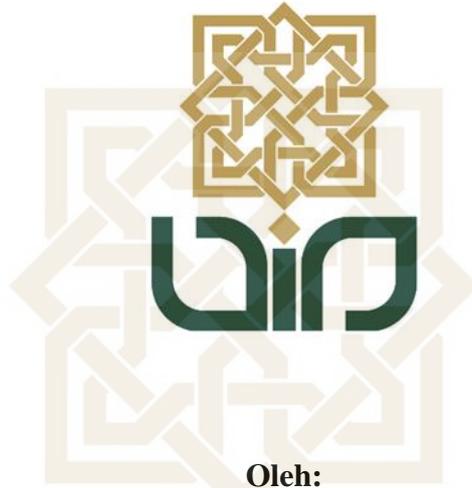


**DAMPAK KONTEN TIKTOK PADA CITRA TUBUH SISWA PUTRI DI  
SMKS TEKNOLOGI YPL LIRIK INDRAGIRI HULU RIAU**



**Oleh:**

**Raras Rahcmatul Husna**

**NIM: 21200012055**

**TESIS**

Diajukan Kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh

Gelar Master of Arts (M.A.)

Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

**YOGYAKARTA**

**2024**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-238/Un.02/DPPs/PP.00.9/03/2024

Tugas Akhir dengan judul : Dampak Konten TikTok pada Citra Tubuh Siswa Putri di SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu Riau

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RARAS RAHCMATUL HUSNA, S.Pd  
Nomor Induk Mahasiswa : 21200012055  
Telah diujikan pada : Rabu, 06 Maret 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

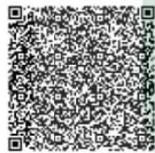
dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I  
Dr. Suhadi, S.Ag., M.A.  
SIGNED

Valid ID: 65f27a79e6b2c



Penguji II  
Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 65f14cd97bf32



Penguji III  
Retno Pandan Arum Kusumawardhani,  
S.Psi,M.Si.Psi  
SIGNED

Valid ID: 65f13ebfad1f6



Yogyakarta, 06 Maret 2024  
UIN Sunan Kalijaga  
Direktur Pascasarjana  
Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.  
SIGNED

Valid ID: 65f29c607706c

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Raras Rahmatul Husna  
NIM : 21200012055  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 16 Februari 2024

Saya yang menyatakan,



Raras Rahmatul Husna  
NIM: 21200012055

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Raras Rahcmatul Husna  
NIM : 21200012055  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 16 Februari 2024

Saya yang menyatakan,



Raras Rahcmatul Husa  
NIM: 21200012055

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth,  
Direktur Pascasarjana  
UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

*Assalamu'alaikum wr.wb*

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: **KONTEN TIKTOK DALAM MENINGKATKAN CITRA TUBUH SISWA PUTRI DI SMKS TEKNOLOGI YPL LIRIK INDRAGIRI HULU RIAU**

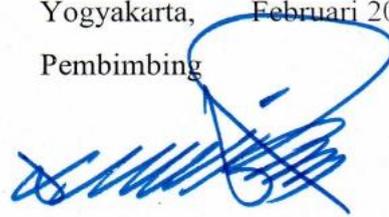
Yang ditulis oleh:

Nama : Raras Rahmatul Husna, S.Pd  
NIM : 21200012055  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Magister (S2) Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Master of Art (M.A)

*Wassalamu'alaikum wr.wb*

Yogyakarta, Februari 2024  
Pembimbing



Dr. H. Muhsin., S.Ag., M.A., M.Pd

## ABSTRAK

TikTok, sebagai salah satu platform media sosial yang paling populer, telah menarik perhatian besar dari berbagai kalangan, khususnya generasi muda. TikTok muncul sebagai fenomena yang memainkan peran kunci dalam membentuk citra tubuh remaja. Melalui video-videonya yang beragam, TikTok sering kali menghadirkan standar kecantikan yang tidak realistis, memicu tekanan pada remaja untuk mencapai penampilan yang “ideal”. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak konten TikTok terhadap citra tubuh siswa putri di SMKS Teknologi YPL Lirik, Indragiri Hulu, Riau. Dengan melibatkan pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat delapan jenis konten TikTok yang diminati oleh siswa putri SMKS Teknologi YPL, meliputi *Tips and Trick*, *Mukbang*, *Skincare*, *Fashion*, *Dance Challenge*, *Quotes*, *Jedag Jedug*, dan Drama Korea. Konten-konten yang berkaitan dengan perawatan diri seperti *tips and trick*, *skincare* dan *fashion* menunjukkan dampak yang lebih positif terhadap citra tubuh dibandingkan dengan konten-konten lainnya seperti, *dance challenge*, *mukbang*, *quotes*, *jedag jedug*, dan drama Korea. Penggunaan TikTok juga memberikan pengaruh baik secara internal maupun eksternal. Secara internal, persepsi dan penilaian terhadap citra tubuh dapat dipengaruhi oleh konten TikTok. Beberapa informan mengalami dampak negatif seperti perasaan tidak puas terhadap penampilan diri dan penurunan rasa percaya diri, sementara yang lain merasakan dampak positif seperti motivasi untuk merawat diri lebih baik. Secara eksternal, interaksi dengan teman sebaya, keluarga, dan media sosial turut membentuk persepsi dan sikap terhadap citra tubuh. Dukungan positif dari keluarga dapat memotivasi untuk merawat diri dengan baik, sementara tekanan sosial dan komentar negatif dari teman sebaya dapat menyebabkan ketidakpuasan terhadap penampilan diri.

**Kata Kunci:** *TikTok*, *Citra Tubuh* dan *Siswa Putri*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO

*“Kita memegang kendali atas gambar-gambar yang memenuhi pikiran kita”*

(Jeff Keller)\*



---

\*Jeff Keller, “Attitude is Everything”, (Indonesia: PT. Rene Turos, 2022): 52

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa hormat dan cinta, tesis ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua penulis, Bapak M. Soeharno dan Ibu Sumarni. Doa, dukungan, dan cinta tanpa henti dari kalian telah menjadi kekuatan utama dalam perjalanan studi ini.

Terima kasih atas segala pengorbanan dan kasih sayang yang tak terhingga.



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan kerendahan hati penulis mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat sehat jasmani dan rohani selama perjalanan penulisan tesis ini. Dengan pertolongan-Nya, penulis berhasil menyelesaikan tesis dengan judul: “*Konten Tiktok dalam Meningkatkan Citra Tubuh Siswa Putri di SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu Riau.*”

Shalawat berserta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW, Semoga rahmat dan damai-Nya senantiasa menyertai kita semua. Amin. Penulisan tesis ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Abdul Mustaqim, M.Ag., selaku direktur Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Nina Mariana Noor, M.A., selaku Ketua Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Dr. H. Muhsin., S.Ag., M.A., M.Pd., sebagai pembimbing yang selalu bersabar dalam memberikan bimbingan dan motivasi dalam masa pengerjaan tesis ini. Semoga Allah SWT memberikan kesehatan, keberkahan, dan kebahagiaan kepada beliau dan keluarga.

5. Bapak Dr. Suhadi, S.Ag., MA., selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah memberikan semangat dan motivasi akademik selama di Pascasarjana.
6. Para Dosen program studi *Interdisciplinary Islamic Studies* konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam UIN Sunan Kalijaga yang telah memberikan limpahan ilmu pengetahuan.
7. Keluarga besar SMKS Teknologi YPL Lirik yang telah bersedia membantu dan memberikan data yang dibutuhkan peneliti.
8. Keluarga besar mahasiswa angkatan 2021 genap konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam yang menjadi teman berproses selama menempuh pendidikan di Pascasarjana.
9. Segala instansi atau individu yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya, penulis berharap agar kebaikan yang telah diberikan dapat memperoleh balasan yang sepadan dari Allah SWT, menjadi amal sholeh yang diterima oleh-Nya. Meskipun penulis sadar akan segala kekurangan dan keterbatasan dalam tesis ini, namun penulis berharap semoga tesis ini memberikan manfaat bagi penulis secara khusus, dan bagi semua pihak pada umumnya.

Yogyakarta, 16 Februari 2024

Penulis



Raras Rahmatul Husna

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	v
ABSTRAK.....	vi
MOTTO .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Kajian Pustaka.....	6
E. Kerangka Teoritis .....	11
1. Konten TikTok.....	11
2. Citra Tubuh .....	21
F. Konten TikTok dan Citra Tubuh dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam .....	29
G. Metode Penelitian.....	33
1. Jenis Penelitian.....	33
2. Subjek dan Objek Penelitian .....	33
3. Lokasi Penelitian.....	34
4. Teknik Pengumpulan Data.....	34
5. Teknik Validasi Data.....	35
6. Teknik Analisis Data.....	35
H. Sistematika Pembahasan .....	35
BAB II GAMBARAN UMUM SMKS TEKNOLOGI YPL LIRIK DAN PENGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK PADA SISWA .....	37

A.	SMKS Teknologi YPL.....	37
1.	Sejarah.....	37
2.	Visi dan Misi Sekolah.....	38
3.	Program Keahlian SMKS Teknologi YPL.....	38
4.	Struktur Organisasi SMKS Teknologi YPL Lirik.....	39
B.	Gambaran Umum Penggunaan Media Sosial Tiktok di SMKS Teknologi YPL.....	40
1.	Alasan Penggunaan TikTok.....	40
2.	Manfaat TikTok.....	42
3.	Aktivitas Penggunaan TikTok.....	44
4.	Perbandingan dengan Media Sosial Lain.....	46
<b>BAB III JENIS-JENIS KONTEN TIKTOK DAN PENGARUHNYA TERHADAP CITRA TUBUH SISWA PUTRI DI SMKS TEKNOLOGI YPL LIRIK INDRAGIRI HULU RIAU .....</b>		<b>49</b>
A.	Jenis-Jenis konten TikTok yang Diminati Oleh Siswa Putri di SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu Riau .....	49
1.	<i>Tips and Trick</i> .....	49
2.	<i>Mukbang</i> .....	63
3.	<i>Skincare</i> .....	76
4.	<i>Fashion</i> .....	88
5.	<i>Dance Challenge</i> .....	99
6.	<i>Quotes</i> .....	110
7.	<i>Jedag-Jedug</i> .....	122
8.	Drama Korea.....	130
B.	Pengaruh Konten TikTok Terhadap Citra Tubuh Siswa Putri di SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu Riau .....	140
1.	Internal.....	140
2.	Eksternal.....	153
<b>BAB IV PENUTUP.....</b>		<b>164</b>
A.	Kesimpulan.....	164
B.	Saran.....	165
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>167</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>		<b>173</b>

## DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1 Struktur Organisasi SMKS Teknologi Yayasan Pendidikan Lirik
- Gambar 2 Konten TikTok yang Dibuat Oleh Salah Satu Siswa Putra
- Gambar 3 Konten TikTok yang Dibuat Oleh Salah Satu Siswa Putri
- Gambar 4 Siswa Menggunakan TikTok Sebagai Sarana Pembelajaran
- Gambar 5 Siswa Putri Sedang Membuat Konten TikTok
- Gambar 6 Siswa Menggunakan TikTok Bersama di Ruang Kelas
- Gambar 7 Konten TikTok *Skincare* Laura Siburian
- Gambar 8 Konten TikTok *Tips and Trick*
- Gambar 9 Konten TikTok *Mukbang* Tan Boy Kun
- Gambar 10 Konten TikTok Kuliner *Street Food*
- Gambar 11 Konten TikTok *Mukbang* Mie
- Gambar 12 Konten TikTok *Fashion*
- Gambar 13 Konten TikTok *Dance*
- Gambar 14 Fitur *Posting* Ulang Pada TikTok
- Gambar 15 Konten TikTok *Quote*
- Gambar 16 Konten TikTok *Jedag Jedug*
- Gambar 17 Konten TikTok *Drama Korea*
- Gambar 18 Wawancara FS
- Gambar 19 Wawancara HE
- Gambar 20 Wawancara MAF
- Gambar 21 Wawancara ASA
- Gambar 22 Wawancara RFD
- Gambar 23 Foto Bersama Ketua Yayasan dan Kepala TU
- Gambar 24 Akun TikTok FS
- Gambar 25 Akun TikTok HE
- Gambar 26 Akun TikTok MAF
- Gambar 27 Akun TikTok ASA
- Gambar 28 Akun TikTok RFD

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Fitur-Fitur TikTok
Tabel 2	Jenis-Jenis Konten TikTok dan Dampaknya Terhadap Citra Tubuh
Tabel 3	Pengaruh TikTok Terhadap Citra Tubuh



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kemunculan media sosial tidak terlepas dari perkembangan internet. Media sosial merupakan *platform online* yang memfasilitasi berbagai aktivitas sosial dan memungkinkan pengguna untuk berinteraksi, bekerja sama, berbagi konten, berkomunikasi, dan membentuk hubungan sosial secara virtual.<sup>1</sup> Pada era teknologi saat ini, semua orang dapat dengan mudah mengakses media sosial melalui perangkat *smartphone* yang mereka miliki. Hal ini semakin mempermudah individu untuk menangkap momen-momen menarik di berbagai tempat dan waktu. Kemudian mereka dapat mengunggah gambar atau video tersebut ke berbagai platform media sosial. Aktivitas ini memberikan kesenangan baru bagi penggunanya.<sup>2</sup>

Menurut survei terbaru yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tentang Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia tahun 2023, terdapat peningkatan jumlah pengguna internet. Dalam survei tersebut, ditemukan bahwa sekitar 215 juta orang, atau sekitar 78,19% dari populasi yang menggunakan internet. Angka ini menunjukkan peningkatan sebesar 1% dibandingkan dengan tahun sebelumnya, hal ini

---

<sup>1</sup> Gumgum Gumilar, Justito Adiprasetio dan Nunik Maharani, "Literasi Media: Cerdas Menggunakan Media Sosial Dalam Menanggulangi Berita Palsu (Hoax) Oleh Siswa SMA," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, No. 1, (2017): 35

<sup>2</sup> Witanti Prihatiningsih, "Motif Penggunaan Media Sosial Instagram Di Kalangan Remaja," *Jurnal Communication* 8, No. 1, (2017): 52

menunjukkan bahwa semakin banyak orang yang menggunakan internet dan bahkan kini sudah termasuk kedalam gaya hidup.<sup>3</sup>

TikTok telah menjadi salah satu media sosial yang paling populer di Indonesia, menurut data yang dirilis oleh Databoks Indonesia menempati urutan kedua tertinggi setelah Amerika Serikat, dengan 113 juta pengguna.<sup>4</sup> Pengguna dapat membuat dan berbagi video pendek pada aplikasi ini, serta terdapat fitur "*Stitch*" memungkinkan pengguna untuk bekerja sama dengan video pengguna lain. TikTok diluncurkan oleh *ByteDance* dengan nama Douyin di Tiongkok pada tahun 2016, namun pada tahun 2017 *ByteDance* mengakuisisi aplikasi musik *lip-sync* yang populer bernama *Musical.ly* dan menggabungkan kedua platform ini menjadi satu dan mengganti namanya menjadi TikTok. Meskipun TikTok berhasil mencuri perhatian banyak orang dengan kesuksesannya, juga timbul kekhawatiran tentang efek berlebihan dari penggunaan TikTok terhadap pemikiran dan tindakan penggunanya, terutama di kalangan generasi muda.

TikTok muncul sebagai panggung kreatif bagi para remaja yang bersemangat untuk berbagi dan mengekspresikan diri. Salah satu konten TikTok yang paling banyak diminati saat ini adalah mengenai *beauty* dan *fashion*, dengan tingginya minat para remaja terhadap konten tersebut mengakibatkan terjadinya perkembangan konsep *ideal-self* yang mengarah

---

<sup>3</sup> APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia), "Survei Internet APJII 2023," <https://survei.apjii.or.id/> diakses pada 16 Juni 2023

<sup>4</sup> Cindy Mutia Annur, "Survei Negara dengan Jumlah Pengguna TikTok Terbanyak di Dunia April 2023," <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/05/24/pengguna-tiktok-di-indonesia-terbanyak-kedua-di-dunia-per-april-2023-nyaris-salip-as> diakses pada 16 Juni 2023

pada istilah “*body goals*”. Pada kalangan remaja, kini citra tubuh menjadi faktor yang sangat penting. Hal ini juga tidak terlepas dari peran para konten kreator yang mencoba menampilkan bentuk tubuh yang dianggap ideal kepada banyak orang untuk mendapatkan tanggapan berupa komentar dan *likes* yang banyak dari penonton, sehingga istilah *body goals* ini kian populer dikalangan para kawula muda terutama remaja putri.<sup>5</sup>

Setiap orang memiliki pandangan pribadi tentang dirinya sendiri, terkait bagaimana ia memaknai dan menilai kelebihan serta kekurangannya.<sup>6</sup> Media sosial sering kali memperlihatkan gambaran penampilan yang dianggap “sempurna” oleh standar yang sering tidak realistis. Jika hal tersebut dikonsumsi secara terus menerus dapat mempengaruhi pandangan remaja putri terhadap dirinya sendiri secara keseluruhan. Akibatnya, munculnya perasaan tidak puas dengan penampilan pribadi dan merasa tidak percaya diri karena tidak sesuai dengan standar yang ada.<sup>7</sup> Pada usia remaja, pengembangan *self-esteem* merupakan bagian penting dari perkembangan identitas dan kepercayaan diri. Pengaruh media sosial, termasuk TikTok, dapat berdampak besar pada pandangan remaja putri dalam mengukur nilai dirinya.

---

<sup>5</sup> Alike Salsabila Rahma dan Siti Qodariah, “Pengaruh Self Esteem terhadap Body Image Remaja Akhir Putri Pengguna Tiktok,” *Bandung Conference Series: Psychology Science* 2, No. 2, (2022): 222

<sup>6</sup> Mitha Mayestika Kuen dan Fyan Andinasari Kuen, “Eksistensi Braggadocian Behavior Pada Media Sosial Tiktok (Studi Fenomenologi Pada Remaja di Kota Makassar),” *Jurnal Ilmiah Pranata Edu* 2, No.2, (2020): 52

<sup>7</sup> Dian Novita Sari Chandra Kusuma dan Roswita Oktavianti, “Penggunaan Aplikasi Media Sosial Berbasis Audio Visual dalam Membentuk Konsep Diri (Studi Kasus Aplikasi Tiktok),” *Koneksi* 4, No. 2, (2020): 373

Tidak hanya terbatas pada konten seputar *beauty* dan *fashion*, TikTok juga menawarkan beragam jenis konten yang dapat menjadi sarana untuk mendukung pengembangan diri dan kesejahteraan mental remaja putri. Hal ini menunjukkan bahwa TikTok tidak hanya memberikan pengaruh negatif tetapi juga memberikan pengaruh positif bagi penggunanya. Konten-konten dengan tema seperti kesehatan mental dan pemberdayaan diri dapat memberikan dorongan positif kepada remaja putri untuk meningkatkan keterampilan, penampilan, mencapai prestasi akademis, dan menjaga kesejahteraan emosional mereka. Selain itu, sudah banyak *influencer* yang menyajikan konten positif terkait dengan menjaga penampilan dan kesehatan diri tanpa membatasi diri pada norma kecantikan yang sempit. Hal ini menciptakan lingkungan di mana remaja putri dapat merasa diterima dan dihargai tanpa harus memenuhi standar kecantikan yang sering kali tidak realistis.

Penting bagi remaja putri untuk menggunakan TikTok dengan bijak, memilih konten yang memberikan nilai positif, dan selalu mempertahankan kesadaran diri tentang dampak yang mungkin dimiliki oleh konten tersebut. Dengan demikian, TikTok dapat menjadi alat yang bermanfaat dalam mendukung perkembangan pribadi dan kesejahteraan emosional remaja putri jika digunakan secara tepat dan bertanggung jawab.

Kepopuleran TikTok tidak hanya terbatas pada skala global, tetapi juga turut dirasakan oleh siswa putri di SMKS Teknologi YPL Lirik, Indragiri Hulu, Riau. Sebagai sekolah yang berfokus pada teknologi, siswa putri di sekolah tersebut mungkin memiliki akses yang lebih luas ke berbagai aplikasi dan

media sosial, termasuk TikTok. Oleh karena itu, peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai gambaran citra tubuh yang ada pada siswa putri di SMKS Teknologi YPL Lirik. Pada tahap ini, siswa putri sedang berada dalam fase usia remaja yang penuh dengan perubahan, baik fisik maupun emosional. Penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai pengaruh konten media sosial TikTok, yang mungkin dapat mempengaruhi citra tubuh siswa putri di SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu Riau.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dirumuskan beberapa masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana jenis-jenis konten TikTok untuk meningkatkan citra tubuh siswa putri di SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu Riau?
2. Bagaimana pengaruh konten TikTok untuk meningkatkan citra tubuh siswa putri di SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu Riau?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk mendeskripsikan, menganalisis jenis-jenis konten TikTok dalam meningkatkan citra tubuh siswa putri pengguna TikTok di SMKS Teknologi YPL Lirik.
2. Untuk mendeskripsikan, menganalisis pengaruh konten media sosial TikTok terhadap citra tubuh siswa putri di TikTok di SMKS Teknologi YPL Lirik.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjawab pertanyaan rumusan masalah dan memberikan informasi yang bermanfaat bagi pembaca. Informasi ini dapat digunakan untuk mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang perilaku remaja dalam konteks penggunaan media sosial serta dampak yang ditimbulkan.

#### **D. Kajian Pustaka**

Fase remaja merupakan periode yang sangat penting dan rentan dalam kehidupan manusia. Fase ini sering dikenal sebagai pubertas, menggambarkan peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa remaja awal. Pada tahap ini, terjadi berbagai perubahan, baik dalam aspek fisik maupun psikologis.<sup>8</sup> Menerima perubahan fisik yang terjadi, terutama saat memasuki masa pubertas, bukanlah hal yang mudah bagi para remaja. Sebab pada periode pubertas terjadi perubahan tubuh secara signifikan. Perubahan yang mencolok dalam bentuk tubuh muncul dalam rentang waktu ini dan seringkali menimbulkan perasaan tidak nyaman bagi remaja awal, terutama di kalangan remaja putri.<sup>9</sup>

Saat remaja putri memasuki masa pubertas, mereka cenderung mengalami kenaikan berat badan rata-rata sekitar 22kg, termasuk penambahan lemak sebanyak 9 - 13kg yang umumnya terakumulasi di daerah pinggul, paha, bokong, dan pinggang. Temuan dari penelitian di beberapa negara berkembang

---

<sup>8</sup> Nila Zaimatus Septiana dan Jesi Darina, "Membangun Self Love Pada Remaja Pengguna Instagram Ditinjau dari Perspektif Dramaturgi (Studi Fenomenologi Remaja Pengguna Instagram di Desa Ngebrak)," *SHINE: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 2, No.1, (2021): 3

<sup>9</sup> Made Feby Putri Pramaetri dan Ni Made Ari Wilani, "Peran Kebersyukuran dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Citra Tubuh Remaja," *Jurnal Psikologi Konseling* 14, No. 1, (2023): 2

menunjukkan bahwa sekitar 50% - 80% remaja putri memiliki keinginan untuk memiliki tubuh yang lebih langsing. Prevalensi dari perilaku diet dalam kelompok ini berkisar antara 20% - 60%.<sup>10</sup> Hal ini mengindikasikan bahwa banyak remaja putri yang merasa tidak nyaman dan percaya diri terhadap bentuk tubuhnya sendiri saat memasuki masa pubertas.

Penampilan memiliki peran penting bagi para remaja, sehingga banyak di antara mereka yang berupaya untuk meningkatkan penampilan fisik mereka guna mencapai bentuk tubuh yang dianggap ideal. Penelitian oleh Kurniawan, Hartati, dan Rinaldi menyebutkan bahwa sebagian besar remaja yang terlibat dalam latihan kebugaran cenderung memiliki pandangan negatif terhadap citra tubuh mereka (*body image*). Remaja yang berupaya mengurangi lemak tubuh memiliki skor citra tubuh yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang bermotivasi untuk meningkatkan berat badan. Terdapat perbedaan yang signifikan dalam harga diri remaja, bergantung pada motif latihan kebugaran yang diikuti. Remaja yang bertujuan mengurangi berat lemak memiliki skor harga diri (*self esteem*) yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang bertujuan untuk meningkatkan berat badan. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dan harga diri pada remaja yang mengikuti latihan kebugaran, tergantung pada motif yang mendasari partisipasi mereka dalam latihan tersebut.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Tsamarah Zhafirah dan Adi Dinardinata, "Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Pada Siswi SMA Kesatrian 2 Semarang," *Jurnal Empati* 7, No.2, (2018): 336

<sup>11</sup> Arif Kurniawan, Niken Hartati dan Rinaldi, "Hubungan Antara *Body image* dengan *Self Esteem* Pada Remaja Ditinjau dari Motif Mengikuti Latihan Fitness," *CAUSALITA: Journal of Psychology* 1, No.1, (2023): 46-47

Apabila seorang remaja merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya yang sebenarnya, hal ini dapat menyebabkan kesulitan bagi remaja tersebut dalam mengevaluasi dan menghargai dirinya secara menyeluruh. Jika dibiarkan dapat menimbulkan masalah dan perasaan tidak bahagia saat masa remaja.<sup>12</sup> Hal ini juga sesuai dengan pendapatnya Yosep dan Stuni sebagaimana dikutip oleh Agustin, mereka berpendapat bahwa ketika seseorang merasa tidak puas dengan ciri-ciri dan kemampuan yang dimilikinya, hal tersebut dapat memicu ketidaknyamanan terhadap dirinya sendiri saat berada dalam suatu lingkungan sosial yang tercermin melalui perasaan negatif tentang penampilan fisiknya.<sup>13</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Siti Erma Maemunah mengenai hubungan antara kepuasan citra tubuh dan harga diri pada mahasiswi fakultas psikologi menunjukkan hasil, bahwa mayoritas mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung puas dengan citra tubuh mereka (53%). Fakultas ini tidak mendorong pandangan tubuh ideal atau standar penampilan. Mahasiswi menerima bentuk tubuh dan merasa nyaman dengan penampilan fisik mereka. Kemudian analisis lainnya juga menunjukkan bahwa tidak ada korelasi signifikan antara kepuasan citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self-esteem*) pada mahasiswi tersebut. Kepuasan citra tubuh (*body image*) tidak langsung memengaruhi keyakinan terkait kesuksesan, kemampuan

---

<sup>12</sup> Shinta Widya Ratri, Tritjahjo Danny Soesilo dan Setyorini, "Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas X Pemasaran (PM) di SMK Negeri 1 Salatiga," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman* 5, No.1, (2019): 49

<sup>13</sup> Dian Agustin, Muhammad Khabib dan Hendra Adi Prasetya, "Gambaran Harga Diri, Citra Tubuh, dan Ideal Diri Remaja Putri Berjerawat," *Jurnal Keperawatan* 6, No.1, (2018): 10

menghormati diri, memenuhi kebutuhan, aspirasi, dan kebanggaan atas prestasi.<sup>14</sup>

Paparan konten dari media sosial dapat memicu penilaian negatif terhadap persepsi tubuh seorang remaja putri, ketika penggunaannya mulai membandingkan dirinya dengan konsep ideal yang ada di media sosial.<sup>15</sup> Menurut studi yang dilakukan oleh kehadiran TikTok sebagai *platform* media sosial yang unik membawa dampak negatif yang signifikan bagi citra tubuh. Salah satu fitur yang membuat TikTok berbeda adalah kemampuannya untuk menyajikan berbagai konten sesuai dengan minat pengguna tanpa perlu langganan atau mencari terlebih dahulu. Namun, masalah muncul ketika pengguna sering mencari konten yang berfokus pada citra tubuh. TikTok juga cenderung menyarankan konten yang sesuai dengan minat pengguna, termasuk konten yang berpotensi merusak citra tubuh.<sup>16</sup>

Hasil studi yang dilakukan oleh Putri dan Azeharie menunjukkan bahwa penggunaan media sosial TikTok memiliki dampak terhadap tingkat kepercayaan diri remaja putri dalam hal penampilan. Hal ini terjadi karena remaja putri cenderung sering melakukan perbandingan diri terutama dengan teman sebaya mereka. Meskipun demikian, sejumlah remaja putri juga menunjukkan tingkat literasi media yang tinggi, yang mengartikan bahwa

---

<sup>14</sup> Siti Erma Maemunah, "Hubungan Antara Tingkat Kepuasan Citra Tubuh (*Body Image*) Dengan Harga Diri (*Self Esteem*) Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi," *Jurnal Aksioma Al-Asas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 1, No.1 (2020): 32-35

<sup>15</sup> A. Putri Maharani Usmar, Eva Meizara Puspita Dewi dan Harlina Hamid, "Pengaruh Upward Comparison Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Pengguna Media sosial Di Kota Makassar," *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora* 1, No. 4, (2022): 270

<sup>16</sup> Alfariid Kurnialandi, ElvieraGamelia, dan Siti Masfiah, "The Effect of Tiktok Usage Behavior on Body Image in Jenderal Soedirman University Students," *Jurnal IPTEK-KOM (Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Komunikasi)* 25, No. 1, (2023): 64

mereka memiliki pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana media sosial dapat mempengaruhi persepsi diri dan citra tubuh mereka.<sup>17</sup>

Studi yang dilakukan oleh Rahma dan Qodariah sebenarnya menyatakan bahwa konten di TikTok, terutama yang berkaitan dengan *beauty* dan *fashion*, tidak selalu berdampak buruk bagi penikmatnya. Sebaliknya, penelitian mereka menunjukkan bahwa penggunaan TikTok sebenarnya dapat membantu remaja merasa lebih percaya diri. Platform ini memberikan berbagai fitur yang sangat mendukung individu untuk memiliki tampilan yang lebih baik, seperti berbagai filter untuk meningkatkan penampilan, alat pengeditan yang dapat disesuaikan sesuai keinginan, dan banyak fitur lainnya. Bagi individu yang memiliki citra tubuh negatif, TikTok juga memfasilitasi dengan fitur-fitur seperti kemampuan untuk menonaktifkan komentar, menggunakan identitas yang tidak asli, fitur pemblokiran untuk menghindari tampilan dari orang yang tidak diinginkan.<sup>18</sup>

Dalam studinya Wahyuni dan Wilani menyebutkan bahwa orang yang memiliki pandangan positif terhadap citra tubuhnya merasa puas dengan bentuk fisiknya, sehingga merasa nyaman, gembira, dan memiliki rasa percaya diri. Di sisi lain, mereka yang memiliki persepsi negatif terhadap citra tubuh

---

<sup>17</sup> Shani Dwi Putri dan Suzy Azeharie, "Strategi Pengelolaan Komunikasi dalam Membentuk Personal Branding di Media Sosial Tiktok," *Koneksi* 5, No.2, (2021): 280

<sup>18</sup> Alike Salsabila Rahma dan Siti Qodariah, "Pengaruh Self Esteem terhadap Body Image Remaja Akhir Putri Pengguna Tiktok," *Bandung Conference Series: Psychology Science* 2, No.2 (2022): 226

menghadapi tantangan dalam berinteraksi dengan orang lain, merasa cemas, dan memiliki tingkat harga diri yang rendah.<sup>19</sup>

Berdasarkan hasil-hasil penelitian yang telah disebutkan dapat disimpulkan bahwa fase remaja merupakan periode yang krusial dan rawan dalam kehidupan manusia. Selama fase ini terjadi perubahan signifikan, baik secara fisik maupun psikologis. Pada remaja putri, perubahan signifikan dalam berat badan dan bentuk tubuh dapat menghasilkan pandangan negatif terhadap citra tubuh dan harga diri yang rendah, ditambah lagi dengan pengaruh penggunaan media sosial. Meskipun banyak yang berusaha mencapai citra tubuh ideal, namun beberapa remaja dapat menerima perubahan fisik dengan positif.

## **E. Kerangka Teoritis**

### **1. Konten TikTok**

#### **a. Pengertian Konten TikTok**

##### **1) Pengertian Konten TikTok**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), konten adalah data atau informasi yang dapat diakses melalui media atau perangkat elektronik.<sup>20</sup> Menurut Cangara, pesan atau konten adalah apa pun yang dikomunikasikan oleh seseorang melalui simbol-simbol dan diterima oleh penonton dengan berbagai makna. Oleh

---

<sup>19</sup> Gusti Ayu Komang Tri Eka Wahyuni dan Ni Made Ari Wilani, "Hubungan Antara Komparasi Sosial Dengan Citra Tubuh Pada Remaja Laki-Laki Di Denpasar," *Jurnal Psikologi Udayana* 6, No. 1, (2019): 182

<sup>20</sup> Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, "Arti Kata Konten - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online," <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/konten> diakses pada 02 Oktober 2023

karena itu, untuk memastikan bahwa komunikasi melalui platform digital ini efektif, diperlukan strategi yang tepat untuk menghasilkan pesan yang bermakna dan memuaskan pendengar.<sup>21</sup> Sementara itu, dalam konteks TikTok, “konten” mengacu pada sejumlah video-video pendek atau foto yang dibuat dan dibagikan oleh pengguna TikTok di *platform* tersebut. TikTok adalah *platform* yang sangat visual dan berfokus pada kreativitas, di mana pengguna sering menggabungkan elemen-elemen seperti musik, efek khusus, dan narasi pendek untuk menciptakan konten yang menarik dan menghibur.

## 2) Jenis-Jenis Konten TikTok

Dilansir dari *campusdigital*, terdapat 8 jenis konten teratas di TikTok yaitu.<sup>22</sup>

### a) Konten “*Tips and Trick*”

Konten ini umumnya berisi saran praktis, trik, atau panduan tentang berbagai hal, seperti cara melakukan

sesuatu dengan lebih efisien, memecahkan masalah, atau membagikan pengetahuan yang berguna kepada pengguna

TikTok lainnya.

---

<sup>21</sup> Ricko dan Ahmad Junaidi, “Analisis Strategi Konten Dalam Meraih Engagement pada Media Sosial Youtube (Studi Kasus Froyonion),” *Prologia* 3, No. 1, (2019): 231

<sup>22</sup> Krisna Suzana, “TikTok: Jenis-Jenis Konten, Terbaru,” <https://campusdigital.id/artikel/tiktok-jenis-jenis-konten-terbaru?ref=farisfanani> diakses pada 02 Oktober 2023

b) Konten *Mukbang*

*Mukbang* adalah istilah dari Korea Selatan yang mengacu pada video di mana seseorang makan makanan dalam jumlah besar sambil berbicara atau berinteraksi dengan pemirsa. Jenis konten ini merupakan kombinasi antara hiburan dan kuliner.

c) Konten Edukasi

Jenis konten ini berfokus pada pendidikan dan pembelajaran. Pengguna memberikan informasi atau pelajaran singkat mengenai topik tertentu, mulai dari sejarah hingga ilmu pengetahuan, dengan cara yang menarik dan mudah dipahami.

d) Konten Memasak (*Cooking*)

Konten ini berpusat pada memasak dan resep. Pengguna berbagi tutorial atau demo memasak berbagai hidangan, memperlihatkan langkah-langkahnya, dan sering kali menampilkan hasil akhirnya.

e) Konten *Skincare*

Konten *skincare* berkaitan dengan perawatan kulit. Pengguna berbagi rutinitas perawatan kulit, ulasan produk, dan tips kecantikan untuk mencapai kulit yang sehat dan cantik.

f) Konten *Fashion*

*Fashion* adalah konten yang menampilkan pakaian, gaya, atau tren terbaru dalam dunia mode. Pengguna sering membagikan inspirasi fashion, tips berpakaian, atau ulasan produk *fashion*.

g) Konten *Affiliate*

Jenis konten ini seringkali terkait dengan pemasaran afiliasi di mana pengguna mempromosikan produk atau layanan tertentu dan mendapatkan komisi jika penonton mereka melakukan pembelian melalui tautan afiliasi yang disediakan.

h) Konten *Dance Challenge*

*Dance Challenge* di TikTok merupakan jenis konten yang sangat populer. Pengguna menciptakan tarian atau ikut serta dalam tantangan tarian yang sedang populer di TikTok, sering kali menggunakan musik atau gerakan tertentu.

b. Konten Negatif dan Konten Positif

TikTok sama halnya seperti platform media sosial lainnya yang memiliki dua kategori jenis konten, yaitu negatif dan positif. Berikut adalah beberapa aspek utama yang berkaitan dengan kedua kategori tersebut:<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> Detta Rahmawan, Jimi Narotama Mahameruaji dan Renata Anisa, "Pengembangan Konten Positif Sebagai Bagian Dari Gerakan Literasi Digital," *Jurnal Kajian Komunikasi* 7, No. 1 (2019): 37-38

### 1) Konten Negatif

Konten negatif adalah jenis konten yang cenderung memiliki dampak yang merugikan atau tidak diinginkan bagi individu, kelompok, atau masyarakat secara umum. Konten negatif dapat mencakup hal-hal seperti:

- a) Provokasi Isu SARA
- b) Konten Pornografi
- c) Ujaran Kebencian
- d) Hoaks

### 2) Konten Positif

Konten positif adalah jenis konten yang memberikan dampak yang baik atau bernilai bagi individu, kelompok, atau masyarakat. Konten positif dapat mencakup hal-hal seperti:

- a) Informasi dan Pendidikan
- b) Inspirasi dan Pemberdayaan
- c) Hiburan yang Positif

### c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penggunaan TikTok

Menurut Deriyanto terdapat dua faktor yang mempengaruhi seseorang dalam menggunakan aplikasi TikTok yaitu:<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> Fathul Qorib Demmy Deriyanto, "Persepsi Mahasiswa Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang Terhadap Penggunaan Aplikasi TikTok," *JISIP: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik* 7, No. 2, (2018): 80

### 1) Faktor Internal

Faktor internal memiliki dampak besar pada penggunaan aplikasi TikTok dan berasal dari perasaan atau kecenderungan yang ada dalam diri individu. Ini berarti bahwa jika seseorang merasa tertarik menggunakan aplikasi TikTok, maka dia akan menggunakan aplikasi tersebut, dan sebaliknya, jika dia tidak merasa tertarik, maka dia tidak akan menggunakannya. Penggunaan aplikasi TikTok oleh seseorang didasarkan pada keinginannya sendiri dan bukan dipengaruhi oleh orang lain.

### 2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal merujuk kepada pengaruh yang datang dari luar individu, seperti lingkungan sosial. Aplikasi TikTok bisa memengaruhi seseorang melalui faktor eksternal, seperti ketika seseorang terinspirasi atau diajak teman atau tetangga untuk menggunakan TikTok. Media sosial juga termasuk dalam kategori faktor eksternal, karena bisa memengaruhi pengetahuan seseorang. Jika seseorang tidak terpapar informasi tentang TikTok, kemungkinan besar mereka tidak akan mengenal aplikasi ini bahkan sampai menggunakannya. Dengan kata lain, informasi yang diterima oleh seseorang dapat mempengaruhi minat mereka terhadap aplikasi TikTok.

d. Fitur-Featir TikTok

TikTok merupakan *platform* media sosial yang terkenal yang menyajikan beragam fitur kreatif dan interaktif yang memungkinkan pengguna untuk menciptakan, berbagi, dan menikmati video-video singkat. Berikut beberapa fitur utama yang disediakan oleh TikTok:<sup>25</sup>

Tabel 1. Fitur-Featir TikTok

No.	Kategori	Featir
1	Membuat Video	a. Perekaman Video b. Pilihan Durasi Video c. <i>Timer</i> dan <i>Countdown</i>
2	Editor Video	a. Pemotongan Video b. Penambahan Efek Visual c. Penambahan Teks dan Stiker
3	Efek dan Filter	a. Filter Wajah b. Efek Khusus c. Filter Latar Belakang
4	Lagu dan Musik	a. Pemilihan Lagu b. Pemotongan dan Pengaturan Musik c. Pencarian Lagu dan Musik Tren
5	Tren dan <i>Hashtag</i>	a. Tren Video b. <i>Hashtag</i> Tren c. Tantangan Viral
6	Duet	a. Kolaborasi dengan Pengguna Lain

<sup>25</sup> "Menggunakan TikTok," <https://support.tiktok.com/id/using-tiktok> diakses pada 03 Oktober 2023

		<ul style="list-style-type: none"> <li>b. Respon Terhadap Video Orang Lain</li> <li>c. Penambahan Video Sampingan</li> </ul>
7	<i>Stich</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Membuat Video Berdasarkan Bagian dari Video Lain</li> <li>b. Kolaborasi Konten dengan Pengguna Lain</li> </ul>
8	<i>Live Streaming</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Siaran Langsung ke Pengikut</li> <li>b. Penjadwalan Siaran Langsung</li> </ul>
9	Pesan dan Komentar	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Komentar pada Video</li> <li>b. Pengiriman Pesan Pribadi</li> </ul>
10	Privasi dan Kontrol	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Pengaturan Privasi Akun</li> <li>b. Pengaturan Privasi Video</li> <li>c. Blokir dan Pelaporan Pengguna</li> </ul>
11	<i>Discovery</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Fitur Penjelajahan Konten</li> <li>b. Rekomendasi Berdasarkan Minat</li> </ul>
12	Notifikasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Pemberitahuan Tren dan Aktivitas Pengguna</li> <li>b. Notifikasi Respon Terhadap Video</li> <li>c. Notifikasi Siaran Langsung</li> </ul>
13	Penilaian	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Jumlah Suka pada Video</li> <li>b. Jumlah Komentar dan Berbagi</li> <li>c. Pengukuran Keterlibatan Konten</li> </ul>
14	Kontrol Orang Tua	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Pengaturan Batasan Konten</li> <li>b. Pantauan Aktivitas Anak-Anak</li> </ul>
15	TikTok <i>Stories</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Membagikan Cerita Pendek</li> <li>b. Reaksi Pengguna Lain</li> </ul>
16	TikTok <i>Shop</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Belanja Barang dan Produk</li> </ul>

e. Manfaat TikTok bagi Siswa

Berikut merupakan tiga manfaat TikTok yang dapat dirasakan oleh siswa, yaitu:<sup>26</sup>

1) Sarana Informasi

TikTok dapat berfungsi sebagai sumber informasi yang menarik bagi siswa. Beberapa pengguna TikTok membagikan pengetahuan, fakta, atau informasi informatif dalam video-video mereka. Siswa dapat memanfaatkan *platform* ini untuk belajar tentang berbagai topik, bahkan yang tidak selalu diajarkan di sekolah. Namun, penting untuk selalu memverifikasi keakuratan informasi yang ditemukan di TikTok.

2) Media Pembelajaran

TikTok dapat digunakan sebagai media pembelajaran yang kreatif. Guru atau siswa dapat membuat video-video pendek yang menjelaskan konsep-konsep pelajaran dengan cara yang lebih menarik dan interaktif. Ini dapat membantu siswa memahami materi pelajaran dengan lebih baik. Saat ini banyak konten kreator di TikTok yang telah menggunakan platform ini sebagai sarana pembelajaran. Siswa dapat mengikuti konten kreator yang sesuai dengan topik yang ingin mereka pelajari.

---

<sup>26</sup> Maulidiyah Rahmawati, "3 Manfaat Platform Tiktok bagi Pelajar/Mahasiswa," [https://www.kompasiana.com/maulidiyahrahmawati8272/62bdbee7725d2438bc2145c2/3-manfaat-platform-tik-tok-bagi-pelajar-mahasiswa?page=2&page\\_images=1](https://www.kompasiana.com/maulidiyahrahmawati8272/62bdbee7725d2438bc2145c2/3-manfaat-platform-tik-tok-bagi-pelajar-mahasiswa?page=2&page_images=1) diakses pada 03 Oktober 2023

### 3) Mencari Koneksi Pertemanan

TikTok juga dapat mempermudah siswa dalam menjalin hubungan pertemanan. Siswa dapat mencari teman-teman yang memiliki minat yang serupa. Bagi pelajar memiliki pertemanan yang saling mendukung dan berbagi pengetahuan dapat menjadi suatu hal yang sangat berharga dan berperan penting dalam meningkatkan perkembangan pendidikan mereka.

#### f. Pengaruh Konten Kecantikan terhadap Konsep Citra Tubuh

TikTok adalah platform media sosial yang memungkinkan pengguna untuk membuat dan berbagi video pendek. Pengaruh konten TikTok terhadap konsep citra tubuh bisa bervariasi, dan dampaknya dapat dirasakan secara positif atau negatif tergantung pada jenis konten yang dikonsumsi dan bagaimana individu meresponsnya.

Beberapa konten TikTok dapat memberikan inspirasi dan dorongan positif terkait citra tubuh. Video-video yang menyoroti keberagaman dan mendorong penerimaan diri sendiri dapat membantu meningkatkan citra tubuh positif. Di TikTok, pengguna memiliki kebebasan untuk mengunggah berbagai jenis konten, termasuk foto diri, gambar produk ataupun video pendek, serta berbagai kiriman lainnya. Mayoritas konten yang dibagikan di TikTok cenderung berfokus pada elemen audio visual. Khususnya, gambar dan video yang terkait dengan kecantikan dan persepsi tubuh ideal sering kali menjadi viral di *platform* ini, dan hal ini berdampak besar

pada cara pandang remaja putri terhadap tubuhnya. Orang yang terpapar secara berlebihan terhadap gambar-gambar atau video mengenai perempuan yang tampak menarik di media sosial bisa membentuk pandangan mereka tentang apa yang dianggap sebagai "cantik". Kriteria visual yang menarik sering kali dihubungkan dengan pakaian yang modis, tubuh yang langsing, wajah yang menarik, dan kulit yang cerah. Pemahaman semacam ini tentang kecantikan yang seragam kemudian membentuk budaya konsumsi di kalangan perempuan. Membuat perempuan lebih konsumtif agar mencapai kecantikan yang seragam sesuai dengan standar kecantikan yang ada.<sup>27</sup>

## 2. Citra Tubuh

### a. Pengertian Citra Tubuh

Menurut Cash dan Pruzinsky *body image* atau citra tubuh adalah penilaian individu terhadap bentuk tubuhnya, yang mencakup aspek-aspek seperti ukuran, bentuk, dan penampilan umum, serta mencerminkan tingkat kepuasan fisik individu terhadap diri mereka sendiri. Citra tubuh dapat bersifat positif atau negatif tergantung pada bagaimana individu menilai diri mereka sendiri. Komponen utama dari citra tubuh mencakup sikap evaluasi dan keyakinan individu

---

<sup>27</sup> Nafi Ibdiyana Musyarifani, "Pengaruh Citra Tubuh terhadap Budaya Konsumsi pada Perempuan," *SASDAYA: Gadjah Mada Journal of Humanities* 6, No.1, (2022): 70

terhadap diri mereka sendiri, yang mencerminkan tingkat kepuasan mereka terhadap bentuk tubuh mereka.<sup>28</sup>

Lankford juga mengungkapkan pandangan serupa, di mana ia menyatakan bahwa citra tubuh adalah cara seseorang melihat penampilan fisiknya sendiri dan keyakinannya terkait dengan bagaimana orang lain melihatnya. Konsep ini tidak hanya mencakup aspek daya tarik fisik, tetapi juga mencakup penilaian terhadap pakaian dan penampilan keseluruhan, termasuk hal-hal seperti gaya rambut, tata rias, sepatu, dan sebagainya.<sup>29</sup>

Zaini mengungkapkan bahwa citra tubuh juga dapat diinterpretasikan sebagai sikap individu terhadap tubuh mereka, baik yang sadar maupun tidak sadar, yang mencakup persepsi tentang masa lalu dan pengalaman sebelumnya.<sup>30</sup>

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa citra tubuh merupakan pandangan individu terhadap penampilan fisik mereka yang mencakup berbagai aspek seperti ukuran, bentuk, penampilan umum, dan persepsi masa lalu. Citra tubuh mencerminkan tingkat kepuasan fisik individu terhadap diri mereka sendiri, dan sifatnya bisa positif atau negatif bergantung pada penilaian individu terhadap diri mereka sendiri. Selain itu, konsep

---

<sup>28</sup> Thomas F. Cash dan Thomas Pruzinsky, "Body Image: A Handbook of Theory, Research & Clinical Practice," (New York: The Guildford Press, 2002): 510

<sup>29</sup> Ronald D. Lankford Jr, "Body Image," (New York: Lucent Books, 2010): 11

<sup>30</sup> Mad Zaini, "Asuhan Keperawatan Jiwa Masalah Psikososial di Pelayanan Klinis dan Komunitas," (Yogyakarta: Deepublish, 2019): 58

citra tubuh juga melibatkan sikap evaluasi dan keyakinan individu terhadap diri mereka sendiri, serta bagaimana mereka merasakan pandangan orang lain terhadap penampilan mereka, termasuk elemen-elemen seperti gaya rambut, tata rias, pakaian dan lain sebagainya.

b. Aspek Citra Tubuh

Menurut Cash sebagaimana dikutip oleh Jones terdapat lima aspek dalam citra tubuh.<sup>31</sup>

1) *Appearance Evaluation* (Evaluasi Penampilan)

Merujuk pada penilaian terhadap daya tarik fisik seseorang, apakah penampilannya dianggap menarik atau tidak, dan apakah seseorang merasa puas atau tidak dengan penampilannya. Individu yang mendapatkan penilaian positif, sebagian besar akan merasa puas terhadap penampilan mereka. Begitupun sebaliknya, ketika individu mendapatkan penilaian rendah atau negatif, mereka akan cenderung merasa ada yang kurang dalam penampilannya. Evaluasi penampilan ini penting karena membantu individu memahami bagaimana mereka merasa cocok dengan penampilan mereka sendiri, baik dalam konteks pribadi maupun sosial. Melalui evaluasi ini, individu dapat berusaha untuk merasa dan terlihat lebih baik di mata orang lain yang melihat mereka.

---

<sup>31</sup> [Diane Carlson Jones](#), "Social Comparison and Body Image: Attractiveness Comparisons to Models and Peers Among Adolescent Girls and Boys," *Sex Roles* 45, (2001): 645–664

## 2) *Appearance Orientation* (Orientasi Penampilan)

Orientasi penampilan mencakup sejauh mana individu memperhatikan penampilannya dan upaya yang mereka lakukan untuk memperbaiki dan meningkatkannya berdasarkan evaluasi yang mereka lakukan terhadap diri mereka sendiri. Tingkat orientasi penampilan perlu dipahami dalam konteks perbaikan citra tubuh individu, karena tingkat orientasi yang tinggi mencerminkan usaha untuk mencapai citra tubuh yang positif, yang nantinya dapat membantu individu untuk beradaptasi dengan diri mereka sendiri dan lingkungan sekitar. Dalam upaya mengarahkan orientasi penampilan ini, individu juga dapat mencari masukan dari orang lain sebagai bahan pertimbangan yang dapat disesuaikan dengan konteks sosial dan lingkungan tempat mereka berinteraksi.

## 3) *Body Area Satisfaction* (Kepuasan terhadap Bagian Tubuh)

Kepuasan terhadap berbagai bagian tubuh serupa dengan evaluasi penampilan, individu akan merasa puas dengan sebagian besar aspek tubuh mereka jika mendapat penilaian yang positif, dan sebaliknya jika penilaian kurang baik. Tingkat kepuasan ini dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri individu ketika berinteraksi di masyarakat. Kepuasan terhadap berbagai aspek tubuh ini mencakup elemen-elemen seperti wajah, rambut, paha, pinggul, kaki, pinggang, perut, tampilan otot, berat badan, tinggi

badan, dan keseluruhan penampilan individu. Pengaruhnya sangat bergantung pada bagaimana individu mengarahkan perhatian terhadap penampilan mereka.

4) *Overweight Preoccupation* (Kecemasan Menjadi Gemuk)

Kecemasan terhadap kegemukan adalah ketika individu menjadi sangat waspada terhadap berat badan mereka, melakukan diet ketat, dan membatasi pola makan. Tingkat kewaspadaan ini meningkatkan fokus pada penampilan fisik individu. Pada masa remaja, banyak individu merasa dorongan untuk memiliki tubuh yang dianggap ideal, sehingga mereka cenderung mengatur pola makan mereka untuk menghindari kegemukan.

5) *Self-Classified Weight* (Pengkategorian Ukuran Tubuh)

Pengkategorian ukuran tubuh mencakup cara individu melihat dan menilai berat badannya sendiri, mulai dari kekurangan berat badan hingga kelebihan berat badan. Cara pandang orang lain terhadap penampilan fisik individu memiliki dampak besar pada bagaimana individu merasa nyaman saat berinteraksi dengan masyarakat. Oleh karena itu, memiliki tubuh yang dianggap ideal menjadi dambaan khususnya bagi perempuan agar dapat diterima dengan mudah dilingkungan masyarakat.

c. Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh

Cash dan Pruzinky menyebutkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image*, yaitu:<sup>32</sup>

1) Budaya

*Body image* dapat dipengaruhi oleh budaya karena dalam budaya terdapat standar atau ekspektasi terkait penampilan individu. Nilai-nilai yang dianut oleh budaya ini membentuk sikap-sikap dasar terhadap tubuh yang kemudian memengaruhi cara individu menafsirkan dan merespons peristiwa-peristiwa dalam kehidupan mereka. Individu sering kali menilai reaksi orang lain terhadap diri mereka sendiri berdasarkan penilaian fisik, sehingga gambaran tentang penampilan menjadi kriteria penting dalam menilai diri. Standar kecantikan dalam budaya yang beragam dapat bervariasi, dan hal ini memengaruhi cara individu menilai bentuk tubuh mereka sendiri.

2) Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang berpengaruh dalam perkembangan *body image* individu. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh cenderung lebih umum terjadi di antara perempuan daripada pria. Biasanya, perempuan sering merasa tidak puas dengan penampilan mereka, sehingga memiliki citra tubuh yang

---

<sup>32</sup> Thomas F. Cash dan Thomas Pruzinsky, "Body Image: A Handbook of Theory, Research & Clinical Practice," (New York: The Guildford Press, 2002): 74 - 81

negatif. Perempuan juga memiliki kecenderungan lebih kritis terhadap aspek-aspek penampilan tubuh mereka, baik secara keseluruhan maupun pada bagian-bagian tertentu dibandingkan dengan pria. Persepsi yang negatif tentang *body image* atau citra tubuh seringkali berkaitan dengan perasaan kelebihan berat badan, terutama pada wanita, sementara pria lebih cenderung memperhatikan pertumbuhan otot saat menilai citra tubuh mereka.

### 3) Media Massa

Media massa yang hadir di berbagai *platform* seringkali menghadirkan gambaran ideal tentang bentuk tubuh perempuan dan laki-laki, yang dapat berdampak pada citra tubuh individu.

Media-media seperti televisi, internet, atau majalah seringkali menampilkan gambaran tubuh yang dianggap ideal sebagai bagian dari promosi produk atau hanya sebagai wadah eksistensi diri di media sosial untuk mendapatkan perhatian banyak orang.

Dampaknya, beberapa individu bisa terpengaruh oleh gambaran citra tubuh yang disajikan oleh media tersebut.

### 4) Hubungan Interpersonal

Manusia sebagai makhluk sosial akan selalu terlibat dalam interaksi dengan orang lain. Hal ini mendorong individu untuk melakukan perbandingan dengan orang lain, dan bagaimana orang lain memberikan umpan balik akan berdampak pada

bagaimana individu memahami diri mereka sendiri, termasuk perasaan mereka terhadap penampilan fisik.

#### 5) Keluarga

Keluarga memiliki dampak yang kuat terhadap perkembangan citra tubuh individu. Anggota keluarga, melalui komentar, umpan balik, dan sikap mereka terhadap penampilan fisik, dapat membentuk persepsi individu tentang diri mereka sendiri. Komentar positif dan dukungan dari keluarga dapat meningkatkan rasa percaya diri individu, sementara komentar negatif atau kritikan dapat berkontribusi pada citra tubuh yang negatif. Selain itu, pola makan dan gaya hidup yang dipraktikkan dalam keluarga juga dapat memengaruhi kebiasaan makan dan aktivitas fisik individu. Keluarga yang mendorong pola hidup sehat dan pola makan yang seimbang dapat membantu individu memiliki hubungan yang lebih positif dengan tubuh mereka. Anggota keluarga juga berperan sebagai model peran dalam hal penampilan dan citra tubuh, sehingga memiliki dampak besar terutama pada anak-anak yang memandang mereka sebagai contoh. Diskusi terbuka tentang penampilan fisik, citra tubuh, dan perasaan individu tentang diri mereka sendiri juga penting dalam mengatasi isu-isu yang mungkin muncul. Dengan lingkungan keluarga yang positif dan mendukung, individu lebih cenderung mengembangkan citra tubuh yang sehat dan positif.

## **F. Konten TikTok dan Citra Tubuh dalam Perspektif Psikologi**

### **Pendidikan Islam**

Dalam percakapan mengenai kecantikan, kata "cantik" sering kali Dalam percakapan mengenai kecantikan, kata "cantik" sering kali dikaitkan dengan perempuan. Sejak masa awal perkembangannya, perempuan telah diberi pengajaran untuk memandangi penampilan fisik mereka sebagai salah satu faktor yang sangat penting dalam mengembangkan rasa bangga dan kepercayaan diri. Penampilan dan kecantikan telah menjadi aset utama bagi perempuan. Kecantikan, dalam banyak kasus, dilihat sebagai sesuatu yang mampu memberikan nilai tambah dalam berbagai aspek kehidupan, mulai dari hubungan pribadi hingga karier. Sehingga banyak perempuan yang mempercayai bahwa memiliki penampilan yang menarik dapat meningkatkan rasa percaya diri dan memudahkan mereka dalam mencapai berbagai tujuan dalam hidup.

Standar ini sering mendorong perempuan untuk menghabiskan waktu dan energinya untuk merawat penampilan mereka, mulai dari riasan hingga perawatan kulit dan gaya berpakaian yang trendi. Seiring berjalannya waktu, perlahan konsep kecantikan telah mengalami perubahan, tetapi dalam beberapa periode terakhir, terlihat tren konsep kecantikan yang seragam ditampilkan oleh media. Standar kecantikan seperti tubuh yang kurus, langsing, kulit putih bersih, rambut panjang, mata besar, dan hidung mancung telah menjadi dominan dalam berbagai bentuk media, termasuk media sosial TikTok. Hal ini tidak terlepas dari peran *influencer* dan selebriti di TikTok dan *platform* media

sosial lainnya memiliki pengaruh besar dalam membentuk tren kecantikan dan menginspirasi pengikut mereka untuk mengejar standar yang serupa.

Melihat fenomena ini, jauh sebelum itu Islam juga telah lama memiliki konsep kecantikannya sendiri. Dalam Islam, konsep kecantikan melampaui sekadar aspek fisik dan mencakup dimensi moral, spiritual, dan etika. Hal ini ditegaskan dalam surah *Al-Munafiqun* ayat 4:

وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِنْ يَقُولُوا تَسْمَعُ لِقَوْلِهِمْ كَأَنْهُمْ خَشَبٌ مُسْتَدَدٌ  
يَحْسَبُونَ كُلَّ صَيْحَةٍ عَلَيْهِمْ هُمُ الْعَدُوُّ فَاحْذَرْهُمْ إِنَّهُمْ قَاتِلُوا اللَّهَ أَلَىٰ يُؤْفَكُونَ

*“Apabila engkau melihat mereka, tubuhnya mengagumkanmu. Jika mereka bertutur kata, engkau mendengarkan tutur katanya (dengan saksama karena kefasihannya). Mereka bagaikan (seonggok) kayu yang tersandar. Mereka mengira bahwa setiap teriakan (kutukan) ditujukan kepada mereka. Mereka itulah musuh (yang sebenarnya). Maka, waspadalah terhadap mereka. Semoga Allah membinasakan mereka. Bagaimanakah mereka dapat dipalingkan (dari kebenaran)?”<sup>33</sup>*

Menurut Tafsir al-Misbah, ayat tersebut mengingatkan Rasulullah dan para umat muslim untuk senantiasa tidak hanya memandangi penampilan luar saja, karena penampilan fisik seseorang tidak selalu mencerminkan siapa dirinya yang sebenarnya, khususnya dalam konteks orang-orang munafik yang bisa berpura-pura baik dan beriman sementara sebenarnya hati mereka penuh dengan kedustaan dan niat jahat.<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup>Qur'an Kemenag, “Al-Munafiqun Ayat 4,” <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/63?from=4&to=4> diakses pada 06 Oktober 2023

<sup>34</sup> M. Quraish Shihab, “Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur’an Vol. 14,” (Jakarta: Lintera Hati, 2002): 245-246.

Nabi Muhammad SAW juga mengajarkan bahwa keindahan batin adalah yang paling penting, dan ini tercermin dalam sabda beliau:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ وَلَكِنْ إِنَّمَا يَنْظُرُ إِلَى أَعْمَالِكُمْ وَقُلُوبِكُمْ

Artinya: “*Sesungguhnya Allah tidak melihat pada rupamu dan hartamu, tetapi Dia melihat amal perbuatanmu dan hatimu*”. (HR. Ibnu Majah)

Hadits diatas menegaskan bahwa dalam Islam, kecantikan fisik dan kekayaan bukanlah standar kecantikan yang diutamakan. Yang lebih penting adalah kebaikan hati, kemuliaan akhlak, keimanannya, dan ketakwaannya. Konsep kecantikan dalam Islam memang lebih mengarah kepada *inner beauty*, yaitu kecantikan batin yang sesungguhnya. *Inner beauty* ini dianggap sebagai kecantikan hakiki yang akan bertahan sepanjang hayat, tidak akan pudar seiring dengan usia, seperti kecantikan fisik yang bersifat sementara. *Inner beauty* mampu menutupi ketidaksempurnaan fisik dan mengeluarkan keanggunan yang membuat orang lain terkesima dan terpesona.<sup>35</sup>

Meskipun demikian, Islam juga mengajarkan umatnya untuk tetap menjaga penampilan fisik dengan menjaga kebersihan, berpakaian sopan sesuai tuntunan syariat, dan merawat tubuh sebagai bentuk menjaga pemberian Allah. Selain itu, Islam juga menjadikan kecantikan sebagai salah satu pertimbangan dalam memilih pasangan hidup. Namun, Islam menekankan bahwa kecantikan lahiriah tidak boleh menjadi satu-satunya kriteria atau prioritas utama dalam memilih pasangan. Rasulullah telah memberikan

---

<sup>35</sup> M. Mukhlis Fahrudin, “Konsep Inner beauty; Kajian Pendidikan Akhlaq,” Jurnal el-Hikmah Fakultas Tarbiyah UIN Malang 9, No.2, (2012): 205

panduan kepada umatnya agar memilih pasangan yang memiliki agama, akhlak, dan kebaikan hati yang baik, sebagaimana yang terdapat dalam hadits yang artinya:

*“Wanita umumnya dinikahi karena 4 (empat) hal: hartanya, nasabnya, kecantikannya, dan agamanya. Karena itu, pilihlah yang memiliki agama, kalian akan beruntung.” (H.R. Bukhari)*

Berdasarkan hadis diatas, jelas bahwa Islam memandang kecantikan sebagai salah satu faktor yang relevan dalam memilih pasangan, namun bukanlah satu-satunya faktor yang penting. Prioritas utama diberikan pada ketakwaan, akhlak, dan kebaikan hati, karena nilai-nilai ini merupakan fondasi dari hubungan yang sehat, harmonis, dan berkelanjutan dalam pernikahan dan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, konsep kecantikan dalam Islam sangat menekankan pada unsur kebaikan hati, akhlak yang mulia, ketakwaan, dan kualitas kepribadian yang baik sebagai faktor-faktor utama yang mencerminkan kecantikan sejati atau *inner beauty*.

Seorang Muslimah dengan citra tubuh positif adalah dia yang memanfaatkan *platform* ini secara bijak. Dia dapat berbagi konten yang menginspirasi, memberikan pengetahuan, atau menghibur tanpa melanggar prinsip-prinsip kesopanan dan kehormatan Islam. Dalam berkreasi di TikTok, dia menjaga tata krama dalam berpakaian, memilih gaya yang pantas, dan menghindari konten yang bersifat vulgar atau mengekspos tubuh secara berlebihan. Sebaliknya, dia mendorong pesan-pesan positif, seperti nilai-nilai moral, kebaikan hati, serta pendekatan yang penuh kasih sayang terhadap sesama. Dengan demikian, citra tubuh positif seorang Muslimah di TikTok

adalah tentang menjadi *role model* yang menginspirasi dan mencerminkan prinsip-prinsip Islam dalam segala aspek kreativitas dan interaksinya di dunia maya.

## **G. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif deskriptif. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menggambarkan atau menganalisis fenomena atau kejadian tertentu secara rinci dan sistematis, yaitu gambaran citra tubuh siswa putri pengguna aplikasi TikTok di SMKS Teknologi YPL Lirik. Dalam penelitian ini, peneliti akan berfokus pada deskripsi dan pemahaman yang mendalam tentang bagaimana siswa putri yang menggunakan TikTok di sekolah tersebut mengelola dan memahami citra tubuh mereka.

### **2. Subjek dan Objek Penelitian**

Subjek penelitian mengacu pada individu, kelompok, atau objek yang menjadi fokus dalam sebuah penelitian ilmiah. Sedangkan objek penelitian merupakan topik atau masalah yang ingin dipahami atau dianalisis dalam penelitian itu sendiri. Dalam penelitian ini, subjek penelitian merujuk kepada siswa putri di SMKS Teknologi YPL Lirik yang aktif menggunakan aplikasi TikTok. Objek penelitian adalah konten TikTok dan konsep citra tubuh siswa putri yang menjadi subjek penelitian.

### 3. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMKS Teknologi YPL, sebuah sekolah menengah kejuruan yang terletak di Kecamatan Lirik, Kabupaten Indragiri Hulu, Riau.

### 4. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu:

#### a. Observasi

Observasi dilakukan untuk memahami situasi yang ada di lingkungan sekolah, termasuk penggunaan TikTok oleh siswa putri, dinamika interaksi sosial, dan aspek-aspek lain yang relevan dengan topik penelitian.

#### b. Wawancara

Teknik wawancara digunakan sebagai sarana untuk mendapatkan pemahaman mendalam mengenai pandangan dan pengalaman siswa putri terkait konten TikTok dan konsep citra tubuh

#### c. Dokumentasi

Dokumentasi melibatkan pengumpulan berbagai dokumen terkait penelitian seperti konten TikTok siswa, ataupun materi lain yang dapat mendukung analisis dan pemahaman yang lebih baik terhadap fenomena yang diteliti.

## 5. Teknik Validasi Data

Teknik validasi data yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas triangulasi. Dalam pendekatan ini, data dikumpulkan dari berbagai sumber yang beragam, seperti informasi dari partisipan, dokumen, catatan lapangan, atau sumber lainnya yang relevan dengan penelitian. Setelah data dari berbagai sumber terkumpul, langkah selanjutnya adalah memeriksa konsistensi temuan dari masing-masing sumber. Dengan membandingkan hasil yang diperoleh dari berbagai metode pengumpulan data, penelitian ini bertujuan untuk memastikan bahwa temuan-temuan tersebut secara konsisten mengarah pada kesimpulan yang serupa tentang citra tubuh siswa putri yang menggunakan TikTok.

## 6. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses yang dilakukan secara teratur dalam mengumpulkan data agar memudahkan peneliti dalam mencapai kesimpulan. Data yang telah dikumpulkan akan diolah dengan menggunakan metode analisis kualitatif interaktif yang melibatkan tiga tahap utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

## H. Sistematika Pembahasan

Dalam penyusunan tesis ini, peneliti membaginya menjadi empat bab untuk memudahkan pembaca dalam memahami penelitian ini dengan sistematika sebagai berikut:

## **BAB I PENDAHULUAN**

Bab ini terbagi menjadi tujuh sub-bab pembahasan, yang menjadi dasar atau landasan dari penelitian ini. Sub-bab tersebut mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metodologi penelitian, dan sistematika pembahasan, dengan tujuan mempermudah pembaca dalam memahami isi penelitian ini.

## **BAB II GAMBARAN UMUM SMKS TEKNOLOGI YPL LIRIK DAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK PADA SISWA**

Bab ini memuat informasi mengenai deskripsi profil institusi pendidikan tempat penelitian dilakukan, yakni SMKS YPL Teknologi Lirik Indragiri Hulu. Bab ini juga berisi mengenai gambaran umum penggunaan TikTok dikalangan para siswa.

## **BAB III JENIS-JENIS KONTEN TIKTOK DAN PENGARUHNYA TERHADAP CITRA TUBUH SISWA PUTRI DI SMKS TEKNOLOGI YPL LIRIK INDRAGIRI HULU RIAU**

Bab ini membahas mengenai tentang hasil analisis data guna menjawab rumusan masalah, yang telah disesuaikan dengan teori dan metode penelitian yang digunakan.

## **BAB IV PENUTUP**

Bab ini merupakan bagian akhir yang mencakup kesimpulan dari hasil penelitian dan saran untuk peneliti maupun peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik serupa.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, penulis menarik kesimpulan, sebagai berikut:

1. Terdapat delapan jenis konten TikTok yang diminati oleh siswa putri SMKS Teknologi YPL, meliputi *Tips and Trick*, *Mukbang*, *Skincare*, *Fashion*, *Dance Challenge*, *Quotes*, *Jedag-Jedug*, dan Drama Korea. Dari hasil analisis, konten-konten yang berkaitan dengan perawatan diri seperti *tips and trick*, *skincare* dan *fashion* menunjukkan dampak yang lebih positif terhadap citra tubuh dibandingkan dengan konten-konten lainnya seperti *dance challenge*, *mukbang*, *quotes*, *jedag-jedug*, dan drama Korea. Hal ini menunjukkan bahwa konten-konten yang mempromosikan praktik perawatan diri dan citra tubuh yang positif cenderung memiliki pengaruh yang lebih menguntungkan bagi citra tubuh. Konten-konten ini dapat memberikan inspirasi dan motivasi untuk merawat diri dengan baik, meningkatkan kepercayaan diri, serta membantu pembentukan pandangan yang lebih positif terhadap penampilan fisik. Ketika siswa merasa percaya diri dan nyaman dengan penampilannya, ia akan cenderung lebih fokus dalam belajar.
2. Penggunaan TikTok juga memberikan pengaruh baik secara internal maupun eksternal. Dari segi faktor internal, dapat dilihat bahwa persepsi dan penilaian terhadap citra tubuh juga dapat dipengaruhi oleh konten di

TikTok. Beberapa informan mengalami dampak negatif, seperti perasaan tidak puas terhadap penampilan diri, penurunan rasa percaya diri, hingga mengalami stres emosional, yang memicu keputusan untuk membatasi penggunaan TikTok dengan cara melakukan *detox* media sosial. Namun, ada juga informan yang merasakan dampak positif, di mana mereka merasa terinspirasi untuk merawat diri lebih baik dan menggunakan perasaan *insecure* sebagai motivasi untuk melakukan perubahan positif. Dari segi faktor eksternal, interaksi dengan teman sebaya, keluarga, dan media sosial juga berperan dalam membentuk persepsi dan sikap terhadap citra tubuh. Dukungan positif dari keluarga dapat memberikan motivasi untuk merawat diri dengan baik, sementara interaksi dengan teman sebaya dapat memengaruhi preferensi perawatan diri dan keputusan pembelian produk perawatan kulit. Selain itu, tekanan sosial dan komentar kurang menyenangkan dari teman sebaya juga dapat memicu perasaan tidak puas terhadap penampilan diri.

## **B. Saran**

Berdasarkan temuan penelitian ini, penulis ingin memberikan beberapa saran dan masukan yang mungkin dapat bermanfaat untuk pihak-pihak terkait:

1. Untuk siswa putri di SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu Riau

Bagi siswa putri disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan media sosial, termasuk TikTok, secara selektif. Kesadaran akan dampak pengaruh konten terhadap citra tubuh perlu ditingkatkan, sehingga siswa dapat mengembangkan pemahaman yang lebih sehat tentang penampilan

fisik. Selain itu, penulis mendorong siswa untuk membangun literasi media sosial yang kuat, dengan mengevaluasi dan memilah informasi yang diterima untuk mendukung kesejahteraan mental dan emosional mereka.

## 2. Untuk Lembaga Pendidikan

Lembaga pendidikan, khususnya SMKS Teknologi YPL Lirik Indragiri Hulu, diharapkan untuk melibatkan diri secara aktif dalam memberikan pendekatan holistik terhadap perkembangan siswa, termasuk aspek kesejahteraan mental dan kepercayaan diri. Program konseling atau kegiatan pembelajaran yang fokus pada literasi media sosial dapat membantu siswa dalam memahami dan mengelola pengaruh media sosial secara lebih bijaksana.

## 3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk memperluas cakupan penelitian ke berbagai lembaga pendidikan dengan karakteristik demografis yang berbeda. Dalam hal ini, penelitian dapat memperoleh wawasan yang lebih luas dan mewakili keberagaman pengalaman siswa. Selain itu, penelitian mendatang dapat mengeksplorasi lebih lanjut strategi pencegahan atau intervensi yang dapat diterapkan untuk mengurangi dampak negatif konten TikTok terhadap citra tubuh siswa putri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Yudhi Prasetya Wicaksono, and Ratna Supradewi. "Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Harga Diri Pada Remaja Akhir Penyandang Cacat Tuna Daksa." *Proyeksi*, 2018: 106.
- Agustin, Dian, Muhammad Khabib, and Hendra Adi Prasetya. "Gambaran Harga Diri, Citra Tubuh, dan Ideal Diri Remaja Putri Berjerawat." *Jurnal Keperawatan*, 2018: 10.
- Ainunsiah, Siti, Dwi Rohma Wulandari, and Muh. Isa Yusaputra. "Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Perasaan Kesepian Pada Remaja (Studi Pada Siswa-Siswi Kelas XI MAN 2 Parigi)." *Jurnal Audience: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2023: 290.
- Annisa, Citra, Akmal Sutja, and Siti Amanah. "Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri Pada Kelas X SMAN11 Kota Jambi." *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 2023: 4.
- Annur, Cindy Mutia. *Databoks*. April 1, 2023. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/05/24/pengguna-tiktok-di-indonesia-terbanyak-kedua-di-dunia-per-april-2023-nyaris-salip-as> (accessed Juni 16, 2023).
- APJII, Tim. *APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia)*. Juni 1, 2023. <https://survei.apjii.or.id/> (accessed 2023 16, 2023).
- Aqilah, Daffa, Denny Soestrisna AS, and Agung Fauzi. "Dampak Media Sosial Terhadap Tindak Kenakalan Remaja." *Edusociata Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 2023: 219.
- Bahasa, Badan Pengembangan dan Pembinaan. *KBBI Daring*. Januari 01, 2016. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/konten> (accessed Oktober 10, 2023).
- Bempa, Yuspan, Maria Fatimah Larinda, Theodorus Pangalila, and Zulfikar Adjie. "Pemanfaatan Teknologi Aplikasi Tik Tok Pada Pembelajaran di SMP Negeri 2 Tondano." *Jambura Journal Civic Education*, 2023: 247.

- Bempa, Yuspan, Maria Fatimah Larinda, Theodorus Pangalila, and Zulfikar Adjie. "Pemanfaatan Teknologi Aplikasi TikTok Pada Pembelajaran di SMP Negeri 2 Tondano." *JAMBURA Journal Civic Education*, 2023: 247.
- Cash, Thomas F., and Thomas Pruzinsky. *Body Image: A Handbook of Theory, Research & Clinical Practice*. New York: The Guildford Press, 2002.
- Deriyanto, Fathul Qorib Demmy. "Persepsi Mahasiswa Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang Terhadap Penggunaan Aplikasi TikTok." *JISIP: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 2018: 80.
- Fadhillah, Alike Soraya Azzahra, and Herdina Indrijati. "Hubungan antara Self-Esteem dan Body Image Pada Remaja Akhir Perempuan Pengguna Instagram." *Buletin Riset Psikologi dan Kesejahteraan mental*, 2022: 206.
- Fahrudin, M. Mukhlis. "Konsep Inner Beauty: Kajian Pendidikan Akhlaq." *Jurnal el-Hikmah*, 2012: 205.
- Gumilar, Gungum, Justito Adiprasetyo, and Nunik Maharani. "Literasi Media: Cerdas Menggunakan Media Sosial Dalam Menanggulangi Berita Palsu (Hoax) Oleh Siswa SMA." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2017: 35.
- Harhap, Machyudin Agung, and Susri Adeni. "Tren Penggunaan Media Sosial Selama Pandemi di Indonesia." *Jurnal Professional FIS UNIVED*, 2020: 17.
- Hasanah, Siti Zia Hadatul, Nur Aisyah, and Weni Sastika. "Dampak Aplikasi TikTok Terhadap Kepribadian Siswa." *Algebra: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Sains*, 2023: 158.
- Hu, Shuchen, Jasmine Gan, and Victoria Shi. "Chinese Tiktok (Douyin) Challenges and Body Image Concerns: A Pilot Study." *Journal of Eating Disorders*, 2023: 3.
- Isaacs, Harlod R. *Pemujaan Terhadap Kelompok Etnis, Identitas Kelompok dan Perubahan Politik*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 1993.
- Jones, Diane Carlson. "Social Comparison and Body Image: Attractiveness Comparisons to Models and Peers Among Adolescent Girls and Boys." *Sex Roles*, 2001: 645–664.

- Kemenag, Tim Qur'an. *Al-Munafiqun Ayat 4*. Januari 1, 2022. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/63?from=4&to=4> (accessed Oktober 6, 2023).
- Khansa, Shazrin Daniyah, and Kinkin Yuliaty Subarsa Putri. "Pengaruh Media sosial TikTok Terhadap Gaya Hidup Remaja." *Ekspresi dan Persepsi : Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2022: 134.
- Kuen, Mitha Mayestika, and Fyan Andinasari Kuen. "ksistensi Braggadocian Behavior Pada Media Sosial Tiktok (Studi Fenomenologi Pada Remaja di Kota Makassar)." *Jurnal Ilmiah Pranata Edu*, 2020: 52.
- Kurnialandi, Alfarid, ElvieraGamelia, and Siti Masfiah. "The Effect of Tiktok Usage Behavior on Body Image in Jenderal Soedirman University Students." *Jurnal IPTEK-KOM (Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Komunikasi)*, 2023: 64.
- Kurniawan, Arif, Niken Hartati, and Rinaldi. "Hubungan Antara Body imagedengan Self Esteem Pada Remaja Ditinjau dari Motif Mengikuti Latihan Fitness," CAUSALITA." *Journal of Psychology*, 2023: 46-47.
- Kusuma, Dian Novita Sari Chandra, and Roswita Oktavianti. "Penggunaan Aplikasi Media Sosial Berbasis Audio Visual dalam Membentuk Konsep Diri (Studi Kasus Aplikasi Tiktok)." *Koneksi*, 2020: 373.
- Lankford, Ronald D. *Body Image*. New York: Lucent Books, 2010.
- Maemunah, Siti Erma. "Hubungan Antara Tingkat Kepuasan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Harga Diri (Self Esteem) Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi,." *Jurnal Aksioma Al-Asas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2020: 32-35.
- Marniati. *Komunikasi Kesehatan Berbasis Terapeutik*. Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2021.
- Nabila, Elvy, Irwan Sahputra, and Nurhayani. "Pengaruh Beauty Vlogger Terhadap Body Image Siswa Kelas XI MAN 3 Langkat Plus Keterampilan Provinsi Sumatera Utara." *Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2023: 1090.

- Novarima, Della Salvia Hardaningtyas, and Eem Munawaroh. "Hubungan Body Image dengan Self-Esteem Pengguna Media Sosial Instagram Pada Mahasiswa FIP UNNES." *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2023: 84.
- Permana, Dian, and Arif Fajar Prasetyo. *Psikologi Olahraga*. Indramayu: Penerbit Adab, 2021.
- Praematri, Made Feby Putri, and Ni Made Ari Wilani. "Peran Kebersyukuran dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Citra Tubuh Remaja." *Jurnal Psikologi Konseling*, 2023: 2.
- Prihatiningsih, Witanti. "Motif Penggunaan Media Sosial Instagram Di Kalangan Remaja." *Jurnal Communication*, 2017: 52.
- Putri, Shani Dwi, and Suzy Azeharie. "Strategi Pengelolaan Komunikasi dalam Membentuk Personal Branding di Media Sosial Tiktok." *Koneksi*, 2021: 280.
- Rahayu, Gusti, Neviyarni, Marjohan, Ifdil, and Afdal. "Konseling Kelompok Realita untuk Peningkatan Identitas Diri Siswa Pengguna Aplikasi Tik Tok." *Wahana Didaktika : Jurnal Ilmu Kependidikan*, 2023: 101.
- Rahma, Alike Salsabila, and Siti Qodariah. "Pengaruh Self Esteem terhadap Body Image Remaja Akhir Putri Pengguna Tiktok." *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2022: 222.
- Rahmawan, Detta, Jimi Narotama Mahameruaji, and Renata Anisa. "Pengembangan Konten Positif Sebagai Bagian Dari Gerakan Literasi Digital." *Jurnal Kajian Komunikasi*, 2019: 37-38.
- Rahmawati, Maulidiyah. *Kompasiana*. Juni 22, 2022. [https://www.kompasiana.com/maulidiyahrahmawati8272/62bdbee7725d2438bc2145c2/3-manfaat-platform-tik-tok-bagi-pelajar-mahasiswa?page=2&page\\_images=1](https://www.kompasiana.com/maulidiyahrahmawati8272/62bdbee7725d2438bc2145c2/3-manfaat-platform-tik-tok-bagi-pelajar-mahasiswa?page=2&page_images=1) (accessed Oktober 03, 2023).
- Rakhmayanti, Intan. *SINDONEWS.COM*. Februari 11, 2020. <https://tekno.sindonews.com/berita/1523692/207/pengguna-tiktok-di-indonesia-didominasi-generasi-z-dan-y> (accessed September 21, 2023).
- Ratri, Shinta Widya, Tritjahjo Danny Soesilo, and Setyorini. "Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas X Pemasaran (Pm) di

- SMK Negeri 1 Salatiga." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 2019: 49.
- Ricko, and Ahmad Junaidi. "Analisis Strategi Konten Dalam Meraih Engagement pada Media Sosial Youtube (Studi Kasus Froyonion)." *Prologia*, 2019: 231.
- Rukin. *Metode Penelitian Kualitatif*. Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia, 2019.
- Santrock, Jhon W. *Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga, 2003.
- Sembiring, Lidia Theresia br, and Asina Christina Rosito. "Hubungan Social Comparison Dengan Body Image Pada Remaja Akhir Putri Kota Medan." *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 2023: 3.
- Septiana, Nila Zaimatus, and Jesi Darina. "Membangun Self Love Pada Remaja Pengguna Instagram Ditinjau dari Perspektif Dramaturgi (Studi Fenomenologi Remaja Pengguna Instagram di Desa Ngebrak)." *SHINE: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2021: 3.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Vol. 14*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sunaryo. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: Penerbitan Buku Kedokteran EGC, 2004.
- Suzana, Krisna. *Campus Digital*. Januari 01, 2021. <https://campusdigital.id/artikel/tiktok-jenis-jenis-konten-terbaru?ref=farisfanani> (accessed Oktober 2023, 2023).
- TikTok, Tim. *Support TikTok*. Maret 03, 2023. <https://support.tiktok.com/id/using-tiktok> (accessed Oktober 03, 2023).
- Usmar, A. Putri Maharani, Eva Meizara Puspita Dewi, and Harlina Hamid. "Pengaruh Upward Comparison Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Pengguna Media sosial Di Kota Makassar." *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2022: 270.
- Usmar, A. Putri Maharani, Eva Meizara Puspita Dewi, and Harlina Hamid. "Pengaruh Upward Comparison Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Pengguna Media sosial Di Kota Makassar." *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2022: 270.

Wahab, A. Samik. *Ilmu Kesehatan Anak Nelson Vol. 15*. Jakarta: Penerbitan Buku Kedokteran EGC, 1996.

Wahyuni, Gusti Ayu Komang Tri Eka, and Ni Made Ari Wilani. "Hubungan Antara Komparasi Sosial Dengan Citra Tubuh Pada Remaja Laki-Laki Di Denpasar." *Jurnal Psikologi Udayana*, 2019: 182.

Zaini, Mad. *Asuhan Keperawatan Jiwa Masalah Psikososial di Pelayanan Klinis dan Komunitas*. Yogyakarta: Deepublish, 2019.

Zhafirah, Tsamarah, and Adi Dinardinata. "Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Pada Siswi SMA Kesatrian 2 Semarang." *Jurnal Empati*, 2018: 336.

