

HUBUNGAN ANTARA *BODY DISSATISFACTION* DAN INTERAKSI SOSIAL DENGAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA PUTRI

Vi'aamul Izza¹⁾ dan Iranita Hervi Mahardayani^{*)}

¹⁾ Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

^{*)} E-mail: iranita_hervi@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara *body dissatisfaction* dan interaksi sosial dengan kepercayaan diri remaja putri. Subyek dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI IPS MA NU Banat Kudus dengan jumlah subyek 78 siswi. Teknik pengambilan sampelnya menggunakan studi populasi. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala kepercayaan diri, skala *body dissatisfaction* dan skala interaksi sosial. Hasil analisis data dengan menggunakan *Analisis Regresi* dimana perhitungan menggunakan komputer dengan program SPSS 15,0 for windows. Diperoleh hasil koefisien korelasi dari ketiganya r_{xy} sebesar 0,652 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$) ini berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara *body dissatisfaction* dan interaksi sosial dengan kepercayaan diri remaja putri. Sumbangan efektif variabel *body dissatisfaction* dan interaksi sosial dengan kepercayaan diri sebesar 42,6 %.

Kata kunci : Kepercayaan Diri, Body Dissatisfaction, Interaksi Sosial dan Remaja Putri.

THE RELATIONSHIP AMONG BODY DISSATISFACTION, SOCIAL INTERACTION AND GIRL'S SELF CONFIDENCE

Abstract

This study was aimed to empirically examine the relationship among body dissatisfaction, social interaction, and self confidence on girl. This was a population study, whereas subjects on this study were 78 female students in 11th grade Social Science Program of Madrasah Aliyah NU Banat Kudus. Measurement tools in this study were self confidence scale, body dissatisfaction scale, and social interaction scale. Data analysis used regression analysis with SPSS 15,0 computer program for windows, resulted in correlation coefficient among three variables $r_{xy} = 0,652$ while $p = 0,000$ ($p < 0,01$). This meant there was very significant correlation among body dissatisfaction, social interaction, and girl's self confidence. Effective contribution from body dissatisfaction variable and social interaction variable toward girl's self confidence was 42, 6 %.

Keywords: self confidence, body dissatisfaction, social interaction, girl

Latar Belakang

Perkembangan masa remaja ditandai dengan perannya sebagai periode peralihan dan perubahan (Hurlock, 2006). Menurut Erickson (Monks, Knoers, & Haditono, 2002), masa remaja adalah masa terjadinya krisis identitas atau pencarian identitas diri. Remaja disebut juga dengan istilah "*Teenagers*" (usai belasan tahun). Menurut Buhler (Hurlock, 2006) pada

masa pubertas atau masa remaja awal terdapat gejala yang disebut gejala "*negative phase*", istilah "*phase*" menunjukkan periode yang berlangsung singkat. "*negative*" berarti bahwa individu mengambil sikap anti terhadap kehidupan atau kehilangan sifat-sifat baik yang sebelumnya sudah berkembang. Gejala ini banyak terjadi pada remaja awal, diantaranya keinginan untuk menyendiri, berkurang kemampuan untuk bekerja, kegelisahan, kepekaan perasaan, pertentangan sosial dan rasa kurang percaya diri. Beberapa gejala "*negative phase*" di atas yang paling menonjol dialami masa remaja adalah rasa kurang percaya diri.

Rasa percaya diri merupakan hal yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan individu. Kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk dapat menanggapi segala sesuatu dengan baik sesuai dengan kemampuan diri yang dimiliki. Kepercayaan diri juga merupakan keyakinan dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan (Indriyati, 2007). Afiatin dan Martaniah (1998) hasil penelitian terhadap remaja siswa SMA di Kodya Yogyakarta menunjukkan bahwa permasalahan yang banyak dirasakan dan dialami oleh remaja pada dasarnya disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri.

Penelitian Rosita (2007) bahwa laki-laki lebih percaya diri dibandingkan perempuan. Hal ini dapat dikarenakan oleh peran jenis kelamin yang disandang oleh budaya terhadap kaum perempuan maupun pada laki-laki berefek pada rasa percaya diri. Seperti yang diungkapkan oleh Middlebrook (Mahrita, 1997), perempuan cenderung dianggap lemah dan harus dilindungi, sedangkan laki-laki harus bersikap sebagai makhluk kuat, mandiri, dan mampu melindungi sehingga berpengaruh terhadap rasa percaya diri. Instone, Major, Bunker (Palupi dan Nashori, 2009) menyatakan bahwa perempuan tingkat percaya dirinya lebih rendah daripada laki-laki. Hal tersebut disebabkan perempuan lebih cenderung memiliki perasaan tidak berdaya daripada laki-laki karena perempuan memiliki sumber-sumber kekuasaan yang lebih kecil dan kurang memiliki usaha untuk mempengaruhi lingkungan sekitar daripada laki-laki.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri antara lain keadaan fisik (Indriyati, 2007). Salah satu tugas masa remaja yang penting adalah menerima kenyataan bahwa tubuhnya mengalami perubahan. Perubahan ini yang sering menimbulkan masalah pada remaja. Hal ini membuat remaja sangat memperhatikan dengan detail, setiap bagian fisiknya yang sedang berkembang. Mereka tertarik dan berminat dengan segala bentuk hal yang berkaitan dengan penampilan (Indriyati, 2007). Perubahan fisik yang dialami remaja mempengaruhi keadaan psikologis remaja. Hurlock (2006) mengatakan sebagian remaja saat ini sulit untuk menerima keadaan fisiknya karena sejak masa kanak-kanak mereka telah mengagungkan konsep tentang penampilan diri pada waktu dewasa nantinya. Selain itu, hampir semua anak membentuk konsep diri fisik yang ideal berdasarkan konsep dari berbagai macam sumber.

Harter (Santrock, 2006) telah menemukan bahwa penampilan fisik merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri remaja, antara lain penampilan fisik berkorelasi paling kuat dengan rasa percaya diri. Ketidakpuasan pada bentuk tubuh menurut Rosen dan Reiter (Asri dan Setiasih, 2004) adalah keterpakuan pikiran akan penilaian

yang negatif terhadap tampilan fisik dan adanya perasaan malu dengan keadaan fisik ketika berada di lingkungan sosial. Ketidakpuasan bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) berhubungan dengan citra tubuh seseorang, yaitu gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Selain itu, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan serta dirasakan terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, serta atas bagaimana penilaian terhadap dirinya.

Selain faktor fisik, kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh interaksi sosial. Rasa percaya diri seseorang sangat dipengaruhi oleh kemampuan menyesuaikan diri terhadap lingkungan tempatnya berada. Dengan daya penyesuaian diri yang baik, seseorang akan mampu menempatkan diri pada posisi yang sesuai dengan kemampuannya. Di samping itu individu pun akan dapat berinteraksi sosial dengan orang-orang di lingkungan tempat dirinya berada dengan baik (dapat diterima sebagai salah satu anggota masyarakat yang dibutuhkan oleh orang lain). Jika seseorang mampu menempatkan diri, ia akan memiliki rasa percaya diri yang cukup karena tidak dihadapkan pada suatu hal di luar kapasitasnya. Setiap kali seseorang terlibat di dalam interaksi sosial (dalam pergaulannya sehari-hari), dirinya pun melakukan proses belajar untuk memahami diri, orang lain, dan lingkungannya. Dengan belajar, dirinya dapat menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungannya (Fathia, 2010). Berdasarkan berbagai penjelasan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk meneliti secara ilmiah hubungan antara *body dissatisfaction* dan interaksi sosial dengan kepercayaan diri remaja putri.

Kepercayaan Diri

Menurut Goleman (2001), percaya diri adalah keberanian yang datang dari kepastian tentang kemampuan, nilai-nilai, dan tujuan kita. Fatimah (Khusnia; Rahayu, 2010) mengartikan kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Kepercayaan diri sangat diperlukan bagi individu terutama pada remaja

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, antara lain keadaan fisik, konsep diri, harga diri, tingkat pendidikan, interaksi sosial akan memunculkan dukungan sosial, jenis kelamin

Kepercayaan diri merupakan milik pribadi yang sangat penting dan ikut menentukan kebahagiaan hidup seseorang. Seseorang yang tidak memiliki kepercayaan diri akan tumbuh menjadi individu yang tidak kreatif dan tidak produktif. Berikut ini merupakan aspek-aspek kepercayaan diri menurut Daradjat (1992), antara lain : (1). rasa aman, yaitu terbebas dari perasaan takut, tidak ada kompetisi terhadap situasi atau orang-orang disekitarnya; (2) ambisi normal, yaitu menyesuaikan ambisi dengan kemampuan, tidak ada kompetensi dari ambisi yang berlebihan, dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan bertanggung jawab, (3). konsep diri yaitu memberikan penilaian positif terhadap potensi fisik, psikis, sosial maupun moral; (4) Mandiri yaitu tidak tergantung pada orang lain dalam melakukan sesuatu dan tidak membutuhkan dukungan dari orang lain; (5) tidak

mementingkan diri sendiri atau toleransi. Mengerti kekurangan yang ada pada dirinya, menerima pendapat orang lain dan memberi kesempatan pada orang lain.

Body Dissatisfaction

Grogan (1999) mendefinisikan *body dissatisfaction* sebagai pikiran dan perasaan negatif individu terhadap tubuhnya. Ogden (Adlard, 2006) *body dissatisfaction* adalah kesenjangan antara persepsi individu terhadap ukuran tubuh ideal dengan ukuran tubuh mereka sebenarnya atau dapat juga dideskripsikan sebagai perasaan tidak puas terhadap bentuk dan ukuran tubuh.

Menurut Rosen dan Reiter (Asri & Setiasih, 2004) aspek-aspek *body dissatisfaction* (ketidakpuasan pada bentuk tubuh) antara lain: (1) Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh. Individu yang mengalami *body dissatisfaction* akan menilai secara negatif bentuk tubuh mereka, baik secara keseluruhan maupun bagian dari tubuh mereka. Banyak wanita merasa tidak nyaman dengan tubuhnya dan memiliki tubuh yang jauh dari sempurna, mereka akan merasa lebih baik apabila membandingkan diri mereka dengan orang yang mereka anggap memiliki tubuh yang kurang ideal daripada dirinya. Sebaliknya, mereka akan merasa inferior apabila membandingkan diri mereka dengan orang yang memiliki bentuk tubuh yang lebih indah daripada milik mereka (Brehm, 2007); (2) Perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial. Pada umumnya, individu yang mengalami *body dissatisfaction* akan merasa malu terhadap bentuk tubuh yang mereka miliki apabila bertemu ataupun berada dalam lingkungan sosial. Hal ini disebabkan individu merasa orang lain selalu memperhatikan tampilan mereka; (3) *Body checking*. Individu yang mengalami *body dissatisfaction* seringkali mengecek atau memeriksa kondisi fisik mereka, seperti menimbang berat badan dan melihat tampilan fisik mereka di depan cermin; (4) Kamouflase tubuh. Individu yang mengalami *body dissatisfaction* seringkali menyamarkan bentuk tubuh dari keadaan yang sebenarnya. Hal ini dilakukan untuk menenangkan hati; (5) Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain. Pada umumnya individu yang mengalami ketidakpuasan pada bentuk tubuh mereka sering merasa malas untuk mengikuti aktivitas sosial yang berhubungan dengan orang lain.

Interaksi Sosial

Menurut Gerungan (2000) interaksi sosial adalah suatu hubungan antara dua atau lebih individu manusia, dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki kelakuan individu yang lain, atau sebaliknya. Interaksi sosial merupakan pengaruh timbal balik antara individu dengan individu, antara kelompok dengan kelompok, dan antara individu dengan kelompok (Soekanto, 1982).

Mollie dan Smart (Christiawan, 2009) mengungkapkan bahwa aspek-aspek interaksi sosial terdiri dari tiga macam, yaitu : (1) Aktifitas bersama. Bagaimana individu menggunakan

waktu luangnya untuk melakukan suatu aktifitas secara bersama; (2) Identitas kelompok. Remaja mencari identitas kelompok karena mereka membutuhkan harga diri dan penerimaan. Kelompok sebaya memberi remaja perasaan saling memiliki, pembuktian, dan kesempatan untuk belajar perilaku yang dapat diterima. Kebutuhan yang kuat dari identitas kelompok tampaknya merupakan konflik pada saat pencarian identitas diri. Seolah-olah remaja membutuhkan ikatan kuat dengan sebayanya sehingga mereka kemudian dapat menemukan kembali diri mereka dalam identitas kelompok ini; (3) Imitasi. Sebagian besar individu meniru pandangan-pandangan dan pikiran-pikiran individu lain. Berdasarkan analisis teori diatas maka peneliti mengajukan hipotesis : ada hubungan antara *body dissatisfaction* dan interaksi sosial dengan kepercayaan diri remaja putri.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan studi populasi yaitu siswa kelas XI IPS MA NU Banat Kudus yang berjumlah 78 siswa. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan metode skala. Adapun skala yang dibuat penulis dalam penelitian ini adalah skala kepercayaan diri , skala *body dissatisfaction* dan interaksi sosial.

Analisis data untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi dua prediktor dengan bantuan program *Statistic Packages for Social Science (SPSS) for windows release 15,0*.

Hasil

1. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas

a. Skala Kepercayaan Diri

Terdiri dari 39 item yang valid, dengan koefisien validitas berkisar antara 0,3173 sampai dengan 0,6456, dan uji reliabilitas alpha (r_{xx}) sebesar 0,9303

b. Skala *Body Dissatisfaction*

Terdiri dari 28 item yang valid dengan koefisien validitas berkisar antara 0,3415 sampai dengan 0,6804, dan uji reliabilitas alpha (r_{xx}) sebesar 0,9309

c. Skala Interaksi Sosial

Terdiri dari 20 item yang valid dengan koefisien validitas berkisar antara 0,3105 sampai dengan 0,7268, dan uji reliabilitas alpha (r_{xx}) sebesar 0,9106.

2. Hasil Uji Normalitas Sebaran

Uji normalitas dilakukan dengan teknik *Kolmogorov - Smirnov* Test menggunakan program SPSS 15,0 *for windows*. Hasil uji normalitas pada variabel kepercayaan diri menunjukkan nilai K-SZ sebesar 0,484 dan p sebesar 0,973 ($p > 0,05$), dan uji normalitas pada variabel *body dissatisfaction* K-SZ sebesar 1,294 dan p sebesar 0,070 ($p > 0,05$), sedangkan uji normalitas variabel interaksi sosial menunjukkan nilai K-SZ sebesar 0,749 dan p sebesar 0,629 ($p > 0,05$). Dari uji normalitas ini menunjukkan bahwa variabel tersebut memiliki sebaran data yang normal

3. Uji Linieritas Hubungan

Hasil uji linieritas menunjukkan korelasi antara *body dissatisfaction* dengan kepercayaan diri. Hal ini ditunjukkan dengan hasil yang diperoleh dari nilai F Linier sebesar 1,518 dengan p sebesar 0,099 ($p > 0,05$). Angka tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan bersifat linier,

Hasil uji linieritas menunjukkan korelasi antara interaksi sosial dengan kepercayaan diri. Hal ini ditunjukkan dengan hasil yang diperoleh dari nilai F Linier sebesar 0,984 dengan p sebesar 0,510 ($p > 0,05$). Angka tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan bersifat linier,

4. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan bantuan perhitungan program SPSS dengan teknik korelasi *Analisis Regresi*. Berdasarkan perhitungan di atas menunjukkan bahwa koefisien korelasi dari $r_{x1,y}$ sebesar 0,652 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,01$) ini berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara *body dissatisfaction* dan interaksi sosial dengan kepercayaan diri remaja putri. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Pembahasan

Bagi banyak orang khususnya remaja putri penampilan dianggap penting, karena hal tersebut merupakan salah satu faktor yang membentuk kepercayaan diri seseorang. Hal ini diungkap oleh Suryabrata (1984) mengatakan bahwa apabila seseorang memiliki jasmani yang kurang sempurna maka timbullah perasaan tidak enak pada dirinya karena merasa tidak atau kurang berharga untuk dibandingkan dengan sesamanya dan menyebabkan orang tersebut kurang percaya diri.

Ketidakpercayaan diri dengan bentuk tubuh yang sudah dimiliki, telah menjerumuskan mereka pada penderitaan, dan remaja putri adalah salah satu golongan masyarakat yang paling banyak menjadi korbannya. Seseorang remaja putri seharusnya dapat menerima kenyataan bahwa tubuhnya mengalami perubahan, namun demikian hanya sedikit remaja putri yang mampu menerima kenyataan ini (Siswanti, 2010). Thompson (Irmayanti, 2009) tentang hubungan antara kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction*, menemukan bahwa perempuan khususnya remaja putri yang memiliki tingkat ketidakpuasan yang tinggi terhadap bentuk dan ukuran tubuh mereka biasanya memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dibandingkan perempuan yang mempunyai tingkat kepuasan yang tinggi terhadap bentuk tubuh mereka. Ini menunjukkan adanya hubungan antara kepercayaan diri seseorang dengan tingkat ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuhnya. (Irmayanti, 2009).

Kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh interaksi sosial. Kepercayaan diri berkembang melalui interaksi individu dengan lingkungannya. Lingkungan psikologis dan sosiologis yang kondusif akan menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Lingkungan psikologis dan sosiologis yang kondusif adalah lingkungan dengan suasana demokratis, yaitu adanya suasana penuh penerimaan, kepercayaan, rasa aman dan kesempatan untuk mengekspresikan ide-ide dan perasaan. Lingkungan psikologis dan sosiologis yang tidak kondusif adalah lingkungan dengan suasana penuh tuntutan, tidak menghargai pendapat orang lain dan tidak ada kesempatan untuk mengekspresikan ide dan perasaan (Afiatin & Martaniah, 1998).

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan terhadap hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara *body dissatisfaction* dan interaksi sosial dengan kepercayaan diri remaja putri.

Bertitik tolak pada hasil penelitian yang telah diuraikan di atas, maka penulis mengajukan saran sebagai berikut :

1. Bagi remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dapat meningkatkan kepercayaan diri dengan cara sering berkumpul bersama dengan teman-teman dan bangga dengan keadaan dirinya.
2. Bagi peneliti lain disarankan agar dapat menyempurnakan hasil penelitian ini dari sisi penyempurnaan item dan melibatkan pengaruh faktor-faktor lain selain *body dissatisfaction* dan interaksi sosial.

Daftar Pustaka

- Afiatin, T; Martaniah, S. 1998. Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok. *Jurnal Psikologika*. Vol. 3, No.6. Yogyakarta:UGM.
- Asri, D. N; Setiasih. 2004. Penerapan Metode Akupuntur pada Wanita Penyandang Obesitas. *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 19, 3, 286-296.
- Christiawan, Y. 2009. Interaksi Sosial Pada Waria Ditinjau Dari Konsep Diri. *Skripsi*. (Tidak diterbitkan). UNIKA
- Daradjat, Z. 1992. *Kesehatan Mental*. Jakarta : Gunung Agung.
- Gerungan. 2000. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Goleman, D. 2001. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. (Alih bahasa: Alex Tri Kantjono Widodo). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Grogan, S. (1999). *Body image. Routledge: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*
- Hurlock, E. B. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Irmayanti, A. 2009. *Hubungan antara media exposure terhadap body dissatisfaction dan self esteem*. Skripsi. Universitas Indonesia.
- Khusnia S; Rahayu SA. 2010. Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri Remaja Tuna Netra. *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 01, No. 01, 40-47 Program Studi Psikologi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya

- Mongks, F. J. , Knoers, A. M. P. , & Haditono, S. R. 2002. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Palupi, F dan Nashori F. 2009. Pengaruh Pelatihan Keterampilan Sosial Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Remaja di Panti Asuhan. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Santrok, J. W. 2006. *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Siswanti, K. 2010. Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Ditinjau Dari Body Image. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). UNIKA.
- Soekanto, S. 1982. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: radar jaya offset.
- Suryabrata, S. 1984. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: CV. Rajawali.
- Adlard, L. 2006. *The Relationship Between Body Dissatisfaction of Mothers and Body Dissatisfaction of Their Adolescent Daughters*. www.upetd.up.ac.za/.etd (Diunduh tanggal 11 Mei 2011).
- Fathia, N. 2010. Hubungan antara kualitas persahabatan dan kepercayaan diri pada mahasiswa tingkat awal. *Skripsi*. (Tidak diterbitkan). Universitas Gunadarma. http://library.gunadarma.ac.id/abstraction_10507165-ssm_fpsi.pdf, diunduh pada tanggal 08 April 2011.
- Indriyati. 2007. *Hubungan Antara Komunikasi Orang Tua Dan Anak Dengan Rasa Percaya Diri Remaja Putri Awal*. Skripsi, Jurusan Psikologi, Universitas Negeri Semarang (UNNES) Semarang.
- <http://digilib.unnes.ac.id/gsdli/collect/skripsi/archives/HASH0318/8bcd26d2.dir/doc.pdf>, diunduh pada tanggal 08 April 2011.
- Rosita, H. 2007. Hubungan Antara Perilaku Asertif Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Universitas Gunadarma. http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2007/Artikel_10502099.pdf, di unduh pada tanggal 08 April 2011.