

**PERAN *FEAR OF NEGATIVE EVALUATION*  
TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA  
REMAJA YANG MELAKUKAN DIET**



**SKRIPSI**

**OLEH :**

**RATU FEMY ENDAH PRATIWI**

**04041381823052**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2022**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PERAN *FEAR OF NEGATIVE EVALUATION* TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADAREMAJA YANG MELAKUKAN DIET**

**SKRIPSI**

Dipersiapkan dan disusun oleh  
**RATU FEMY ENDAH PRATIWI**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 21 Juli 2022

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing I



M Zainal Fikri, S.Psi.,MA  
NIP. 198108132015104101

Pembimbing II



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi.,M.si  
NIP 197805212002122004

Penguji I



Marisya Pratiwi, M.Psi.,Psikolog  
NIP 198703192019032010

Penguji II



Yeni Anna Appulembang, S.Psi.,M.A.,Psy  
NIP 198409222018032001

Mengetahui

Ketua Badan Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP 197805212002122004

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**UJIAN SKRIPSI**

**Nama** : Ratu Femy Endah Pratiwi  
**NIM** : 04041381823052  
**Program Studi** : Psikologi  
**Fakultas** : Kedokteran  
**Judul Skripsi** : Peran *Fear of Negative Evaluation* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Yang Melakukan Diet

Indralaya, 14 Juli 2022

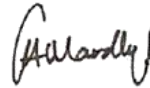
Menyetujui,

Dosen Pembimbing I



M Zainal Fikri, S.Psi., MA  
NIP. 198108132015104101

Dosen Pembimbing II



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

Mengetahui,



Ketua Bagian  
Program Studi Psikologi

Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atas diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Palembang, 14 Juli 2022



Ratu Femy Endah Pratiwi

NIM. 04041381823052

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Peneliti mempersembahkan hasil penelitian skripsi ini dan mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak dan Ibu karena telah memberikan dukungan dan perhatian kepada saya. Terima kasih telah selalu mendoakan kesuksesan saya. Skripsi ini saya persembahkan untuk orang tua saya sebagai bukti bahwa Bapak dan Ibu telah berhasil mendidik anaknya dengan baik.
2. Keluarga dan teman-teman saya. Terimakasih banyak saya ucapkan kepada mama, adik-adik saya, binda, teman-teman terdekat, rekan kerja, teman-teman myday, mami myday, gdm prik dan besang yang telah membantu dan memberi dukungan kepada saya dalam proses penyelesaian skripsi ini.
3. Diri sendiri, Ratu Femy Endah Pratiwi, Femy. Terimakasih karena telah mampu bertahan sampai akhir, terimakasih karena memilih untung melawan semua rintangan walau hampir memilih untuk menyerah.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti haturkan kepada Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat dan berkah-Nya sampai saat ini sehingga peneliti dapat membuat dan menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul **“Peran *Fear of Negative Evaluation Terhadap Body Dissatisfaction Pada Remaja yang Melakukan Diet*”**.

Pada proses pengerjaan tugas akhir skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan ilmu-ilmu baru. Peneliti juga dibantu dan dibimbing oleh banyak pihak sampai pada akhirnya peneliti berhasil menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Anis Saggaf, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya
2. dr. H. Syarif Husin, M.S., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
3. Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., MA, selaku Kepala Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
4. Rosada Dwi Iswari, M. Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan dosen pembimbing akademik
5. M Zainal Fikri, S.Psi.,MA, Psikolog, selaku pembimbing I
6. Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., MA, selaku pembimbing II
7. Para dosen dan staff di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
8. Semua pihak yang membantu pelaksanaan penelitian ini

Peneliti menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dalam pengerjaan tugas akhir skripsi ini, sehingga saran dan kritik diperlukan untuk menjadi lebih baik kedepan. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi banyak orang.

Inderalaya , 14 Juli 2022

Ratu Femy Endah Pratiwi

NIM. 04041181823074

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
ABSTRAK .....	xiv

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian .....	8

### BAB II LANDASAN TEORI

A. <i>Body Dissatisfaction</i> .....	14
B. <i>Fear of Negative Evaluation</i> .....	20



C. Peran <i>Fear of Negative Evaluation</i> Terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> .....	24
D. Kerangka Berpikir .....	27
E. Hipotesis Penelitian .....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	29
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	30
D. Metode Pengumpulan Data .....	33
E. Validitas dan Reliabilitas .....	37
F. Metode Analisis Data .....	38
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Orientasi Kancuh Penelitian .....	40
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian .....	42
C. Hasil Penelitian .....	52
D. Hasil Analisis Tambahan .....	69
E. Pembahasan .....	62
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	66
B. Saran .....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	27
------------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Dissatisfaction</i> .....	34
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i> .....	36
Tabel 3.3 Bobot Skor Pernyataan .....	36
Tabel 4.1 Distribusi Skala <i>Body Dissatisfaction</i> Setelah Uji Coba .....	45
Tabel 4. 2 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Body Dissatisfaction</i> .....	46
Tabel 4. 3 Distribusi Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i> Setelah Uji Coba ....	48
Tabel 4. 4 Distribusi Skala Penomoran Baru Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i> .....	48
Tabel 4. 5 Jumlah Subjek Uji Coba .....	55
Tabel 4. 6 Jumlah Subjek Penelitian .....	51
Tabel 4. 7 Deskripsi Usia Subjek Penelitian .....	52
Tabel 4. 8 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian .....	53
Tabel 4. 9 Deskripsi Pendidikan Terakhir Subjek Penelitian .....	53
Tabel 4.10 Deskripsi Data Penelitian .....	54
Tabel 4. 11 Formulasi Kategorisasi .....	55
Tabel 4. 12 Kategorisasi <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Subjek Penelitian .....	55
Tabel 4. 13 Kategorisasi <i>Fear of Neagtive Evaluation</i> Pada Subjek Penelitian .....	56

<b>Tabel 4. 14 Rangkuman Hasil Uji Normalitas Variabel .....</b>	<b>57</b>
<b>Tabel 4. 15 Rangkuman Hasil Analisis Linearitas .....</b>	<b>58</b>
<b>Tabel 4. 16 Rangkuman Hasil Uji Hipotesis .....</b>	<b>59</b>
<b>Tabel 4. 17 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia Subjek .....</b>	<b>60</b>
<b>Tabel 4. 18 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek ...</b>	<b>61</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A .....	76
LAMPIRAN B .....	87
LAMPIRAN C .....	95
LAMPIRAN D .....	120
LAMPIRAN E .....	126
LAMPIRAN F .....	134
LAMPIRAN G .....	137
LAMPIRAN H .....	145

## PERAN FEAR OF NEGATIVE EVALUATION TERHADAP BODY DISSATISFACTION PADA REMAJA YANG MELAKUKAN DIET

Ratu Femy Endah Pratiwi<sup>1</sup>, M. Zainal Fikri<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *fear of negative evaluation* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja yang melakukan diet. Hipotesis dari penelitian ini adalah ada peran *fear of negative evaluation* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja yang melakukan diet.

Penelitian ini menggunakan responden sebanyak 191 orang remaja yang sedang melakukan diet, serta menggunakan 55 responden remaja yang sedang melakukan diet untuk uji coba. Teknik *sampling* yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *body dissatisfaction* yang mengacu pada aspek-aspek dari Rosen, Reiter & Orosan (1995) dan menggunakan skala baku *Fear of Negative Evaluation (FNE) Scale* yang dibuat oleh David Watson and Ronald Friend (1969)

Analisis data menggunakan teknik *simple regression*. Dari hasil analisis tersebut menunjukkan data nilai R square sebesar 0,242, nilai F sebesar 60,206 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,005$ ). Hal ini menunjukkan bahwa *fear of negative* memiliki peran yang signifikan terhadap *body dissatisfaction*. Dengan demikian hipotesis penelitian ini dapat diterima dimana kontribusi *fear of negative evaluation* terhadap *body dissatisfaction* sebesar 24,2%.

**Kata Kunci :** *Body Dissatisfaction, Fear of Negative*

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

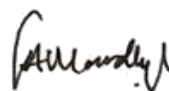
<sup>2</sup>Dosen Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I



M Zainal Fikri, S.Psi., MA  
NIP. 198108132015104101

Dosen Pembimbing II



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP 197805212002122004



# THE ROLE OF FEAR OF NEGATIVE EVALUATION ON BODY DISSATISFACTION ON ADOLESCENTS WHO ARE ON DIET

Ratu Femy Endah Pratiwi<sup>1</sup>, M. Zainal Fikri<sup>2</sup>

## ABSTRACT

*The aim of the study is determining whether there is a role of fear of negative evaluation toward body dissatisfaction on adolescents who are on diet. This study hypothesizes that there is a role of fear of negative evaluation toward body dissatisfaction on adolescents who are on diet.*

*This study used 191 adolescents who are on diet, also used 55 adolescents who are on diet as the trial participants. The sampling technique was purposive sampling. The study measurements are body dissatisfaction scale refer to aspects by Rosen, Reiter & Orosan (1995) and fear of negative evaluation standart scale by David Watson and Ronald Friend (1969).*

*Data analysis used simple regression. The result of simple regression shows  $R\text{ square} = 0,242$ ,  $F = 60,206$   $p = 0,000$  ( $p < 0,005$ ). This means that fear of negative evaluation has a significant role toward body dissatisfaction. Thus, the hypothesis could be accepted and self compassion contribution toward shame is 24,2%.*

**Keyword** : *Body Dissatisfaction, Fear of Negative*

---

<sup>1</sup>Student of Psychology Programme of MedicalDepartement, Sriwijaya University

<sup>2</sup>Lecture of Psychology Programme of MedicalDepartment, Sriwijaya University

Dosen Pembimbing I



M Zainal Fikri, S.Psi., MA  
NIP. 198108132015104101

Dosen Pembimbing II



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.si  
NIP 197805212002122004



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja dianggap sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa (Jahja, 2011). Pada masa remaja, mereka mengalami perubahan, baik secara fisik maupun psikis (Safitri, A. O., Novrianto, R., & Maretih, A. K. E, 2020). Dimana perubahan secara fisik pada remaja terjadi berupa perubahan hormonal (Santrock, 2013) dan secara psikologis berupa adanya perubahan dan tuntutan sosial pada remaja (Hurlock, 2011) perubahan psikologis remaja menggambarkan adanya perubahan pada remaja untuk bisa diterima di kelompok sosial baik itu keluarga, sekolah dan masyarakat (Husna, 2013). Hal ini bertujuan agar remaja dapat berinteraksi dan beradaptasi yang seimbang antara diri dan kesempatan ataupun hambatan di dalam lingkungan (Putri, 2013).

Remaja ingin berpenampilan menarik agar dapat diterima oleh kelompok sosialnya (Yuliantari dan Herdiyanto2015). Menurut Anindita (2021), penampilan menarik diidentikkan dengan bentuk tubuh yang ideal, yaitu bentuk tubuh yang proporsional antara tinggi dan berat badan. Bagi remaja, penampilan digunakan sebagai aset untuk menarik perhatian orang-orang di sekitarnya dan perhatian lawan jenis, sehingga menimbulkan keinginan untuk terlihat menarik (Anindita2021). Selain itu, kaum muda menyadari bahwa orang yang berpenampilan menarik cenderung diperlakukan lebih baik dalam kehidupan publik daripada orang yang tidak menarik (Hurlock, 2011). Maka dari itu, jika



penampilan fisik yang diinginkan tidak tercapai maka akan menyebabkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang mengakibatkan kecemasan, gangguan mental seperti *body dysmorphic disorder*, *anoreksia nervosa*, *bulimia nervosa* (Quamila, 2017).

Ketidakpuasan bentuk tubuh, atau yang biasa disebut *body dissatisfaction*, didefinisikan sebagai berpaknya pikiran negatif, perasaan, penilaian tetap, dan rasa malu tentang penampilan dalam situasi sosial (Rosen, Reiter, & Orosan, 1995). Adapun menurut Rosen, Reiter & Orosan (1995), aspek *body dissatisfaction* adalah penilaian negatif terhadap tipe tubuh, dengan kata lain, orang yang tidak puas dengan tubuhnya menilai tipe tubuhnya secara negatif. Malu terhadap penampilan fisik dalam situasi sosial, yaitu adanya rasa malu tentang penampilan fisik dalam situasi sosial. *Body checking* adalah pemeriksaan fisik berulang, seperti melihat diri sendiri di cermin dan menimbang diri sendiri. *Body Camouflaging* atau penyamaran tubuh, seorang individu menyamarkan bentuk tubuhnya dari keadaan yang sebenarnya. Hal ini dilakukan untuk menenangkan pikiran ketika seseorang tidak puas dengan tubuhnya. Penghindaran Situasi Sosial, yaitu ketika individu tidak puas dengan tipe tubuh individu mereka, umumnya menghindari situasi sosial karena penampilan mereka.

Terkait dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja, menurut penelitian yang dilakukan Safarina dan Rahayu (2014) tentang *body dissatisfaction* pada remaja, 37 dari 39 remaja Bandung yang dijadikan subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya secara fisik dan menilai negatif bentuk tubuh mereka secara keseluruhan ataupun bagian tubuh mereka. Mereka

malu dengan bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial, mereka sering memeriksa bentuk tubuh mereka dengan melihat ke cermin dan menimbang berat badan, mereka juga memeriksa tubuh sendiri, mengenakan pakaian berwarna gelap untuk mencoba menyamarkan bentuk tubuh, remaja juga menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain. Selain itu, di Jakarta, Herawati (2003) menemukan bahwa perempuan berusia 18 sampai 25 tahun secara fisik tidak puas dengan total 40%.

Menurut Ramadhani (2014), 51,2% siswa SMA Semarang merasa tidak puas dengan penampilannya, dan ketidakpuasan fisik ini meliputi kelompok ketidakpuasan tubuh ringan, sedang, dan berat, dan berat subjek berada dari kelompok status gizi *underweight*, *normal*, dan *overweight*. Kedua, ketidakpuasan fisik sedang sebagian besar terlihat pada orang yang memiliki berat badan lebih dan bergizi baik, dan ketidakpuasan yang parah lebih banyak ditemui pada individu dengan berat badan berlebih dan diberi makan secara normal (Ramadhani, 2014). Penelitian lain yang pernah dilakukan oleh Slater & Tiggemann (2010) menemukan bahwa remaja perempuan Australia merasakan perasaan malu pada tubuh, cemas terhadap penampilan dan selalu mengawasi tubuhnya.

Remaja yang mengalami *body dissatisfaction* dapat beresiko mendapatkan efek negatif seperti negatifnya penerimaan diri, depresi, harga diri yang rendah, intensi untuk melakukan diet dan gangguan makan lainnya (Gunardi, 2019). Remaja yang merasa puas dengan tubuhnya menunjukkan perasaan positif seperti merasa bahagia karena penampilannya, percaya diri, dan menghargai dirinya. Perasaan positif tersebut dapat membantu individu melihat situasi yang

dialami secara lebih jelas dan akurat (Cash, 2012).

William Kay (Yudrik, 2011) dengan tepat mengatakan bahwa salah satu tahap perkembangan remaja adalah menerima fisiknya sendiri dan berbagai kualitasnya. Sebaliknya, menurut Jahja (2011), berubahnya fisik remaja terjadi dengan cepat, dengan perubahan internal pada sistem peredaran darah, sistem pencernaan, sistem pernapasan, dan perubahan eksternal pada tinggi badan, berat badan, fisik, dll. Keduanya terjadi. Perubahan fisik yang cepat berupa kenaikan berat badan remaja membuat tubuh remaja tidak puas, dan remaja berusaha menurunkan berat badan melalui diet (Abdurrahman, 2014).

Diet adalah upaya sadar manusia untuk memberi batas dan mengendalikan makanan yang dimakan dengan tujuan mengurangi atau mempertahankan berat badan (Kamal, 2012). Perilaku diet dianggap memperbaiki penampilan dengan membatasi asupan makanan. Membatasi asupan makanan selama periode waktu dianggap menyebabkan hilangnya lemak tubuh dan penurunan berat badan berikutnya. Mengurangi dua hal ini diharapkan dapat mengubah bentuk tubuh Anda dan membawa Anda lebih dekat ke sosok ideal Anda (Husna 2013).

Salah satu metode yang digunakan remaja untuk mencapai sosok ideal mereka adalah mengontrol berat badan. Namun, tanpa terlebih dahulu memahami apa yang dimaksud dengan diet, mereka seringkali menggunakan cara-cara yang tidak tepat seperti mengonsumsi pil penurun berat badan, pencakar, jamu pelangsing, memuntahkan makanan, atau melakukan upaya lain untuk mengurangi diet (Losing Weight, 2014). Sebuah studi tahun 2021 yang dilakukan

oleh Yoephine Laksmi Kartikasari Savitri menemukan bahwa peserta penelitian dengan tingkat *body dissatisfaction* yang tinggi, ditemukan mengorientasikan perilaku diet ke arah kecenderungan yang lebih tinggi. Di sisi lain, semakin rendah ketidakpuasan tubuh, semakin rendah intensitas diet. Hal ini terlihat pada 136 subjek yang menunjukkan ketidakpuasan tubuh yang rendah, kecenderungan diet yang rendah, atau perilaku makan yang sehat.

Diet yang tidak sehat termasuk diet ketat, seperti makan hanya satu kali sehari tanpa berkonsultasi dengan dokter atau ahli gizi. Remaja mungkin hanya bertanya-tanya bagaimana cara menurunkan berat badan dengan cepat dan mudah tanpa melihat kemungkinan resikonya (Safitri et al., 2019). Menurut survei ahli gizi di wilayah Yogyakarta, sebanyak 37% remaja putri yang berdiet menderita anemia (Republika.co.id, 2013). Pola makan yang ketat pada remaja memiliki dampak pada hilangnya rasa lapar, yang akhirnya menyebabkan gangguan makan seperti bulimia nervosa dan anoreksia (Setiawan, 2013).

Penelitian tersebut dapat menjadi bukti bahwa perilaku diet remaja akibat dari ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat membawa dampak buruk bagi kesehatan. Remaja yang tidak puas dengan tubuh mereka cenderung khawatir tentang penilaian negatif orang lain (*fear of negative evaluation*) terhadap penampilan fisik mereka (Pawijit, 2017).

Watson and Friend (1969) menggambarkan *fear of negative evaluation* (FNE) sebagai kekhawatiran akan dievaluasi oleh orang lain, mengalami stres yang tidak semestinya dari evaluasi negatif oleh orang lain, dan merasa negatif tentang diri sendiri oleh orang lain dan berekspektasi bahwa dievaluasi secara

objektif. Menurut Watsons & Friends (1969), indikator ketakutan akan evaluasi negatif adalah kekhawatiran pribadi tentang penilaian diri sendiri oleh orang lain dan apa yang dialami individu karena penilaian negatif dari orang lain, dan penghindaran pribadi dari situasi yang dapat menyebabkan dia dihakimi. dan keyakinan seseorang bahwa orang lain akan menilainya secara negatif.

Alasan munculnya *fear of negative evaluation* berasal dari rasa takut dianggap lemah oleh orang lain atau meninggalkan kesan negatif dalam situasi sosial. Situasi ini menyebabkan kecenderungan individu untuk menilai tubuh mereka (wajah, tangan, kaki, bahu, dll) tidak menarik (Shabani, 2012). Orang yang takut di evaluasi negatif mencoba untuk meningkatkan atau memperbaiki tubuh mereka, tinggi, berat, dan penampilan agar tidak mendapat penilaian buruk dari orang lain (Leonita, 2018).

*Fear of negative evaluation* disebabkan oleh kecemasan yang menciptakan prasangka psikologis yang mengarah pada reaksi berlebihan emosi negatif, perilaku maladaptif, dan disregulasi emosional (Goldin, ManberBall, Werner, Heimberg, & Gross, 2009). Kesalahan dalam proses berpikir ini menyebabkan kebingungan dalam perilaku manusia. Ketakutan akan penilaian negatif dianggap rentan dan muncul dari ketakutan memberikan kesan negatif kepada masyarakat (Shahbani, 2012).

Menurut Putri (2015), *fear of negative evaluation* dapat menyebabkan beberapa dampak negatif, salah satunya adalah rusaknya hubungan sosial. Hal ini karena orang yang takut akan evaluasi negatif cenderung memiliki tingkat emosi negatif yang lebih tinggi dan bahkan dapat mengembangkan fobia sosial.

Orang dengan tingkat ketakutan yang tinggi terhadap evaluasi negatif mungkin mengalami kesulitan berkomunikasi karena mengalami tremor (Atasoy dan Pearson, 2016). Individu yang takut akan ulasan negatif juga menghindari kontak mata langsung dengan lawan bicaranya dan mengalami peningkatan detak jantung (Chen et al., 2018).

Berdasarkan dari uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai peran *fear of negative evaluation* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja yang melakukan diet.

### **B. Rumusan Masalah**

Dalam penelitian ini, peneliti merumuskan pertanyaan tentang bagaimana *fear of negative evaluation* pada remaja yang berdiet memengaruhi *body dissatisfaction*, berdasarkan deskripsi latar belakang masalah.

### **C. Tujuan Penelitian**

Secara spesifik dari uraian di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran *fear of negative evaluation* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja yang berdiet.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat teoritis dan praktis berikut diharapkan dihasilkan dari penelitian ini yaitu:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tentang peran

*fear of negative evaluation* dalam *body dissatisfaction* remaja dan bahwa penelitian ini dapat memberikan kontribusi akademis yang bermanfaat bagi bidang psikologi.

## **2. Manfaat Praktis**

Bagi peneliti: Penelitian ini dimaksudkan untuk dapat menjadi alat yang berguna untuk menerapkan pengetahuan peneliti tentang hubungan antara *fear of negative evaluation* dan *body dissatisfaction* pada masa remaja.

Bagi subjek: Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi responden untuk lebih menerima bentuk tubuhnya dan mengurangi perasaan takut akan evaluasi negatif dari orang lain sehingga dapat lebih percaya diri di lingkungan sosial.

## **E. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan penelitian terkait penelitian sebelumnya, peneliti belum menemukan adanya penelitian yang mengangkat topik tentang peran *fear of negative evaluation* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja yang berdiet. Akan tetapi, terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang menggunakan variabel *fear of negative evaluation* dan *body dissatisfaction* yang peneliti temukan baik penelitian di dalam negeri maupun di luar negeri.

Pada tahun 2018, Ahmad Husain Albar melakukan penelitian bertajuk *Fear of Negative Ratings and Mental Toughness on Student-Athletes*. Subyek

penelitian ini adalah 111 atlet dari berbagai cabang olahraga di Universitas Muhammadiyah Malang. Teknik analisis data yang digunakan adalah Person Product Moments. Hipotesis penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara ketakutan akan evaluasi negatif dan ketahanan psikologis. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya hubungan negatif antara ketakutan akan evaluasi negatif dengan ketangguhan mental pada atlet Universitas Muhammadiyah Malang.

Perbedaan. dalam penelitian, dimana penelitian ini menggunakan variabel *fear of negative evaluation* dan *mental toughness*. Sedangkan variabel penelitian ini adalah *body dissatisfaction* dan *fear of negative evaluation*. Selain itu subjek yang digunakan penelitian tersebut adalah atlet di Universitas Muhammadiyah Malang sedangkan penelitian ini menggunakan subjek remaja.

Pada tahun 2020, terdapat sebuah penelitian berjudul "Apakah Anda khawatir tentang ketakutan akan ulasan negatif?" yang dilakukan oleh Muhammad Salis, Kokoh dan Alifah mau. Penelitian ini menggunakan subjek siswa dari 9 SMA sembilan siswa SMA Malang (total 475) dengan tujuan menguji bagaimana FNE mempengaruhi GAD. Sebuah survei terhadap remaja dilakukan oleh Salis dan Alifa. Survei tersebut Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasi cross section. Fear of negative assessment (FNE) berperan penting dalam menjelaskan naik turunnya gangguan kecemasan umum (GAD). Dengan terpenuhinya hipotesis penelitian, penelitian ini menemukan bahwa hipotesis diterima.

Adapaun perbedaannya dengan Penelitian ini terletak pada variabel



penelitiannya dimana penelitian tersebut menggunakan variabel terikat FNE dan variabel bebasnya adalah GAD. Sedangkan penelitian ini menggunakan FNE sebagai variabel terikat dan variabel bebasnya adalah *body dissatisfaction*.

Dalam sebuah studi tahun 2015 oleh Irma dan Naomi, "*Fear of Negative Body Image in Women*" signifikan antara ketakutan akan citra tubuh negatif pada remaja dan remaja awal. Kami telah menemukan hasil hipotesis yang diterima secara umum bahwa hal itu berdampak. Seseorang yang kelebihan berat badan. Penelitian ini menggunakan 108 wanita lajang usia 18-40, BMI 23.00, berdomisili di Jakarta. Dan penelitian ini menggunakan metode kausal komparatif.

Perbedaan dengan penelitian ini terdapat pada variabel penelitiannya, dimana penelitian tersebut menggunakan variabel bebas *Fear of Negative Evaluation* sedangkan variabel terikatnya adalah Citra Tubuh.

Happy Yuanita dan Monique Elizabeth melakukan penelitian tahun 2013 berjudul "Fenomena Ketidakpuasan Fisik di antara Anggota Pusat Kebugaran Wanita" pada 150 wanita yang tergabung dalam Pusat Kebugaran. Peneliti menggunakan kuesioner bentuk tubuh (BSQ) untuk mengukur tingkat ketidakpuasan mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan ketidakpuasan fisik terhadap tahap perkembangan dan tingkat obesitas pada wanita anggota fitness. Subjek remaja memiliki tingkat ketidakpuasan fisik tertinggi, dan orang dewasa paruh baya memiliki tingkat terendah. Dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah koefisien korelasi total item-item yang dimodifikasi.

Perbedaan dengan penelitian terdahulu terdapat pada variabel

penelitiannya dimana penelitian terdahulu menggunakan variabel *body dissatisfaction*, sedangkan penelitian ini menggunakan FNE sebagai variabel terikat dan *body dissatisfaction* sebagai variabel bebas.

Dalam sebuah studi tahun 2013 yang dilakukan oleh Nina Yunita Kartikasari, “Ketidakpuasan Fisik untuk Ketidakpuasan Fisik untuk Kesejahteraan Mental Karyawan,” ketidakpuasan fisik karyawan wanita diukur dengan tujuan mengetahui hubungan antara *body dissatisfaction* dan *psychological well-being* pada karyawan. Karyawan wanita menemukan hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 140 subjek perempuan yang merupakan pegawai Cabang Asuransi Bumiputera di Tulungagung dan Terengalek. Adapun pembeda penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel penelitian dimana penelitian terdahulu menggunakan *psychological well being* sebagai variabel terikat dan variabel bebas penelitian adalah *body dissatisfaction*. Sedangkan penelitian ini menggunakan FNE sebagai variabel terikat dan variabel bebasnya adalah *body dissatisfaction*.

Pada tahun 2012, Michele, Tracy, Sara, dan Francis melakukan penelitian berjudul “*Comparing Fear of Positive Evaluation to Fear of Negative Evaluation in Predicting Anxiety from a Social Challenge*”. Penelitian ini melibatkan 101 siswa Atlantik Tengah sebagai subjek penelitian, dan metode kuantitatif digunakan dalam penelitian ini.. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai kontribusi relatif dari ketakutan penilaian positif dan negatif dalam memprediksi respons kecemasan terhadap prosedur tantangan sosial. Mereka menemukan bahwa FNE dikaitkan dengan kecemasan, tetapi hanya dalam kinerja

berulang, dan FPE merupakan faktor yang meningkatkan kecemasan.

Perbedaan yang terdapat pada penelitian terdahulu dibandingkan penelitian terdahulu terletak pada variabel penelitiannya dimana penelitian ini menggunakan FPE dan FNE sebagai variabelnya, sedangkan penelitian ini menggunakan FNE sebagai variabel terikat dan variabel bebasnya adalah *body dissatisfaction*.

Sebuah penelitian dengan judul “*Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females*” dilakukan pada tahun 2005 oleh Patricia van den Berg a, Susan J. Paxton, Helene Keery c, Melanie Wall, Jia Guo, Dianne Neumark-Sztainer dengan jumlah subjek 1,386 wanita dan 1,130 pria. Penelitian ini menggunakan metode Statistik deskriptif untuk semua variabel (rata-rata dan standar deviasi) dan korelasi sederhana di antara semua variabel prediktor dan dua hasil (*media body comparison* dan *body dissatisfaction*). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana *body comparison* dengan media gambar yang memediasi hubungan antara variabel sosial budaya, faktor psikologis, BMI dan *body dissatisfaction* pada wanita dan pria. Dan penelitian ini menemukan hasil bahwa pada wanita, *media body comparison* secara positif terkait dengan *body dissatisfaction*, sedangkan pada pria *media body comparison* tidak terlalu berdampak besar.

Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabelnya dimana penelitian terdahulu menggunakan variabel bebas *body comparison* dan variabel terikat *body dissatisfaction*, sedangkan penelitian ini menggunakan FNE sebagai variabel terikat dan variabel bebasnya adalah *Body Dissatisfaction*.

Mengacu pada referensi penelitian diatas, peneliti berkesimpulan bahwa perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ada pada variabel penelitian dan subjek penelitian. Penelitian yang bertajuk “Peran *fear of negative evaluatuon* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja yang melakukan diet” ini tidak hanya berbeda dari penelitian sebelumnya, tetapi juga asli.

## DAFTAR PUSTAKA

- Albaar, Ahmad Husain. (2018). *Fear Of Negative Evaluation Dan Mental Toughness Pada Student Athlete*. Skripsi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Albertson, Ellen R.; Neff, Kristin D.; Dill-Shackleford, Karen E. (2015). *Self Compassion and Body Dissatisfaction in Women: A Randomized Controlled Trial of a Brief Meditation Intervention*. *Mindfulness*, 6(3), 444 - 454. doi:10.1007/s12671-014-0277-3
- Anindita, Siti Mutia. 2021. *Model Remaja Putri: Body Image dan Bulimia Nervosa*. *Jurnal Pemikiran dan Riset Sosiologi* 2 (1), 2021: 19-36
- Atasoy, S., Donnelly, I., & Pearson, J. (2016). *Human brain networks function in connectome-specific harmonic waves*. *Nature Communications*, 7, 1-10. <https://doi.org/10.1038/ncomms10340>
- Azwar, Saifuddin (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bearman, S.K., Presnell, S., Martinez, E. and Stice, E. (2006) The Skinny on Body Dissatisfaction: A Longitudinal Study of Adolescent Girls and Boys. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 229-241.
- Berg, Patricia van den. (2007). *Body dissatisfaction and body comparison with media body dysmorphic disorder pada remaja putri*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 1 (2), 111-117
- Cahyaningtyas, P. I. (2009). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan ketidakpuasan sosok tubuh (Body Dissatisfaction) pada remaja putri. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Carleton, R. N., McCreary, D. R., Norton, P. J., & Asmundson, G. J. G. (2006). *Brief Fear of Negative Evaluation Scale-Revised*. *Depression and Anxiety*, 23, 297-303. doi:10.1002/da.20142
- Carlson Jones, D. (2004). Body Image Among Adolescent Girls and Boys: A Longitudinal Study. *Developmental Psychology*, 40(5), 823–835
- Carter, A., Forrest, J. I., & Kaida, A. (2017). *Association Between Internet Use and Body Dissatisfaction Among Young Females: Cross-Sectional Analysis of The Canadian Community Health Survey*. *Journal of medical Internet research*, 19(2), e39.
- Carter, Michele M. (2012). *Comparing Fear of Positive Evaluation to Fear of Negative Evaluation in Predicting Anxiety from a Social Challenge*. (3) Issue 5782-793
- Cash, T.F. (2012). *Encyclopedia of body image and human appearance*. Amsterdam : Academic Press.
- Chen, Y., Dolt, K., Kriek, M., Baker, T., Downey, P., Drummond, N., Canham, M., Natalwala, A., Rosser, S., & Kunath, T. (2018). Engineering synucleinopathy-resistant human dopaminergic neurons by CRISPR-mediated deletion of the SNCA gene. *European Journal of Neuroscience*, 49, 1 – 11. <https://doi.org/10.1111/ejn.14286>
- Cheri A. Levinson and Thomas L. Rodebaugh. (2014). *Negative Social-Evaluative Fears Produce Social Anxiety, Food Intake, and Body*

*Dissatisfaction: Evidence of Similar Mechanisms Through Different Pathways*. St. Louis: Association for Psychological Science.

- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z. & Fairburn, C.G. (1986): *The development and validation of the Body Shape Questionnaire*. *International Journal of Eating Disorders* 6:485-494.
- Dahlan, M. Sopiudin. 2009. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Dewi, A. E., IGAA, Noviekayati. & Rina, A. P. (2020). *Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram*. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 1, No. 02, hal 173-180. Diakses pada 26 Januari 2021, dari <https://hellowealth.com/mental/mentallainnya/gangguan-kesehatan-akibat-body-image-negatif/#gref>
- Dieny, FF.2014, *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putra*, Graha Ilmu, Yogyakarta
- Dittmar, H. (2010). Does size matter? the impact of “body perfect” ideal in the media. 13th April 2010.
- Frederickson, B.L. and Roberts, T. (1997) ‘Objectification theory: Towards understanding women’s lived experience and mental health risks’, *Psychology of Women Quarterly*, 21 (2),173–206.
- Fricilla, Naomi & Rosalinda, Irma. (2015). *Fear Of Negative Appearance Evaluation Terhadap Citra Tubuh Wanita*. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi* Vol. 4(2). Hal 49-58
- Gok, B.G. (2020). *Brief Fear of Negative Evaluation Scale-II and Brief Fear of Negative Evaluation Scale-Straightforward Items: psychometric properties of the Turkish versions*. *Düşünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 33, 410.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. BPK Gunung Mulia.
- Hall, M. (2009). *Predictors of Body Dissatisfaction Among Adolescent Females. Paper based on a program presented at the American Counseling Association Annual Conference and Exposition*, Charlotte: North Carolina.
- Hasanah, Nurlaili Syariaty, dkk. 2019. *Studi Deskriptif Mengenai Body image pada Remaja Awal di MTs*
- Herawati, V. (2003). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan body dissatisfaction*. Skripsi. Surabaya: Universitas Surabaya
- Hui, M & Brown, J. (2013). *Factors that Influence Body Dissatisfaction: Comparisons across Culture and Gender*. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, Vol. 1, no. 23, hal. 312–329
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga
- Husna, Nur Lailatul (2013) *Hubungan Antara Body Image Dengan Perilaku Diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam RITA Pati)*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang. Elsevier. (4) 257-268.

- Jahja, Yudrik (2011) *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Prenada Media.
- J. F. Monks, P. M. Knoers, & R. S. Haditono, Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2006),
- Juanita, B., Hardjajani, T., & Karyanta, N. A. (2015). Hubungan antara Locus of Control Internal dan Dukungan Sosial dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Wanita Dewasa Awal Anggota Pusat Kebugaran RPM Body Fitness Surakarta, 90, 1–14.
- Kail, RV, Cavanaugh JC (2010). Human Development: A Lifespan View (edisi ke-5th). Cengage Learning. hlm. 296. ISBN 978-0-495-60037-4.
- Kartikasari, Nina Yunita. (2013). Body Dissatisfaction Terhadap Psychological Well Being Pada Karyawati. *Jurnal Ilmu Psikologi Terapan*. Vol. 01, No.02.
- Kocovski, N. L., & Endler, N. S. (2000). *Social anxiety, self-regulation, and fear of negative evaluation*. *European Journal of Personality*, 14(4), 347–358.  
doi:10.1002/10990984(200007/08)14:4<347::aid-per381>3.0.co;2-7
- Kunjana, Lucius Gora. (2017). *Mayoritas Siswa SLTA Tak Puas Penampilan Fisiknya*, <https://www.beritasatu.com/archive/455948/mayoritas-siswa-sлта-tak-puas-pe-nam-pilan-fisiknya>. Diakses pada 25 Januari pukul 13.23.
- Laksmiawati, P. I., Widigdo, R. J., & Nuari, D. (2017). Emotional Writing dan Focus Group Therapy : Upaya Penanganan *Body Dissatisfaction* pada Remaja. *Jambore Konseling*, (3), 56-61.
- Leary MR. 1983. *A brief version of the fear of negative evaluation scale*. *Personality and Social Psychology Bulletin* 9: 371±375.
- Leonita, Intan Galuh. (2018). *Fear Of Negative Evaluation Dan Body Image Pada Mahasiswi*. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Marshall, C & Lengyel, C. (2012). Body Dissatisfaction Among Middle-aged and Older Women. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, Vol. 73, no. 2, hal.241-247
- Maxwell, M. A., & Cole, D. A. (2012). Development and Initial Validation of the Adolescent Responses to *Body Dissatisfaction* Measure. *American Psychological Association*, 24 (3).
- Murray, dkk. 2011. Issues with modelling the current and future distribution of invasive pathogens. *Journal of Applied Ecology*. 48. 177–180.
- Myres & Crowther. (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Abnormal Psychology*. 118(4) hlm. 83- 98 Negeri 6 Subang. *Prosiding Psikologi*. 5(1). 227-233
- Odgen, J. (2011). *Eating disorders (5th Ed.): A text book*. Philadelphia: Open university press
- Ogden, J. (2002). *Psychology of eating: from healthy to disordered behavior*. USA: The Blackwell Publishing.

- Pawijit, Yada; Likhitsuwan, Watcharaphon; Ludington, Jason; Pisitsungkagarn, Kullaya (2017). *Looks can be deceiving: body image dissatisfaction relates to social anxiety through fear of negative evaluation. International Journal of Adolescent Medicine and Health. 0(0). 1-7*
- Paxton dkk. (2005). *Body Dissatisfaction, Dating, and Importance of Thinness to Attractiveness in Adolescent Girls. Sex Roles. 53. 663-675.*
- Pingkan (2015) *Remaja, penampilan, self esteem dan jerawat*. Diakses pada 26 Januari 2021, dari <https://psychology.binus.ac.id/2015/09/04/remajapenampilan-self-esteemdan-jerawat/>
- Purwanto. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. hal:164
- Putera, Kokoh dwi. (2020). *Apa Saya Khawatir Karena Fear of Negative Evaluation? Sebuah Studi Pada Remaja. MEDIAPSI. Vol. 6, No. 1, 17-25*
- Putri, Diani Alfiah, dkk. 2019. *Body Dissatisfaction Dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi. Jurnal Psikologi Volume 12(1). 88-97*
- Putri, Pradiptya S. 2013. *Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan*. Skripsi. Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Quamila, A. (2017, Agustus 16). *Membesarkan Anak Di Bawah Asuhan Gadget, Apa Dampaknya?* Retrieved Oktober 3, 2017, from helloSEHAT: <https://hellosehat.com/parenting/tips-parenting/dampak-smartphone-tabletuntuk-anak/>
- Rahmaniar, P. N., & Yuniar, I. C. (2012). *Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan*
- Ramadhani, Ira Dewi. 2014. *Perbedaan Citra Tubuh Berdasarkan Status Gizi Remaja Putra*. Artikel Penelitian: Universitas Diponegoro.
- Ricciardelli, L.A., & Yager, Z. (2016). *Adolescence and body image: From Development to preventing dissatisfaction*. New York: Routledge.
- Rosen, J. C., & Reiter, J. (1996). *Development of the Body Dysmorphic Disorder Examination. Behaviour Research and Therapy, 34(9), 755–766.* [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(96\)00024-1](https://doi.org/10.1016/0005-7967(96)00024-1).
- Rosen, James C, Reiter, Jeff & Orosan, Pam. (1995). *Cognitive-Behavioral Body Image Therapy for Body Dysmorphic Disorder*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology. Vol. 63, No. 2, 263-269*
- Safarina, R., & Rahayu, Makmuroh Sri. (2014-2015). *Hubungan antara body dissatisfaction dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi member herbalife di Bandung*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.
- Safitri, A. O., Novrianto, R., & Maretih, A. K. E. (2020). *Body dissatisfaction dan perilaku diet pada remaja perempuan. Psibernetika, 12(2).*
- Salsabila, Nabila Salma dan Wiryosutomo, Hadi Warsito (2021). *Hubungan Antara Body Image Dan Komparasi Sosial Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja*. Unesa: Surabaya.
- Santrock (2003) John W. *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam.



- Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2007). Psikologi perkembangan remaja. edisi 11. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2011). Life Span : Development perkembangan masa hidup. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Santrock, John W.. (2011). Educational Psychology (Edisi ke- 5). New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. (2013). Childhood Development. 14th Edition, New York: McGraw-Hill Education.
- Sarwono, S. W. (2000). Psikologi remaja. Jakarta : PT. Grafindo Persada.
- Shabani, M.B. (2012). Levels and sources of language anxiety and fear of negative evaluation among Iranian EFL learners. *Theory and Practice in Language Studies*, 2(11), 2378-2383.
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2010). *Body image and disordered eating in adolescent girls and boys: A test of objectification theory. Sex Roles*, 63,
- Subekti, A. S. (2018a). Investigating the relationship between foreign language anxiety and oral performance of non-English major university students in Indonesia. *Dinamika Ilmu*, 18(1), 15–35.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods). Bandung: CV Alfabeta
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D. Bandung: Alfabeta
- Sumali, E., Sukamto, M. E & Mulya, T. W. (2008). Efektivitas Hipnoterapi terhadap Penurunan Body Dissatisfaction pada Remaja Akhir. *Humanitas*, 5(1), 47-57
- Sumali, E., Sukamto, M. E., & Mulya, T. W. (2008). Efektivitas hipnoterapi terhadap penurunan *Body Dissatisfaction* pada Remaja akhir. *Humanitas*, 5(1), 47-57.
- Syed, Fauzia; Akhtar, Muhammad Waheed; Kashif, Muhammad; Husnain, Mudassir (2019). *Interplay of Exploitative Leadership & Fear of Negative Evaluation on Knowledge Hiding & Outcomes. Academy of Management Proceedings*, 2019(1), 17050-. doi:10.5465/AMBPP.2019.152
- Tavoli, Azadeh & Montazeri, Ali. (2020). Psychometric evaluation of the Iranian version of brief fear of negative evaluation scale-straightforward item (BFNE-S): A validation study. *Medical Journal of The Islamic Republic Of Iran*. 10.47176/mjiri.34.29.
- Vander Wal, J. S., & Thomas, N. (2004). Predictors of body image dissatisfaction and disturbed eating attitudes and behaviors in African American And Hispanic girls. *Eating Behaviors*, 5(4), 291– 301. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2004.04.001>
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(4), 448–457

- Weeks JW, Heimberg RG, Fresco DM, Hart TA, Turk CL, Schneier FR, Liebowitz MR. Empirical validation and psychometric evaluation of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychol Assess.* 2005 Jun;17(2):179-90. doi: 10.1037/1040-3590.17.2.179. PMID: 16029105.
- Widhiarso, Wahyu. (2010). *Catatan Pada Uji Linearitas Hubungan*. Fakultas Psikologi UGM
- World Health Organization. (2006). *Orientation Programme on Adolescent Health for Health-care Providers Handout new modules*. Geneva : World Health Organization.
- Yokus, H. (2013). *Investigation of relationship between the Fear of Negative Evaluation and Musical Instrument Achievements of music teacher candidates (Gaziosmanpasa University Sampling)*. *International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education (IJTASE)*, 2(3).
- Yuanita, Happy & Sukanto, Monique Elizabeth. (2013). *Fenomena Body Dissatisfaction Pada Perempuan Anggota Fitness Centre*. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*. Vol. 4, No. 1, 12 - 23
- Yudrik Jahja, Psikologi Perkembangan, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), p. 238.
- Yuliantari, M., & Herdiyanto, Y. (2015). *Hubungan Konformitas Dan Harga Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri Di Kota Denpasar*. *Jurnal Psikologi Udayana, Tubeli*
- Zainab, Naili. 2013. *Peranan Self-Esteem dan Body Dissatisfaction Dalam Memprediksi Kecenderungan Eating Disorders Pada Penari Balet*. Thesis. Fakultas Psikologi. Universitas Bina Nusantara: Jakarta
- Zulkifli. (2009). *Psikologi perkembangan*. Bandung : PT RemajaRosdakarya, 2009