

## ABSTRAK

Era kebebasan informasi membawa dampak negatif bagi perempuan, terutama terkait stigma negatif dan perasaan kurang aman tentang fisik dan aspek lain dalam hidup mereka. Fenomena ini dapat diminimalisir dengan menerapkan konsep *self-love*, di mana mencintai diri sendiri menjadi penting untuk menjaga kesehatan mental. Selain itu, *self-improvement* juga dapat membantu memperkuat rasa percaya diri dengan terus memperbaiki aspek-aspek diri. Penelitian ini merancang buku ilustrasi "*Women and Happiness*" sebagai media motivasi untuk meningkatkan *self-confidence* pada remaja yang merasa tidak percaya diri. Diharapkan buku ini dapat membantu perempuan menghargai dan bersyukur atas apa yang ada dalam diri mereka.

Kata kunci: stigma negatif, perempuan, penampilan fisik, buku ilustrasi, kepercayaan diri, *self-love*.