkuat kepercayaan diri, sedangkan komunikasi yang cenderung kritis justru dapat melemahkannya (Kesari & Valentina, 2024; Ngelo, & Tjahjono, 2024). Dalam konteks era digital, kurangnya keterlibatan orang tua juga dapat mendorong remaja untuk mencari validasi dari luar lingkungan keluarga, yang mana dapat berpotensi berdampak negatif terhadap perkembangan kepercayaan diri mereka (Sormin et al., 2024).

Pengalaman *bullying* menjadi faktor yang menunjukkan dampak paling kuat terhadap rendahnya kepercayaan diri remaja. *Bullying* yang terjadi secara berulang, baik dalam bentuk fisik, verbal, maupun sosial, dapat menimbulkan tekanan psikologis yang mendalam dan



berlangsung dalam jangka panjang (Munthe et al., 2025). Korban *bullying* sering mengalami kecemasan, rasa takut, serta penurunan harga diri yang signifikan (Oktavianto et al., 2023). Dalam beberapa kasus, kondisi ini bahkan berkembang menjadi depresi dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial (Permata & Nasution, 2022; Rizki & Akbar, 2020). Internalisasi label negatif yang diterima selama *bullying* juga dapat memengaruhi konsep diri dan citra tubuh remaja (Zuroida & Kusnadi, 2022). Oleh karena itu, *bullying* dapat dipandang sebagai faktor risiko utama yang memerlukan perhatian serius dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri remaja.

Paparan media sosial juga memiliki pengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri remaja, terutama melalui mekanisme perbandingan sosial dan kebutuhan akan validasi eksternal. Remaja yang menggunakan media sosial secara intens cenderung terpapar standar kehidupan dan penampilan yang tidak realistis, sehingga memicu ketidakpuasan terhadap diri sendiri (Aprilia et al., 2020; Sahroni et al., 2023). Ketergantungan pada jumlah *likes* dan komentar sebagai bentuk validasi sosial membuat kepercayaan diri menjadi tidak stabil dan mudah berubah (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021). Selain itu, paparan konten ideal juga dapat memengaruhi citra tubuh dan meningkatkan perasaan tidak cukup baik dibandingkan dengan orang lain (Astaningtias & Andhini, 2023; Syifa & Irwansyah, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa media sosial berperan sebagai faktor eksternal yang memperkuat tekanan sosial dalam kehidupan remaja.

Interaksi di lingkungan sekolah turut berkontribusi dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Hubungan dengan guru dan teman sebaya, serta tekanan akademik, memengaruhi keberanian siswa untuk berpartisipasi dan mengekspresikan diri (Assan et al., 2024; Ayu & Muhid, 2022). Lingkungan sekolah yang kurang suportif dapat membuat siswa merasa takut berpendapat dan kurang percaya diri dalam situasi akademik (Sari & Ariani, 2021; Puspasari, 2023). Tekanan akademik yang tinggi juga dapat memperburuk kondisi tersebut, terutama pada siswa dengan kemampuan adaptasi yang rendah (Rahmaniyah & Setiana, 2025; Ramadani et al., 2024). Namun demikian, layanan bimbingan dan konseling memiliki potensi besar dalam membantu siswa mengembangkan kepercayaan diri melalui intervensi yang tepat (Aliim & Darwis, 2024).

Jika ditinjau dari perspektif ekologi perkembangan, kelima faktor tersebut saling berkaitan dan membentuk suatu sistem yang kompleks. Keluarga sebagai mikrosistem memberikan dasar awal pembentukan kepercayaan diri, yang kemudian dipengaruhi oleh interaksi dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah. Media sosial sebagai konteks yang lebih luas memperkuat proses perbandingan sosial, sementara pengalaman *bullying* dapat menjadi faktor pemicu yang memperparah kondisi psikologis remaja (Assan et al., 2024; Aliim & Darwis, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya kepercayaan diri tidak dapat dipahami secara parsial, melainkan sebagai hasil dari dinamika lingkungan sosial yang saling berhubungan.

Implikasi temuan ini menunjukkan bahwa upaya meningkatkan kepercayaan diri remaja perlu dilakukan melalui pendekatan yang komprehensif dan terpadu. Praktik bimbingan dan konseling di sekolah perlu mengintegrasikan intervensi pada tingkat individu maupun lingkungan sosial, seperti penguatan keterampilan personal, pengembangan hubungan sosial yang sehat, serta peningkatan literasi digital (Puspasari, 2023; Rahmaniyah & Setiana, 2025). Selain itu, keterlibatan keluarga dan sekolah dalam menciptakan lingkungan yang suportif menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan kepercayaan diri remaja secara berkelanjutan.



Meskipun demikian, kajian ini memiliki beberapa keterbatasan. Penelitian bergantung pada ketersediaan sumber literatur, sehingga potensi bias publikasi tidak dapat sepenuhnya dihindari. Selain itu, sebagian besar penelitian yang dianalisis berasal dari konteks Indonesia, sehingga generalisasi temuan ke konteks budaya lain perlu dilakukan secara hati-hati. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengintegrasikan faktor sosial dan faktor individual secara lebih komprehensif agar diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai perkembangan kepercayaan diri remaja.

KESIMPULAN

Kajian literatur sistematis ini berhasil mengidentifikasi dan merangkum lima faktor sosial yang secara konsisten berkontribusi terhadap rendahnya kepercayaan diri pada remaja, yaitu: (1) lingkungan pertemanan yang kurang mendukung; (2) dinamika keluarga yang tidak kondusif; (3) pengalaman *bullying*; (4) paparan media sosial yang berlebihan; serta (5) interaksi di sekolah yang kurang suportif. Kelima faktor tersebut tidak bekerja secara terpisah, melainkan saling berkaitan dan membentuk suatu sistem sosial yang kompleks. Dalam konteks ini, keluarga berperan sebagai fondasi utama dalam perkembangan kepercayaan diri remaja, sementara pengalaman *bullying* cenderung memberikan dampak psikologis yang paling kuat dan bertahan dalam jangka waktu yang lebih lama.

Temuan dalam kajian ini memperkuat relevansi teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner sebagai kerangka konseptual yang komprehensif dalam memahami kepercayaan diri remaja, yang terbentuk melalui interaksi yang saling memengaruhi antara individu dan berbagai lingkungan sosial di sekitarnya. Secara praktis, hasil kajian ini menunjukkan pentingnya penerapan intervensi yang bersifat ekologis dan kolaboratif, yaitu upaya yang melibatkan secara bersamaan peran keluarga, sekolah, serta lingkungan teman sebaya dalam mendukung perkembangan kepercayaan diri remaja.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan adanya studi empiris guna menguji efektivitas program intervensi yang dikembangkan berdasarkan model ekologis yang dihasilkan dalam kajian ini. Selain itu, penelitian longitudinal juga diperlukan untuk memahami bagaimana kepercayaan diri remaja berkembang dan berubah dari waktu ke waktu.

DAFTAR PUSTAKA

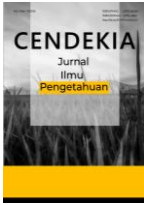
- Aliim, T. F., & Darwis, R. S. (2024). Membangun karakter untuk mengatasi kenakalan remaja melalui pendidikan dengan pendekatan teori ekologi bronfenbrenner. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 6(1), 50-58. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v6i1.53285>
- Andangjati, M. W., Soesilo, T. D., & Windrawanto, Y. (2021). Hubungan antara interaksi sosial teman sebaya dengan penerimaan sosial siswa kelas xi. *Mimbar Ilmu*, 26(1), 167-173. <https://doi.org/10.23887/mi.v26i1.33360>
- Anggraini, M., & Aini, L. N. (2024). Hubungan Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku *Bullying* pada Remaja. *Enfermeria Ciencia*, 2(4), 231-240. <https://doi.org/10.56586/ec.v2i4.63>
- Anjani, F. D., Raharjo, S. T., & Fedryansyah, M. (2022). Faktor Individu Dan Lingkungan Sosial Sebagai Penyebab Perilaku Sexting Di Kalangan Remaja. *Share: Social Work Journal*, 12(1), 12-22. <https://doi.org/10.24198/share.v12i1.33684>
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat kecanduan media sosial pada remaja. *Journal of Nursing Care*, 3(1), 41-53. <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i1.26928>
- Assan, M. C. S., Keraf, M. A., Uda, P. A., & Apriliana, I. P. A. (2024). Pengaruh *Cyberbullying*



- di Media Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Akhir di Kota Kupang. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 2(2), 65-80. <https://doi.org/10.35508/jbkf.v2i2.13689>
- Astaningtias, N. M. I. N., & Andhini, L. P. R. (2023). Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Intensitas Penggunaan Media Sosial Di Era Digital 4.0. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 4(2), 114-120. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v4i2.219>
- Ayu, R., & Muhid, A. (2022). Pentingnya dukungan sosial terhadap kepercayaan diri penyintas bullying: Literature review. *Tematik*, 2(1), 245-251. <https://doi.org/10.26623/tmt.v2i1.4568>
- Baba, M. A., & Mootalu, H. (2023). Pengaruh Relasi Teman Sebaya Terhadap Schadenfreude Pada Remaja. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(2), 144-157. <http://dx.doi.org/10.30984/jiva.v4i2.2845>
- Bachri, Y., Putri, M., Sari, Y. P., & Ningsih, R. (2021). Pencegahan perilaku bullying pada remaja. *Jurnal Salingka Abdimas*, 1(1), 30-36. <https://doi.org/10.31869/jsam.v1i1.2823>
- Heng, P. H., Soetikno, N., & Fahditia, A. (2020). Peranan pola asuh orang tua terhadap kualitas hidup remaja perkotaan. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 4(2), 550-561. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i2.6599.2020>
- Istyawan, M., Hanita, M., & Utami, D. S. (2023). Analisis Ketahanan Keluarga Dalam Pemulihan Adiksi Narkotika Melalui Pendekatan Ekologi Keluarga. *Jurnal Litbang Sukowati: Media Penelitian Dan Pengembangan*, 7(1), 139-48. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v7i1.406>
- Julfani, L., & Mirzaya, I. (2023). Dampak Program Keluarga Harapan (PKH) terhadap Peningkatan Kesejahteraan Keluarga Miskin di Kelurahan Kerasaan I Kecamatan Pematang Bandar Kabupaten Simalungun. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 5(6), 42-58. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v5i6.270>
- Kesari, A. A. I. I., & Valentina, T. D. (2022). Dinamika psikologis remaja yang mengalami kekerasan emosional dalam keluarga. *Jurnal Psikologi Udayana*, 9(2). <https://doi.org/10.24843/JPU.2022.v09.i02.p09>
- Madani, D. A., & Tobing, D. L. (2024). Harga Diri, Penerimaan Diri, dan Kecemasan Sosial pada Remaja di Panti Asuhan "X" Cirebon. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 7-13. <https://doi.org/10.52022/jikm.v16i1.571>
- Meilani, K., & Tobing, D. H. (2023). Dampak konformitas teman Sebaya pada Remaja: Systematic review. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 2544-2559. <https://doi.org/10.56586/ec.v2i4.63>
- Munthe, S., Anhar, I., & Amos, J. (2025). Bullying mahasiswa Poltekkes Kemenkes Padang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2), 8016-8024. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.45671>
- Ngelo, L. S. M., & Tjahjono, E. (2024). Dinamika Psikologis Remaja yang Mengalami Kekerasan Di Dalam Hubungan Berpacaran. *Psycho Idea*, 22(1), 59-67. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v22i1.18804>
- Oktavianto, E., Melinda, D. W., & Timiyatun, E. (2023). Kejadian bullying dan kepercayaan diri pada remaja. *Surya Medika: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 18(1), 140-147. <https://doi.org/10.32504/sm.v18i1.745>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *bmj*, 372. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>



- Permata, J. T., & Nasution, F. Z. (2022). Perilaku *Bullying* Terhadap Teman Sebaya Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 614–620. <https://doi.org/10.56248/educativo.v1i2.83>
- Pratama, I. G. E., Triana, K. Y., & Martini, N. M. D. A. (2021). Interaksi teman sebaya berpengaruh terhadap perilaku merokok remaja kelas IX di SMP Dawan Klungkung. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 152-160. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.761>
- Puspasari, K. D. (2023). Meningkatkan kepercayaan diri di sekolah pada remaja panti asuhan melalui konseling kelompok perilaku. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 11(4), 156-160. <https://doi.org/10.22219/procedia.v11i4.25195>
- Rahmaniyah, Z. A., & Setiana, W. (2025). Peran Guru BK dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 12(2), 223–242. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v12i2.39311>
- Rahmayanti, K., Herawati, H., Sofia, M., & Purba, W. A. (2024). Analisis Kelekatan Orangtua, Kelekatan Teman Sebaya, Self Control, Dan Self-Esteem Terhadap Agresivitas Remaja. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 10(1), 714-724. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v10i1.4151>
- Ramadani, F. A., Erlangga, E., & Sugiarti, R. (2024). Ekologi Perkembangan Bakat Pada Siswa Broken Home SMK Negeri. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 9867-9882. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.11411>
- Rizki, F., & Akbar, M. A. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku *Bullying* Pada Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Di Bandar Lampung. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 7(1), 26-33. <https://doi.org/https://doi.org/10.32539/JKS.v7i1.12221>
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan media sosial dalam kesehatan mental remaja. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49-58. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>
- Sahroni, I., Daulay, A. A., Fajariah, I. S., & Alvi, I. (2023). Penggunaan Media Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Remaja: The Use Of Social Media On Adolescent Self Confidence. *Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 96-102. <https://doi.org/10.33084/suluh.v8i2.4499>
- Sa'idah, I., & Annajih, M. Z. H. (2025). Memahami Kecenderungan People Pleaser pada Remaja: Studi Kasus Siswa Sekolah Menengah Pertama. *ATTENDING: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 1-9. <https://doi.org/10.32505/attending.v2i1.11403>
- Salsabila, Z. D. A. P., Ardian, I., Nu'im Haiya, N., & Rismatul Azizah, I. (2025). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Tingkat Kepercayaan Diri Remaja : Relationship Between Parenting Styles And The Lever Of Self-Confidence Of Adolescents. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 3(2), 134–138. <https://doi.org/10.35473/jkbs.v3i2.3869>
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1), 59-72. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3270>
- Sari, W. K., & Ariani, W. A. (2021). Penerapan Konseling REBT Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application: Vol*, 10(2), 60-66. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v10i1.40149>
- Sitanggang, M. N. L., Purba, R., Ginting, L., & Saragih, G. (2025). Self-confidence viewed from the intensity of social media use in the digital 4.0 era. *Seroja: Jurnal Pendidikan*,



- 4(1), 151–159. <https://jurnal.anfa.co.id/index.php/seroja/article/view/2896>
- Sormin, N., Purnomo, D. N. D., Sari, D. P., Fitriani, Y., Putri, T. A., Sabillah, L. A., ... & Maharani, R. (2024). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Menyimpang Anak Remaja Di Era Digital. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(6), 4752-4762. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i6.16932>
- Syifa, A. N., & Irwansyah, I. (2022). Dampak Media Sosial Instagram terhadap Kepercayaan Diri Anak Remaja. *Buana Komunikasi (Jurnal Penelitian dan Studi Ilmu Komunikasi)*, 3(2), 102-116. <https://doi.org/10.32897/buanakomunikasi.2022.3.2.2162>
- Yuliani, M. T., Syahrman, S., & Sinthia, R. (2020). Hubungan antara interaksi sosial teman sebaya dengan penerimaan sosial siswa kelas XI IPA SMA Negeri 09 Kota Bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 3(2), 182-189. <https://doi.org/10.33369/consilia.2.3.245-253>
- Zuroida, A., & Kusnadi, S. K. (2022). Body Image Dengan Perilaku *Bullying* Pada Remaja. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(2), 88–99. <https://doi.org/10.32492/idea.v5i2.5203>