

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A. (2020, 29 Oktober). 10 Tempat Gym Murah Di Jakarta Buat Yang Bujetnya RP350 Ribu. *Lifepal*. Diambil dari: <https://lifepal.co.id/>.
- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Di SMA Negeri Bantul. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling*, 6(4), 80-88. Diambil dari: <http://journal.student.uny.ac.id>.
- Anthony, R. (1996). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fikri, D. A. (2018, 1 Januari). Survei Ungkap Kesadaran Masyarakat Indonesia Terhadap Gaya Hidup Sehat Meningkatkan Hingga 19%. *Okezone*. Diambil dari: <https://lifestyle.okezone.com>.
- Furnham, A., Badmin, N., & Sneade, I. (2002). Body Image Dissatisfaction: Gender Differences in Eating Attitudes, Self-Esteem, and Reasons for Exercise. *Journal of Psychology*, 136(6), 581–596. Doi : 10.1080/00223980209604820. Diambil dari: <http://dx.doi.org>.
- Ghufron & Risnawita. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Giriwijoyo, S. (2004). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung : FPOK – UPI.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2004). *Development Psychology*. Jakarta: Erlangga.
- Ifdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(3), 107–113. Diambil dari: <http://journal2.um.ac.id/>.
- Irianto, D. P. (2000). *Pendidikan Kebugaran Jasmani Yang Efektif Dan Aman*. Yogyakarta: Lukman Offset.
- Kany. (2015). Hubungan Antara Body Image Dengan Konsep Diri Pada Wanita Yang Melakukan Olahraga Kebugaran Di Jetset Fitness Center Palembang. *Jurnal Psikologi*, 2(3), 1-11. Diambil dari: <http://eprints.binadarma.ac.id/>.
- Khair & Widiana. (2012). Efektivitas Pelatihan Pengenalan Diri Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 9(2), 131-152. Diambil dari: <http://psikologi.unj.ac.id/>.
- Komala, A., & Hardiyansyah, M. (2014, 23 Maret). Memilih Pusat Kebugaran Fitness. *Republika*. Diambil dari: <https://www.republika.co.id>.

- Lauster, P. (2001). *Tes Kepribadian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Lauster, P. (2002). *Tes Kepribadian* (D. H. Gulo, Penerjemah). Jakarta: Bumi Aksara.
- Maysizar, A. P. (2019, 16 Desember). Tren Gaya Hidup Sehat Di Fitness Center. *Okelifestyle*. Diambil dari: <https://lifestyle.okezone.com>.
- Murdoko, W. H. (2004). *Explore Your Personality-Plush: Prinsip Dasar Memahami Diri Sendiri Untuk Mencapai Keberhasilan Dalam Kehidupan Pribadi Dan Pekerjaan Tanpa Menyalahkan Orang Lain*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Noor, J. (2011). *Metodelogi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi Dan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana Prenda Media Group.
- Norman, K. (2005). Fitness And Healty Lifestyle (Fitness Demi Otak Dan Mental). *Majalah Repts Sportisi Indonesia*, 5(11), 39-42.
- Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya Diri, Body Image Dan Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 130-142. Diambil dari: <http://jurnal.untag-sby.ac.id>.
- Retno, I. Y. (2020). Gambaran Kepercayaan Diri Remaja Putri Yang Menggunakan Makeup. *Jurnal Psikologi*, 3(9), 1-11. Diambil dari: <https://digilib.esaunggul.ac.id>.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence : Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2003). *Fondation of Exercies Psychology. Campaign II: Human Kitnetics Publisher, Inc.*
- Wiranatha, F., & Supriyadi. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri Di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 38–47. Diambil dari: <https://ojs.unud.ac.id/>.
- Yanif, R.. H. (2006). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Kerja Pegawai Di BKD (Badan Kepegawaian Daerah) Kota Malang (tesis). Diambil dari: <http://etheses.uin-malang.ac.id>.
- Yeung. (2004). *Confidence*. Jakarta: Deras Book.