

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL ONLINE DAN PERBANDINGAN
PENAMPILAN FISIK DENGAN KETIDAKPUASAN TUBUH PADA
REMAJA PERTENGAHAN PENGGUNA INSTAGRAM DI YOGYAKARTA**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun oleh:

Insani Fadhila Wafa

NIM 20107010070

Dosen Pembimbing Skripsi:

Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.

NIP. 198802142019032014

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2025

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-46/Un.02/DSH/PP.00.9/01/2025

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Dukungan Online dan Perbandingan Penampilan Fisik dengan Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Pertengahan Pengguna Instagram di Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : INSANI FADHILA WAFIA
Nomor Induk Mahasiswa : 20107010070
Telah diujikan pada : Senin, 23 Desember 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
SIGNED

Valid ID: 6784a37ea5ada



Penguji I

Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.
SIGNED

Valid ID: 67847a78e4879



Penguji II

Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 678497099cna0



Yogyakarta, 23 Desember 2024
UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 678641bfbcfaf6

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Insani Fadhila Wafa
NIM : 20107010070
Prodi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Online dan Perbandingan Penampilan Fisik Dengan Ketidakpuasan Tubuh Pada Remaja Pertengahan Pengguna Instagram Di Yogyakarta” merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya.

Apabila ternyata di kemudian hari penelitian ini merupakan hasil plagiasi atau penjiplakan atas karya orang lain, maka saya bersedia bertanggung jawab sekaligus menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 17 Januari 2025

Yang menyatakan,



Insani Fadhila Wafa
NIM. 20107010070

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Kepada
Yth., Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah membaca, meneliti, dan melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap kepenulisan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi yang ditulis oleh :

Nama : Insani Fadhila Wafa
NIM : 20107010070
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial Online dan Perbandingan Penampilan Fisik Dengan Ketidakpuasan Tubuh Pada Remaja Pertengahan Pengguna Instagram Di Yogyakarta

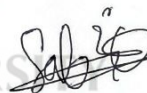
Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi/tugas akhir Saudari tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 17 Januari 2025

Pembimbing



Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
NIP. 198802142019032014

Hubungan Dukungan Sosial Online dan Perbandingan Penampilan Fisik Dengan Ketidakpuasan Tubuh Pada Remaja Pertengahan Pengguna Instagram Di Yogyakarta

Insani Fadhila Wafa

20107010070

INTISARI

Remaja pertengahan dengan segala dinamika perkembangan dan pertumbuhan fisik yang berlangsung cepat, rentan terhadap ketidakpuasan tubuh. Variabel yang ditengarai dapat menentukan tingkat ketidakpuasan tubuh adalah dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram di Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ada kuantitatif korelasional. Responden dalam penelitian berjumlah 262 remaja pertengahan pengguna Instagram di Yogyakarta yang didapatkan menggunakan metode *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala *Multidimensional Body Self-Relation Questionnaire Appearance Scale* (MBSRQ-AS) versi adaptasi, adopsi skala *Online Social Support Scale* (OSSS), dan adopsi skala *Pyhsical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram di Yogyakarta. Kemudian, secara parsial terdapat hubungan positif antara perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram di Yogyakarta. Namun, secara parsial tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial online dengan ketidakpuasan tubuh. Lalu, sumbangan efektif simultan dua variabel bebas terhadap ketidakpuasan tubuh sebesar 13%. Adapun sumbangan efektif perbandingan penampilan fisik terhadap ketidakpuasan tubuh adalah sejumlah 12,9%. Selanjutnya, hasil uji beda menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan terhadap tingkat ketidakpuasan tubuh berdasarkan jenis kelamin. Oleh karena itu, implikasi praktis pada hasil penelitian ini adalah remaja pertengahan pengguna Instagram dapat mengurangi melakukan perbandingan penampilan fisik dengan orang lain dan membatasi waktu dalam mengakses media sosial, sehingga terhindar dari ketidakpuasan tubuh.

Kata kunci: *ketidakpuasan tubuh, dukungan sosial online, perbandingan penampilan fisik, remaja pertengahan*

The Relationship Between Online Social Support and Physical Appearance Comparison with Body Dissatisfaction in Middle Adolescent Instagram Users in Yogyakarta

Insani Fadhila Wafa

20107010070

ABSTRACT

Middle adolescents with all the dynamics of rapid physical development and growth are vulnerable to body dissatisfaction. Variables that are suspected to determine the level of body dissatisfaction are online social support and comparison of physical appearance. This study aims to determine the relationship between online social support and comparison of physical appearance with body dissatisfaction in middle adolescents who use Instagram in Yogyakarta. The method used in this study is quantitative correlational. Respondents in the study were 262 middle adolescents who use Instagram in Yogyakarta who were obtained using the accidental sampling method. The measuring instrument used in this study was the adapted version of the Multidimensional Body Self-Relation Questionnaire Appearance Scale (MBSRQ-AS), the adoption of the Online Social Support Scale (OSSS) scale, and the adoption of the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R) scale. The results showed that there was a significant relationship between online social support and comparison of physical appearance with body dissatisfaction in middle adolescents who use Instagram in Yogyakarta. Then, partially there was a positive relationship between comparison of physical appearance with body dissatisfaction in middle adolescents who use Instagram in Yogyakarta. However, partially there was no relationship between online social support and body dissatisfaction. Then, the simultaneous effective contribution of two independent variables to body dissatisfaction was 13%. The effective contribution of physical appearance comparison to body dissatisfaction was 12.9%. Furthermore, the results of the difference test showed that there was no difference in the level of body dissatisfaction based on gender. Therefore, the practical implication of the results of this study is that middle-aged adolescents who use Instagram can reduce comparing their physical appearance with others and limit the time they spend accessing social media, thereby avoiding body dissatisfaction.

Keywords: body dissatisfaction, online social support, physical appearance comparison, mid-adolescents

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (5) فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (6)

“Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan (5) Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan (6) “

- Al-Insyirah 4-5 -

“ A winner is a dreamer who never gives up ”

-Anonymous-

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

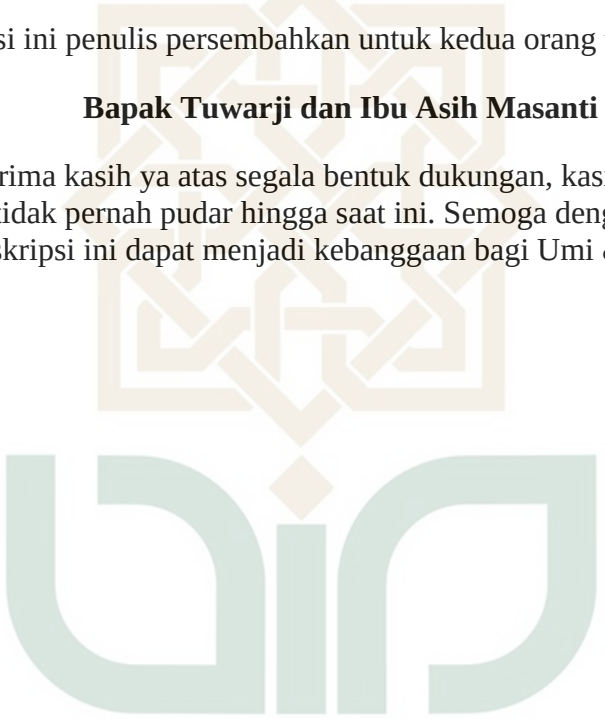
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Syukur Alhamdulillah kehadiran Allah Subhanallahu wa Ta'ala atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan

Skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua tercinta:

Bapak Tuwarji dan Ibu Asih Masanti

Umi & Abi, terima kasih ya atas segala bentuk dukungan, kasih sayang, perhatian, dan doa yang tidak pernah pudar hingga saat ini. Semoga dengan terselesaikannya skripsi ini dapat menjadi kebanggaan bagi Umi & Abi.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alamin puji syukur keharidat Allah SWT atas Rahmat serta Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Online dan Perbandingan Penampilan Fisik Dengan Ketidakpuasan Tubuh Pada Remaja Pertengahan Pengguna Instagram Di Yogyakarta” yang menjadi syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di jenjang strata-1 pada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Skripsi ini tentunya tidak luput dari kesalahan serta kekurangan. Oleh karenanya, dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis tidak lepas dari bantuan dan dukungan, baik berupa arahan maupun bimbingan dalam bentuk moril maupun materil yang diberikan untuk penulis dari berbagai pihak. Dengan segala hormat dan kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi, S.Ag., MA, M.Phil., Ph.D. Sebagai Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Psi., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta sekaligus *expert judgement/validator* kedua instrumen penelitian yang telah memberikan saran.
4. Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahnya selama menjalani perkuliahan sebagai mahasiswa Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
5. Ibu Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc., selaku Dosen Pembimbing Skripsi sekaligus validator pertama pada proses validasi skala penelitian ini. Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu atas dedikasinya dalam memberikan bimbingan, arahan, serta nasihat dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih juga atas waktu luang yang diberikan dan Ilmu yang dibagikan kepada penulis. Semoga atas

apa yang Ibu usahakan untuk penulis dapat menjadi amal jariyah bagi Ibu.

6. Ibu Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A., selaku Dosen Penguji Skripsi 1 yang telah memberikan masukan dan koreksi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi selaku Dosen Penguji Skripsi 2 yang telah memberikan masukan dan koreksi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Seluruh dosen program studi Psikologi yang telah melimpahkan ilmunya kepada penulis di bangku perkuliahan, serta staf bidang tata usaha yang telah membantu dalam proses administrasi.
9. Terima kasih kepada diri sendiri "Afa". Terima kasih sudah berhasil menyelesaikan skripsi ini. Setiap usaha dan keringat yang telah dilewati semoga dapat menjadi pembuka jalan kesuksesan untukmu di masa depan ya. Ayo mengusahakan menjadi versi diri yang terbaik tiap harinya.
10. Teruntuk kedua orang tua tercinta, Umi & Abi. Terima kasih atas segala doa, dukungan, perhatian, dan pengorbanan yang tiada henti sehingga penulis mampu menyelesaikan salah satu amanah yang Umi & Abi titipkan. Terima kasih telah mengizinkan putrimu ini untuk menggapai mimpi sesuai keinginannya.
11. Adik-adikku Husna, Ayyub, & Rizki. Terima kasih telah memberikan canda tawa, perhatian, & penghiburan ketika penulis sedang merasa lelah. Semoga kalian selalu sehat dan terus semangat dalam menggapai mimpi di masa depan.
12. Yasmin, saudara sekaligus sahabatku. Terima kasih telah menjadi tempat berkeluh kesah dan pendengar yang baik saat penulis ingin bercerita tentang apapun. Terima kasih telah menjadi sahabat yang selalu *ready* untuk mengantarkan kemana pun setiap penulis membutuhkannya.
13. Lutungku, alias Dipyo. Terima kasih selalu mengusahakan untuk menanyakan kabar penulis ketika dalam keadaan apapun ditengah kesibukanmu. Semoga pertemanan kita selalu Allah jaga ya.
14. Sahabat-sahabatku yang tergabung dalam grup KH yakni Zahra, Cici, & Irma.

Terima kasih telah memberikan semangat, motivasi, dan selalu kebersamaan penulis sejak masa putih abu-abu hingga saat ini. Mari bersama-sama kita jaga tali silaturahmi kita hingga waktu yang lama.

15. Vivi dan Nuril. Terima kasih telah saling bahu membahu dan memberikan semangat dalam perjalanan skripsi ini. Tetap jaga komunikasi meskipun kita terpisah antara jarak dan waktu ya.
16. Grup teletabis yang beranggotakan Chika dan Asfa. Terima kasih sudah memberikan warna dan kenangan indah selama empat tahun di bangku perkuliahan. Semoga kalian diberikan kemudahan untuk menggapai kesuksesan dan apa yang kalian cita-citakan dapat terwujud.
17. *My Plalangan-Pogung Squad*, Mb Retno dan Cahya. Terima kasih telah menjadi *moodbooster* penulis di saat penulis membutuhkan penghiburan. Semoga kalian selalu dikelilingi oleh kebahagiaan ya.
18. Teman-teman Psikologi kelas B. Terima kasih atas suka dan duka yang telah kita lewati bersama. Semoga kita semua bisa menjadi orang yang sukses.
19. Seluruh remaja pertengahan pengguna Instagram di Yogyakarta yang telah membantu mengisi, menyebarkan, dan mendoakan kebaikan bagi penulis. Semoga segala doa baik kembali kepada kalian.
20. Seluruh pihak yang tidak mampu penulis sebutkan satu-persatu. Terima kasih telah memberikan bantuan dan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI.....	iii
INTISARI	iv
ABSTRACT	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	14
C. Manfaat Penelitian	14
D. Keaslian Penelitian.....	17
BAB II DASAR TEORI.....	32
A. Ketidakpuasan Tubuh	32
B. Dukungan Sosial Online	38
C. Perbandingan Penampilan Fisik.....	41
D. Dinamika Hubungan Antara Dukungan Sosial Online dan Perbandingan Penampilan Fisik Dengan Ketidakpuasan Tubuh Pada Remaja Pengguna Instagram	45
E. Hipotesis	59
BAB III METODE PENELITIAN.....	60
A. Desain Penelitian	60
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	60

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	61
D. Populasi dan Sampel	63
E. Teknik Pengumpulan Data.....	65
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	69
G. Teknik Analisis Data.....	71
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	75
A. Orientasi Kancan.....	75
B. Persiapan Penelitian	76
1. Persiapan Administrasi	76
2. Persiapan Alat Ukur	76
3. Pelaksanaan Uji Coba (<i>Try Out</i>) Aitem	83
4. Hasil Uji Coba.....	83
C. Pelaksanaan Penelitian.....	89
D. Hasil Penelitian	89
1. Deskripsi Partisipan Penelitian	89
2. Deskripsi Statistik	96
3. Uji Asumsi Klasik.....	99
4. Uji Hipotesis	104
5. Analisis Uji Beda	107
E. Pembahasan.....	108
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	119
A. Kesimpulan	119
B. Saran.....	120
DAFTAR PUSTAKA.....	122

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	17
Tabel 3. 1 Blueprint Skala Ketidakpuasan Tubuh Sebelum Direduksi.....	66
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Ketidakpuasan Tubuh Setelah Direduksi.....	67
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Dukungan Sosial Online	67
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Perbandingan Penampilan Fisik.....	68
Tabel 4. 1 Blueprint Skala Ketidakpuasan Tubuh	77
Tabel 4. 2 Sebaran Aitem Skala Ketidakpuasan Tubuh.....	78
Tabel 4. 3 Blueprint Skala Dukungan Sosial Online	79
Tabel 4. 4 Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Online.....	80
Tabel 4. 5 Blueprint Skala Perbandingan Penampilan Fisik.....	81
Tabel 4. 6 Sebaran Aitem Skala Perbandingan Penampilan Fisik	82
Tabel 4. 7 Sebaran Aitem Lolos dan Gugur Skala Ketidakpuasan Tubuh.....	84
Tabel 4. 8 Penomoran Aitem Skala Ketidakpuasan Tubuh	85
Tabel 4. 9 Sebaran Aitem Lolos dan Gugur Skala Dukungan Sosial Online.....	86
Tabel 4. 10 Sebaran Aitem Lolos dan Gugur Skala Perbandingan Penampilan Fisik	87
Tabel 4. 11 Hasil Reliabilitas Alat Ukur.....	88
Tabel 4. 12 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	90
Tabel 4. 13 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Usia	90
Tabel 4. 14 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Waktu Akses Instagram dalam Satu Hari	90
Tabel 4. 15 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Jenjang Pendidikan	91
Tabel 4. 16 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Asal Sekolah	92
Tabel 4. 17 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Kelas	95
Tabel 4. 18 Kategorisasi Subjek Berdasarkan IMT	95
Tabel 4. 19 Deskripsi Objektif Data Hipotetik dan Empirik	96
Tabel 4. 20 Norma Kategorisasi Jenjang (ordinal)	97
Tabel 4. 21 Kategorisasi Data Skala Ketidakpuasan Tubuh	98
Tabel 4. 22 Kategorisasi Data Skala Dukungan Sosial Online.....	98
Tabel 4. 23 Kategorisasi Data Skala Perbandingan Penampilan Fisik	99
Tabel 4. 24 Hasil Uji Normalitas	100
Tabel 4. 25 Hasil Uji Multikolinearitas	103
Tabel 4. 26 Hasil Uji Hipotesis Mayor (<i>f-test</i>).....	104
Tabel 4. 27 Hasil Uji Hipotesis Minor (<i>t-test</i>)	105
Tabel 4. 28 Hasil Sumbangan Efektif	106
Tabel 4. 29 Deskripsi Statistik Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	107
Tabel 4. 30 Uji Homogenitas dan Uji Normalitas Berdasarkan Jenis Kelamin.....	108

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Dinamika Hubungan antara Dukungan Sosial Online dan Perbandingan Penampilan Fisik dengan Ketidakpuasan Tubuh Pada Remaja Pengguna Instagram	58
Gambar/Grafik 1. Scatterplots Linearitas Dukungan Sosial Online	101
Gambar/Grafik 2. Scatterplots Linearitas Perbandingan Penampilan Fisik.....	102
Gambar/Grafik 3. Residual Plots Uji Heteroskedastisitas	104



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Preliminary Study	137
Lampiran 2. Hasil Terjemahan Instrumen Penelitian Oleh Penerjemah Tersumpah	138
Lampiran 3. Hasil Validasi Skala Oleh Expert Judgement	141
Lampiran 4. Hasil Uji Keterbacaan (Cognitive Interviewing) oleh Lima Calon Responden	158
Lampiran 5. Tabulasi Data Uji Coba (Try Out) Skala Penelitian	277
Lampiran 6. Skala Penelitian	282
Lampiran 7. Tabulasi Data Skala Penelitian	288
Lampiran 8. Uji Reliabilitas Alat Ukur	316
Lampiran 9. Flyer dan Informed Consent Penelitian	321
Lampiran 10. Hasil Uji Asumsi Klasik	322
Lampiran 11. Hasil Uji Coba Hipotesis	324
Lampiran 12. Hasil Analisis Uji Beda	325
Lampiran 13. Curriculum Vitae	326



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era digital saat ini, teknologi terus mengalami perkembangan terutama dalam bidang komunikasi di mana salah satunya adalah media sosial. Media sosial merupakan salah satu sarana komunikasi & produk internet yang bisa memudahkan semua kalangan untuk mengaksesnya (Rahmawati & Nurhamida, 2018). Dilansir dari data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2024 penetrasi pengguna internet mencapai 79,50% atau lebih dari setengah populasi menggunakan internet (Haryanto, 2024). Lalu, data penggunaan internet tertinggi yaitu untuk mengakses media sosial. Hal ini dibuktikan dengan data Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2023 bahwa sejumlah 84,37% usia 16-30 tahun menggunakan internet untuk mengakses media sosial (Databoks, 2024). Data tersebut menunjukkan mayoritas penggunaan internet untuk mengakses media sosial berada pada usia remaja pertengahan dan dewasa awal.

Salah satu media sosial yang populer di Indonesia adalah Instagram. Dilansir dari laman laporan Napoleongcat, jumlah pengguna Instagram di Indonesia telah mencapai 88,861,000 pengguna yang setara dengan 31.6% dari total populasi penduduk Indonesia per Februari (Upgraded, 2024). Mayoritas pengguna Instagram di Indonesia termasuk dalam kelompok usia 25-34 dengan total 38,8% pengguna Instagram. Kelompok usia 18-24 tahun menyusul di posisi ke-2 sejumlah 32,9%, sementara kelompok usia 35-44 tahun berada di peringkat ke-3

sebanyak 16,8% (Upgraded, 2024). Kemudian, survei yang dilakukan oleh APJII pada Desember 2023 hingga Januari 2024, bahwa sejumlah 51,9 % responden usia 13-27 tahun paling banyak mengakses Instagram (Databoks, 2024). Berdasarkan uraian data di atas, menunjukkan bahwa pengguna Instagram terbanyak merupakan kalangan remaja pertengahan dan dewasa.

Instagram adalah platform media sosial di mana pengguna dapat berkomunikasi melalui foto atau video (Aristantya & Helmi, 2019). Platform ini memungkinkan penggunanya dapat melakukan penelusuran (*browsing*), memposting (*posting*), dan menyukai (*liking*) (Frison & Eggermont, 2017). Dalam Instagram, penggunanya dapat mengedit foto, berinteraksi melalui komentar dan *likes*, dan saling mengikuti antar teman, keluarga, atau orang yang tidak dikenal secara *offline* untuk mendapatkan informasi terbaru mereka (Ridgway & Clayton, 2016).

Dalam bermedia sosial khususnya Instagram, remaja banyak yang mengekspresikan terkait ideal penampilan fisik. Hal ini ditunjukkan dengan para remaja yang terdorong untuk terlihat sempurna, mengikuti tren, dan memilih foto terbaiknya sebelum diunggah di Instagram (Ash Shidiqie et al., 2023). Melalui Instagram, remaja terpapar banyak selebriti, *influencer*, dan selebgram terkait penampilan karena Instagram merupakan aplikasi yang basisnya berbagi konten foto dan video. Sebagaimana yang telah diungkapkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Agustina et al., (2023) yang menegaskan bahwa sebanyak 63 % remaja pertengahan merasa terdorong untuk mencapai bentuk tubuh yang

dianggap ideal seperti yang banyak terlihat di postingan foto/video di Instagram.

Perkembangan Instagram yang semakin populer ternyata memberikan dampak bagi remaja. Berdasarkan hasil Survei yang dilakukan *The Wall Street Journal* pada periode 2019 hingga 2020 di Amerika Serikat dan Inggris yang melibatkan 2.604 responden usia remaja di bawah 22 tahun, hasilnya yaitu terdapat tiga dampak penggunaan Instagram pada remaja, khususnya remaja perempuan. Dampak pertama yaitu sebanyak 45% memiliki keinginan kuat untuk menampilkan foto yang sempurna di Instagram. Kemudian, sejumlah 42 % remaja merasa bahwa tubuh mereka tidak cukup menarik untuk ditampilkan di Instagram. Lalu, dalam diri remaja timbul perasaan tidak memiliki cukup uang untuk mendukungnya tampil sempurna di media sosial (Kompas, 2021).

Berbagai postingan tubuh ideal dapat ditemukan di Instagram, salah satunya terdapat berbagai postingan wanita dengan tubuh langsing, hal ini dapat mempengaruhi munculnya anggapan tentang *thin-idealized* atau anggapan tubuh langsing adalah tubuh yang ideal (Dewi et al., 2020). Instagram juga dimanfaatkan sebagai promosi yang memicu munculnya selebgram (selebritis Instagram). Kemunculan selebgram yang memperlihatkan tubuh ideal memicu adanya istilah '*body goals*' yang mengacu pada intensi untuk menciptakan bentuk tubuh yang sesuai dengan target yang dianggap sebagai '*body goals*' (Aristantya & Helmi, 2019).

Fenomena di atas dapat menyebabkan remaja pengguna Instagram mengalami ketidakpuasan tubuh. Penelitian oleh Tiggemann et al (2018) pada

subjek remaja pertengahan hingga dewasa, menemukan bahwa paparan gambar Instagram yang menampilkan tubuh kurus dan ideal menyebabkan efek negatif dan berdampak terhadap ketidakpuasan tubuh. Demikian pula, sebuah penelitian yang dilaksanakan oleh Tumakaka et al (2022) menegaskan bahwa ketika melihat foto atau video yang menampilkan tubuh ideal di Instagram dapat berdampak pada ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh.

Ketidakpuasan tubuh merupakan penilaian subjektif yang negatif terhadap diri sendiri atau penampilan fisik seseorang (Presnell et al., 2004). Ketidakpuasan tubuh juga diartikan sebagai ketidaksesuaian antara ukuran tubuh yang dimiliki individu dengan ukuran tubuh ideal yang diinginkannya (Cash & Pruzinsky, 2002). Teori Cash & Pruzinsky (2002) juga menyebutkan bahwa ketidakpuasan tubuh disebut sebagai citra tubuh negatif di mana citra tubuh terbentuk dari dua komponen yakni evaluasi dan keyakinan, di mana keduanya berkaitan dengan rasa kepuasan (*body satisfaction*) atau ketidakpuasan tubuh (*body dissatisfaction*) yang dimiliki. Ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan dapat terjadi karena secara umum remaja ingin menampilkan diri dengan baik karena dirinya memperhatikan penampilan fisik (Aristantya & Helmi, 2019).

Remaja pertengahan merupakan remaja yang memasuki usia 15 hingga 18 tahun (Monks & Knoers, 2006). Pada fase ini remaja sangat memperhatikan penampilan karena masa ini ditandai dengan perkembangan seksual yang berlangsung pesat, sehingga remaja pertengahan sangat memperhatikan penampilan fisik (Batubara, 2010). Remaja pertengahan juga ditandai oleh

perubahan yang menonjol pada perkembangan fisik atau disebut dengan pubertas, perkembangan kognitif, dan perkembangan sosioemosi. Perubahan yang terjadi umumnya muncul pada saat seseorang memasuki masa remaja awal dan akan berlanjut hingga remaja pertengahan, mulai dari kematangan seksual, pertumbuhan tinggi badan, serta berat badan (Monks & Knoers, 2006). Oleh karena itu, citra tubuh merupakan salah satu hal yang penting dan diperhatikan oleh remaja pertengahan. Sejalan dengan teori perkembangan Santrock (2011) yang berkaitan dengan aspek perkembangan fisik remaja, bahwa citra tubuh menjadi hal yang sangat penting bagi remaja. Diperkuat oleh Mueller (2009) hal tersebut karena perhatian remaja terhadap fisiknya sangat kuat, sehingga memicu mereka mengembangkan citra tubuh dalam dirinya (Dalam Santrock, 2011).

Salah satu hal yang harus dicapai dari perkembangan remaja pertengahan adalah kemampuan untuk menerima kondisi fisiknya serta mampu memanfaatkan tubuhnya secara efektif (Hurlock, 1991). Untuk mencapai penerimaan terhadap keadaan fisiknya tersebut, remaja pertengahan perlu mengembangkan persepsi tubuh yang positif. Remaja pertengahan perlu mengembangkan persepsi positif terhadap tubuhnya karena periode ini merupakan fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa sehingga banyak ditandai adanya perubahan fisik, psikologis, dan sosial pada diri remaja (Batubara, 2010). Selain itu, remaja juga perlu mengembangkan citra tubuh yang positif agar terhindar dari permasalahan seperti ketidakpuasan tubuh (Abdillah et al., 2023). Apabila remaja mengembangkan persepsi terhadap tubuhnya secara positif, akan terbentuk rasa

percaya diri tinggi dan puas dengan bentuk tubuhnya (Rombe, 2013). Kepuasan tubuh pada diri remaja penting agar mereka dapat dengan mudah melakukan penyesuaian diri sehingga mereka merasa lebih bahagia serta tidak khawatir tentang penampilan tubuhnya (Dianningrum & Satwika, 2021).

Penting juga bagi seorang remaja memiliki *value* atau nilai. *Value* merupakan sesuatu yang diyakini kebenarannya, dipercaya dan dirasakan kegunaannya, serta terwujud dalam sikap atau perilaku individu (Sinolungan, 2000). Dengan memiliki *value*, remaja pertengahan akan memiliki pedoman, pegangan, atau petunjuk dalam mencari jalan untuk menumbuhkan jati dirinya karena fase remaja adalah fase pencarian jati diri (Besari, 2021). Selain itu, dengan *value* seorang remaja tidak mengikuti standar kecantikan yang ada di masyarakat umum, hal ini karena remaja telah memiliki *value* yang menjadi acuannya dalam berperilaku. Sejalan dengan teori Havighurst (1978) bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yang harus dicapai adalah mencapai suatu *value* yang digunakan sebagai pedoman dalam bertingkah laku (Dalam Rahmat, 2021).

Realita menunjukkan bahwa banyak remaja yang memiliki persepsi negatif terhadap bentuk tubuhnya. Hal ini dapat diketahui berdasarkan penelitian oleh Yuanita & Sukanto (2013) sebanyak 74 % remaja perempuan memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang tinggi. Kemudian, sebanyak 83 % remaja laki-laki mengalami ketidakpuasan tubuh di mana mereka menginginkan tubuh yang lebih berotot (Tiggemann et al., 2008). Lalu, penelitian yang dilakukan Al-Musharaf et al (2022) dengan subjek remaja pertengahan di Lebanon, menemukan bahwa

sejumlah 45% remaja pertengahan memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang tinggi.

Peneliti melakukan *preliminary study* mengenai ketidakpuasan tubuh pada remaja pengguna Instagram berdasarkan teori Cash (2000). Pengambilan data *preliminary study* melalui kuesioner yang diberikan kepada 39 remaja berusia 15-18 tahun yang aktif menggunakan media sosial Instagram di Daerah Istimewa Yogyakarta menggunakan media *google form*. Kuesioner terdiri dari enam butir pernyataan dengan pilihan jawaban “ya atau tidak”. Adapun butir pernyataan dalam kuesioner di antaranya “Saya kurang menarik secara fisik”, “Saya tidak menyukai fisik saya pada bagian-bagian tertentu”, “Saya dianggap tampan/cantik oleh orang-orang di media sosial”, “Sebelum keluar ke tempat umum, saya selalu memperhatikan penampilan saya”, “Saya kurang percaya diri jika dandanan saya tidak tepat”, dan “Saya tidak pernah memikirkan penampilan saya”.

Berdasarkan hasil dari *preliminary study* menunjukkan bahwa sebanyak 24 dari 39 responden merasa kurang menarik secara fisik dan sejumlah 32 dari 39 responden merasa tidak puas terhadap fisiknya pada bagian-bagian tertentu. Dalam hal ini menjelaskan bahwa responden tidak puas terhadap fisik yang dimilikinya. Kemudian, didapatkan hasil bahwa sejumlah 17 dari 39 responden merasa dirinya tidak dianggap cantik/tampan pada platform media sosial yang mereka miliki. Selain itu, *preliminary study* juga menunjukkan bahwa sebanyak 33 dari 39 responden selalu memperhatikan penampilan fisiknya ketika keluar ke tempat umum dan sejumlah 27 dari 39 responden kurang percaya diri apabila

penampilannya tidak tepat. Terakhir, sebanyak 32 dari 39 responden selalu memperhatikan penampilannya. Dalam hal ini menjelaskan bahwa responden sangat memperhatikan penampilan fisiknya sehingga saat penampilannya tidak sesuai atau tidak tepat, mereka cenderung kurang percaya diri.

Dampak dari remaja mengalami ketidakpuasan tubuh dapat menyebabkan gangguan makan, diet ekstrem yang berujung pada obesitas, aktivitas olahraga berlebihan, dan perilaku menghukum diri sendiri (Sari & Sri, 2022). Kemudian, berdasarkan temuan dari penelitian yang dilaksanakan oleh Bornioli et al (2019) mengungkapkan bahwa remaja yang mengalami ketidakpuasan tubuh mempengaruhi mereka melakukan beberapa perilaku kesehatan beresiko seperti merokok, penggunaan ganja dan narkoba, menyakiti diri sendiri, dan minuman keras berisiko tinggi. Hal ini sejalan dengan teori Ogden (2010) bahwa remaja yang mengalami ketidakpuasan tubuh akan melakukan diet dan merokok sebagai upaya untuk menurunkan berat badannya. Dengan demikian, ketidakpuasan tubuh pada remaja ini menjadi permasalahan yang serius dan merugikan, khususnya bagi remaja itu sendiri.

Ketidakpuasan tubuh dipengaruhi beberapa faktor eksternal dan internal. Pada faktor eksternal ketidakpuasan tubuh dipengaruhi di antaranya media massa, budaya, dan keluarga (Ogden, 2010). Kemudian, menurut Wertheim dan Pixton (Dalam Cash & Smolak, 2011) faktor sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan tubuh. Penelitian lain oleh Andini (2020) menemukan bahwa media sosial turut memengaruhi peningkatan ketidakpuasan

tubuh. Fitrianti et al (2022) juga menemukan bahwa ketidakpuasan tubuh dipengaruhi oleh dukungan sosial online. Selanjutnya, faktor internal ketidakpuasan tubuh salah satunya menurut Fisher, Dunn, & Thompson (2002) menyatakan bahwa perbandingan penampilan fisik juga dapat meningkatkan risiko seperti rasa tidak puas terhadap fisiknya, sehingga dapat menyebabkan munculnya ketidakpuasan tubuh.

Berdasarkan beberapa faktor di atas diketahui bahwa menurut Wertheim dan Pixton (Dalam Cash & Smolak, 2011) faktor sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan tubuh. Dalam faktor sosial, terdapat lingkungan sosial yakni individu lain yang ada di luar diri seperti keluarga, teman, tetangga, atau secara umum disebut dengan masyarakat tempat individu berinteraksi. Dukungan sosial merupakan dukungan yang berasal dari lingkungan sosial di sekitar remaja yang mampu menjadi salah satu bentuk hubungan sosial yang menguntungkan remaja pertengahan. Dukungan sosial adalah hubungan dengan lingkungan sekitar yang untuk memenuhi kebutuhan baik secara psikologis, fisik, maupun kebutuhan yang bersifat material (Matson & Hall, 2011). Dukungan sosial juga dapat dimaknai sebagai bentuk bantuan atau kenyamanan yang diberikan oleh orang lain kepada seseorang untuk mengatasi stress baik secara fisik maupun psikologis (American Psychological Association, 2018). Dukungan sosial terbagi menjadi dua bentuk, yakni dukungan sosial offline dan dukungan sosial online atau dukungan yang diterima secara online (Cohen, 2011).

Salah satu dukungan yang penting bagi remaja adalah berasal dari teman

sebayanya karena mereka lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman seumurannya dibandingkan dengan orang tua. Remaja memenuhi kebutuhannya untuk bersosialisasi, kebersamaan, ketentraman jiwa, dan intimasi dengan membentuk persahabatan yang akrab. Apabila remaja tidak mampu untuk membentuk persahabatan yang erat, mereka menjadi kesepian dan penilaian atas harga dirinya menurun (Santrock, 2011). Dengan demikian, keterlibatan teman sebaya merupakan aspek penting dalam mendapatkan dukungan sosial yang diperlukan dalam menghadapi perjalanan dan tantangan masa remaja.

Dalam bersosialisasi dan berinteraksi terutama dengan teman sebaya, remaja memanfaatkan media sosial, untuk berinteraksi secara online dengan lingkungan sosialnya (Aristantya & Helmi, 2019). Namun, lingkungan sosial mampu menjadi sumber dukungan sosial bagi remaja, akan tetapi, lingkungan sosial terutama teman sebaya juga mampu mendorong remaja mengikuti bentuk tubuh ideal yang dapat ditemukan di berbagai media (Fox & Vendemia, 2016). Salah satu media sosial yang banyak ditemukan figur ideal adalah Instagram, di mana para remaja terdorong mengikuti bentuk ideal yang ada di Instagram. Untuk itu, diperlukan dukungan sosial online untuk mengurangi dampak negatif dari paparan figur ideal di Instagram. Dukungan sosial online merupakan salah satu bentuk hubungan interpersonal yang saling menguntungkan untuk melawan dampak negatif penggunaan media sosial agar tidak menjadi stressor dalam kehidupan seorang remaja yang sangat memperhatikan penampilan fisik (Roeza et al., 2021). Selain itu, dalam konteks penggunaan Instagram yang masif pada

remaja menjadi penting untuk melihat bagaimana dukungan sosial dalam konteks online mempengaruhi ketidakpuasan tubuh.

Dukungan sosial online ini disebut dengan jejaring sosial online yang telah berkembang pesat di berbagai platform jejaring sosial. Dukungan sosial online dalam media sosial dapat berbentuk seperti menekan tombol “suka” pada postingan teman, atau memberikan komentar dengan ungkapan yang positif pada postingan teman (Laurita & Rusli, 2021). Dukungan sosial online terdiri dari empat aspek yakni dukungan sosial penghargaan/emosional online, dukungan sosial persahabatan online, dukungan sosial informasional online, dan dukungan sosial instrumental online (Nick et al., 2018). Terdapat penelitian yang mengungkapkan korelasi antara dukungan sosial online dengan ketidakpuasan tubuh. Penelitian yang dilakukan oleh Fitrianti et al (2022) mendapatkan hasil terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial online dengan ketidakpuasan tubuh pada subjek *emerging adulthood* pengguna Instagram. Kemudian, penelitian yang dilakukan Roeza et al (2021) yang menemukan bahwa dukungan sosial online dapat meningkatkan kepuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram serta membuat remaja memiliki persepsi yang positif terhadap tubuhnya.

Remaja pertengahan pengguna Instagram yang mendapatkan dukungan sosial online akan lebih percaya diri dan puas terhadap penampilan tubuhnya. Hal ini karena mereka merasa diterima dan dihargai oleh orang lain yang memberikan dukungan sosial online salah satunya berupa tanggapan positif seperti komentar

atau *like* pada postingan foto atau cerita di Instagram. Maka, kepuasan tubuh remaja pengguna Instagram akan meningkat. Dengan demikian, penting diketahui korelasi antara dukungan sosial online dengan ketidakpuasan tubuh.

Di sisi lain, penting juga untuk mengetahui faktor internal yang berperan dalam pembentukan ketidakpuasan tubuh. Salah satu faktor internal yang diketahui mempengaruhi ketidakpuasan tubuh yakni perbandingan penampilan fisik. Menurut Schaefer & Thompson (2014) perbandingan penampilan fisik adalah proses individu dalam melakukan evaluasi penampilan fisiknya sendiri dengan cara melibatkan perbandingan penampilan fisik dirinya dengan orang lain. Perbandingan penampilan fisik terdiri dari lima aspek, di antaranya yakni penampilan fisik, berat tubuh, bentuk tubuh, ukuran tubuh, dan lemak tubuh (Schaefer & Thompson, 2014). Ditemukan penelitian yang mengungkapkan hubungan antara perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh. Penelitian tersebut dilakukan oleh Apriliani & Soetjningsih (2023) yang mengungkapkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita pengguna TikTok dan Instagram. Kemudian, penelitian yang dilakukan Budianti & Nawangsih (2020) menemukan bahwa terdapat hubungan positif perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram di Kota Bandung. Lebih lanjut, penelitian oleh Shahyad et al (2015) juga menunjukkan terdapat hubungan antara perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan. Berdasarkan penjabaran hal di atas, diketahui

perbandingan penampilan fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan tubuh.

Dalam penggunaan Instagram yang masif di kalangan remaja pertengahan, membuat remaja memiliki kecenderungan melakukan perbandingan penampilan fisik. Salah satu hal yang memicu remaja pertengahan melakukan perbandingan penampilan fisik yakni remaja pertengahan terlalu fokus terhadap ideal penampilan fisiknya dan terdapat standar kecantikan yang berlaku di Instagram. Respon dan tekanan lingkungan sekitar serta standar kecantikan yang tinggi, secara tidak langsung membuat individu menilai dan membandingkan penampilan fisiknya dengan orang lain (Prameswari, 2020). Selain itu, dorongan untuk selalalu mengevaluasi penampilan fisik pada remaja pertengahan berdampak buruk pada kepuasan tubuh terkait penampilan dan bentuk tubuh yang dimiliki. Di mana ketika remaja mulai membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap lebih menarik melalui foto/video yang diunggah orang lain di Instagram, maka dapat membuat individu menjadi tidak nyaman dan tidak puas oleh tubuhnya (Apriliani & Soetjningsih, 2023). Didukung oleh penelitian De Vries et al. (2016) dengan subjek remaja bahwa salah satu efek negatif penggunaan media sosial menyebabkan remaja melakukan perbandingan penampilan fisik yang mana hal tersebut memicu terjadi ketidakpuasan tubuh. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui hubungan perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram.

Peneliti melakukan penelusuran dan menemukan bahwa penelitian

terdahulu mengenai ketidakpuasan tubuh di Indonesia masih terbatas. Selain itu, penelitian-penelitian terdahulu hanya menggunakan satu variabel bebas untuk diteliti, sedangkan penelitian ini menggunakan dua variabel bebas yakni dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik untuk diteliti. Peneliti juga tidak menemukan penelitian yang menggabungkan antara ketiga variabel sekaligus yakni ketidakpuasan tubuh, dukungan sosial online, dan perbandingan penampilan fisik. Peneliti menyempitkan dukungan sosial hanya pada dukungan sosial secara online karena saat ini remaja menghabiskan cukup banyak waktu di media sosial. Hal tersebut dibuktikan oleh survei yang dilakukan oleh APJII pada Desember 2023 hingga Januari 2024, bahwa sejumlah 51,9 % responden usia 13-27 tahun paling banyak mengakses Instagram (Databoks, 2024).

Berdasarkan uraian pada latar belakang permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait “Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram?”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna media sosial Instagram.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi dalam pengembangan teori dan keilmuan yang terkait pada rumpun psikologi klinis, psikologi sosial, psikologi perkembangan, dan psikologi siber terutama dalam konteks pembahasan topik ketidakpuasan tubuh, dukungan sosial online, dan perbandingan penampilan fisik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat, terutama bagi para remaja pertengahan pengguna Instagram yang merupakan subjek penelitian, dalam mengetahui korelasi mengenai ketidakpuasan tubuh dengan dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik, sehingga remaja pertengahan dapat memperkuat kepemilikan citra tubuh yang positif di masa yang akan datang. Selain itu, juga untuk meminimalisir membandingkan penampilan fisiknya dan mengelola dukungan sosial secara online yang diterima.

b. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan bagi orang tua remaja pertengahan tentang ketidakpuasan tubuh dan kaitannya dengan dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik, sehingga orang tua mampu mendampingi anak-anak remajanya agar dapat membentuk citra tubuh yang positif. Selain itu,

untuk memberikan pemahaman orang tua agar dapat ikut kebersamai anak remajanya dalam mengelola dukungan sosial online secara positif, sehingga remaja mampu menerima tubuhnya dan meminimalisir perbandingan fisiknya.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki potensi untuk menjadi bahan referensi dan pengembangan metodologi bagi penelitian selanjutnya mengenai ketidakpuasan tubuh, dukungan sosial online, serta perbandingan penampilan fisik.

D. Keaslian Penelitian

Peneliti melakukan penelusuran terkait penelitian-penelitian sebelumnya berkaitan dengan topik ketidakpuasan tubuh, dukungan sosial online, dan perbandingan penampilan fisik. Di bawah ini adalah beberapa penelitian tersebut:

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Laiyusa Ananda Fitrianti, Amanda Pasca Rini, & Nindia Pratitis	<i>Self-acceptance</i> dan dukungan sosial online dengan kecenderungan <i>body dissatisfaction</i> pengguna Instagram pada masa <i>emerging adulthood</i>	2022	Untuk variabel ketidakpuasan tubuh menggunakan teori Rosen dan Reiter (1995). Pada variabel <i>self-acceptance</i> berdasarkan teori Supratiknya (1995) dan variabel dukungan sosial online mengacu pada teori Lin (2016).	kuantitatif korelasional	1. Alat ukur yang digunakan untuk variabel ketidakpuasan tubuh mengacu pada aspek-aspek yang dikembangkan oleh Rosen dan Reiter (1995). 2. Variabel <i>self-acceptance</i> mengacu pada aspek-aspek yang dikembangkan oleh Supratiknya (1995) dan variabel dukungan sosial online mengacu pada aspek-	Kriteria subjek yang digunakan adalah usia 18-29 tahun dan pengguna aktif Instagram dengan total responden yang diperoleh sebanyak 117 orang yang terdiri dari perempuan sebanyak 73 (61,3%) orang dan laki-laki sebanyak 46	Hasil menunjukkan bahwa <i>self-acceptance</i> dan dukungan sosial online dengan ketidakpuasan tubuh memiliki hubungan yang sangat signifikan. Artinya, pengguna Instagram pada masa <i>emerging adulthood</i> yang menjadi responden pada penelitian ini memiliki <i>self-acceptance</i> yang baik dan

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
						aspek yang dikembangkan oleh Lin (2016).	(38,7%) orang.	menerima dukungan sosial online yang tinggi serta memiliki kecenderungan ketidakpuasan tubuh yang tinggi pula. Kemudian pada hubungan <i>self-acceptance</i> dengan kecenderungan ketidakpuasan tubuh didapatkan hasil tidak signifikan. Artinya, tinggi rendahnya <i>self-acceptance</i> pada seseorang tidak memengaruhi ketidakpuasan tubuh. Pada hubungan dukungan sosial online dengan ketidakpuasan tubuh didapatkan hasil ada

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
								hubungan yang sangat signifikan.
2.	Agustina Eka Dewi, IGAA Noviekayati, Amherstia Pasca Rina	<i>Social Comparison</i> dan Kecenderungan Ketidakpuasan tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram	2020	Ketidakpuasan tubuh (Rosen dan Reiter, 1996) & <i>Social Comparison</i> (Festinger, 1954).	Kuantitatif korelasional	1. Skala ketidakpuasan tubuh disusun berdasarkan indikator ketidakpuasan tubuh dari Rosen dan Reiter (dalam Izza dan Mahardayani, 2016). 2. Skala <i>social comparison</i> disusun berdasarkan <i>social comparison</i> dari Festinger (dalam Ho dkk, 2016).	Jumlah subjek sebanyak 100 dengan kriteria wanita berusia 18-25 tahun, pengguna media sosial Instagram dan berdomisili di Surabaya.	Terdapat hubungan positif yang signifikan antara <i>social comparison</i> dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna Instagram

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
3.	Amanda Alfina dan Christiana Hari Soetjiningih	<i>Social Comparison</i> dengan <i>Body Disstisfaction</i> pada Perempuan Dewasa Awal Pengguna Instagram dan Tiktok	2023	Ketidakpuasan tubuh (Cooper, Taylor, Cooper dan Fairbum , 1987) & <i>social comparison</i> (Schaefer dan Thomson, 2014)	Kuantitatif korelasional	1. Ketidakpuasan tubuh diukur menggunakan skala <i>Body Shape Questionnaire</i> 34 (BSQ-34) yang dikembangkan oleh Cooper, Taylor, Cooper dan Fairbum (1987) yang diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Aritonang, Suyanto dan Azrin (2015). 2. Skala <i>social comparison</i> diukur menggunakan skala Perbandingan penampilan fisik <i>Scale – Revised</i> (PACS-R) yang dikembangkan	Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah (1) perempuan berusia 18-25 tahun; (2) berdomisili di seluruh Indonesia; (3) memiliki account Instagram dan account Tiktok dalam satu device; (3) dan aktif menggunakan masing-masing aplikasi, minimal dalam 4 minggu terakhir dan jumlah partisipan adalah 330 orang yang	Hasil penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara social comparison dengan ketidakpuasan tubuh pada perempuan dewasa awal pengguna media sosial Instagram dan Tiktok

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
						oleh Schaefer dan Thomson (2014) yang telah diadaptasi menggunakan bahasa Indonesia oleh Amalia (2018).	berasal dari berbagai wilayah di Indonesia.	
4.	Aina Nur dan Alifa Gumi Langerya Rizal	Hubungan <i>Social Comparison</i> dan <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Wanita yang Memiliki Kecemasan akan kegemukan (Overweight)	2020	<i>Social comparison</i> menggunakan teori Festinger (Dalam Myers & Crowther, 2009), <i>body dissatisfaction</i> (Cash & Pruzinsky, 2002)	Kuantitatif korelasional	1. Skala PACS-R (Schaefer & Thompson, 2014) yang terdiri 2. Skala <i>body dissatisfaction</i> menggunakan skala MBRSQ-AS yang diadaptasi oleh Swami et al. (2019).	Subjek penelitian adalah 101 wanita yang sesuai dengan kriteria penelitian yakni berusia 21-40 tahun, memiliki BMI 23Kg/m ² hingga 27 Kg/m ² . 101 wanita tersebut tersebar di 10 kabupaten dan	Terdapat hubungan positif antara perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh pada wanita yang kecemasan akan kegemukan.

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
							kota yang terdapat di Bengkulu diantaranya, Kota Bengkulu, Kabupaten Seluma, Kabupaten Bengkulu Selatan, Kabupaten Bengkulu Tengah, Kabupaten Bengkulu Utara, Kabupaten Lebong, Kabupaten Rejang Lebong, Kabupaten Kepahiang, Kabupaten Kaur, Dan Kabupaten Muko-Muko.	
5.	Ni Made Rutina Rizki	Perbandingan penampilan	2023	Perbandingan penampilan	Kuantitatif korelasional	1. Skala Ketidakpuasan	Partisipan berjumlah	Terdapat hubungan positif

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
	Apriliani & Christiana Hari Soetjningsih	fisik and Body Dissatisfction in Women Users of Tiktok and Instagram		fisik dari Schaefer dan Thompson (2014), Ketidakpuasan tubuh dari Tariq dan Ijaz (2015)		tubuh Scale (BDS) dikembangkan oleh Tariq dan Ijaz (2015) dan kemudian dimodifikasi oleh Arshuha (2019). 2. Skala perbandingan penampilan fisik dalam penelitian ini yaitu Perbandingan penampilan fisik Scale-Revised (PACS-R) yang dikembangkan oleh Schaefer dan Thompson (2014) dan kemudian dimodifikasi oleh Qidwati (2019).	203 wanita pengguna TikTok dan/atau Instagram yang sedang berkuliah atau bekerja dan berusia 18-25 tahun, serta menggunakan TikTok dan/atau Instagram minimal 1 jam per hari, dan mengikuti minimal satu informasi atau konten seputar fashion, olahraga, metode diet, dan beauty influencer.	yang signifikan antara perbandingan penampilan fisik dengan body dissatisfaction pada wanita pengguna TikTok dan/atau Instagram
6.	Rizka Devina Budianti &	Hubungan Appearance Appearance	2020	Appearance Comparison	Kuantitatif korelasional	1. Skala appearance	Responden berjumlah	Terdapat hubungan yang

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
	Endah Nawangsih	<i>Comparison dan Body Dissatisfaction</i> pada Remaja Pengguna Instagram di Kota Bandung		(Schaefer dan Thompson, 2014), Ketidakpuasan tubuh (Cash dkk, 1990).		<i>comparison</i> menggunakan Scale-Revised (PACS-R) yang disusun oleh Thompson dkk (1991) . 2. Skala ketidakpuasan tubuh menggunakan <i>Multiple Body-Self Related Questionnaire Appearance Scales</i> (MBSRQ-AS) yang disusun oleh Cash dkk (1990)	322 dengan karakteristik remaja berumur 13-18 tahun yang menggunakan Instagram di Kota Bandung.	sedang dan signifikan antara perbandingan penampilan dan ketidakpuasan tubuh pada remaja pengguna Instagram di Kota Bandung
7.	Madya Bangsa Opsiviantoto, Dyan Evinta Santi, & Rahma Kusumandari	Kepercayaan diri pada remaja: Menguji peranan perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh	2023	Kepercayaan diri (Lauster, 2006), <i>social comparison</i> (Festinger, 1954), & ketidakpuasan tubuh (Tariq Ijaz, 2015).	Kuantitatif korelasional	1. Skala kepercayaan diri yang digunakan skala kepercayaan diri Lauster (2006) 2. Skala <i>social comparison</i> yang digunakan adalah skala	Populasi penelitian ini terdiri dari remaja usia 15 - 19 tahun berjenis kelamin perempuan yang berada di Kabupaten	Hubungan negatif antara <i>social comparison</i> , ketidakpuasan tubuh dengan kepercayaan diri

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
						<i>social comparison</i> Festinger (1954). 3. Skala ketidakpuasan tubuh yang diadaptasi dari teori yang dikemukakan oleh Tariq Ijaz (2015).	Sidoarjo. Subyek dalam penelitian ini sebanyak 100 responden	
8.	Resky, Harlina Hamid, Andi Nasrawaty Hamid	Hubungan Harga Diri Dengan <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Mahasiswi Di Kota Makassar	2021	Harga diri (Heatherton dan Polivy, 1991) & ketidakpuasan tubuh (Rosen dan Reiter, 1996)	Kuantitatif korelasional	1. Skala harga diri mengadaptasi alat ukur <i>State Self Esteem Scale</i> yang disusun oleh Todd F. Heatherton dan Janet (1991). 2. Skala ketidakpuasan tubuh diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek	Populasi dalam penelitian ini berjumlah 405 mahasiswa aktif di Kota Makassar yang berusia 18-22 tahun. Penelitian ini dilakukan di Makassar.	Terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswi di Kota Makassar, Semakin tinggi harga diri maka semakin rendah ketidakpuasan tubuh pada mahasiswi, sebaliknya jika semakin rendah harga diri maka semakin tinggi

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
						Rosen dan Reiter (1996).		ketidakpuasan tubuh pada mahasiswi perguruan tinggi di Makassar.
9.	Paolo Miguel T Abad Santos, Jerome V Cleofas, Arianne Gail O Austria, Alejandra Kamiya B. de Guzman, dan Brianna Angela F Sarile	<i>The double-edged impact of Internet use on mental health outcomes among Filipino university students: the mediating role of online social support</i>	2023	<i>Online social support</i> (Nick et al, 2018), <i>well-being</i> (Tennant et al, 2007).	Kuantitatif analisis moderasi dengan desain cross sectional	1. <i>Online social support</i> menggunakan alat ukur OSSS (<i>Online Social Support Scale</i>) yang disusun oleh Nick et al. (2018). 2. <i>Well-being</i> menggunakan alat ukur SWEMWBS milik (Tennant et al., 2007). 3. <i>Psychological distress</i> menggunakan alat ukur K10 yang disusun oleh Kessler et al. (2003).	Subjek penelitian berjumlah 247 mahasiswa sarjana dari universitas swasta yang terpilih di Manila, Filipina. Lokasi penelitian dilakukan di Filipina.	Hasil menunjukkan bahwa pengaruh total penggunaan Internet adalah positif untuk mental <i>well-being</i> dan negatif untuk <i>psychological distress</i> . Lalu, <i>online social support</i> memediasi dampak penggunaan positif terhadap mental <i>well-being</i> dan <i>psychological distress</i> . Dengan demikian, penggunaan internet berkontribusi

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
								terhadap peningkatan <i>mental well-being</i> dan penurunan <i>psychological distress</i> melalui peningkatan <i>online social support</i> .
10.	Mustika Hi Yusuf K, Musawwir, dan Nurhikmah	Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Remaja Di Kota Makassar	2023	Dukungan sosial (Sarafino & Smith 2011), ketidakpuasan tubuh (Cash dan Pruzinsky, 2002)	kuantitatif korelasional	1. Skala ketidakpuasan tubuh yang digunakan menggunakan skala yang diadaptasi oleh Nas (2021) berdasarkan skala ketidakpuasan tubuh yang telah dibuat oleh Cash (2000). 2. Skala dukungan sosial teman sebaya dilakukan	Populasi penelitian ini terdiri dari remaja berusia 12-18 tahun yang berdomisili di kota Makassar, dengan total jumlah sampel 421 orang. Penelitian dilakukan di kota Makassar.	Terdapat pengaruh negatif antara dukungan sosial teman sebaya terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja di Kota Makassar.

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
						dengan cara memodifikasi skala yang telah dikonstruksi oleh Arsalita (2018) berdasarkan dari skala dukungan sosial yang telah dibuat oleh Cohen dan Hoberman (1983).		

1. Keaslian Topik

Peneliti menemukan beberapa penelitian ketidakpuasan tubuh pada remaja. Variabel ketidakpuasan tubuh yang diteliti secara spesifik sama dengan yang telah diteliti oleh Budianti & Nawangsih (2020), Opsiviantoto et al. (2023), dan K Yusuf et al. (2023). Variabel dukungan sosial online juga sebelumnya telah diteliti oleh Fitrianti et al (2022) dan Santos et al. (2023). Sedangkan variabel perbandingan penampilan fisik pernah diteliti pernah diteliti oleh Budianti & Nawangsih (2020) dan Apriliani & Soetjningsih (2023). Tetapi sejauh penelusuran yang dilakukan, peneliti tidak menemukan penelitian terdahulu yang menggunakan ketiga variabel sekaligus yaitu ketidakpuasan tubuh, dukungan sosial online, dan perbandingan penampilan fisik. Oleh karena itu, dari segi variabel maka penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya karena menggunakan tiga variabel secara bersamaan.

2. Keaslian Teori

Teori ketidakpuasan tubuh dalam penelitian ini merujuk pada teori dari Cash (2000). Penelitian terdahulu yang memakai teori yang serupa yakni penelitian yang dilakukan oleh K Yusuf et al. (2023). Teori berikutnya adalah teori tentang dukungan sosial online yang didasarkan pada teori Nick et al. (2018). Penelitian yang menggunakan teori yang sama adalah penelitian yang dilakukan oleh Santos et al. (2023). Teori terakhir merupakan teori perbandingan penampilan fisik yang mengacu pada teori Schaefer dan Thompson (2014). Teori tersebut juga diterapkan

pada penelitian sebelumnya oleh Apriliani & Soetjiningsih (2023). Dengan demikian dalam hal teori, penelitian ini menggunakan teori yang sama dengan yang diacu pada penelitian-penelitian sebelumnya.

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur ketidakpuasan tubuh yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan alat ukur *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) versi adaptasi Malaysia oleh Swami et al (2019) yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari Cash (2000). Kemudian, alat ukur dukungan sosial online mengadopsi alat ukur *Online Social Support Scale* (OSSS) yang disusun Nick et al. (2018).

Selanjutnya, alat ukur perbandingan penampilan fisik mengadopsi alat ukur *Physical Appearance Scale-Revised* (PACS-R) yang disusun oleh Schaefer & Thompson (2014). Dengan demikian, penelitian ini memakai alat ukur yang sudah ada dengan cara peneliti mengadopsinya dan menggunakan versi adaptasinya.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian ini mempunyai kesamaan dalam kriteria subjeknya dengan penelitian terdahulu yakni remaja pengguna Instagram seperti penelitian yang dilakukan oleh Budianti & Nawangsih (2020). Namun, beberapa penelitian lain menunjukkan perbedaan subjek yang diteliti (Fitrianti et al., 2022), (Dewi et al., 2020), (Alfina & Soetjiningsih, 2023), (Budianti & Nawangsih, 2020), (Apriliani & Soetjiningsih, 2023), (Opsiviantoto et al., 2023), (Resky et al., 2021), dan (Yusuf et al., 2023) yang memfokuskan pada subjek remaja secara umum dan mahasiswa

atau usia dewasa awal.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, kesimpulan yang dapat diambil sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram di Yogyakarta.
2. Secara parsial tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial online dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram di Yogyakarta.
3. Secara parsial terdapat hubungan positif antara perbandingan penampilan fisik dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja pertengahan pengguna Instagram di Yogyakarta.
4. Sumbangan efektif simultan dukungan sosial online dan perbandingan penampilan fisik terhadap ketidakpuasan tubuh sebesar 13%. Lalu, variabel dukungan sosial online secara parsial memberikan sumbangan efektif sebesar 0,1% dan variabel perbandingan penampilan fisik memberi sumbangan efektif sebesar 12,9%.

5. Tidak terdapat perbedaan tingkat ketidakpuasan tubuh berdasarkan kelompok jenis kelamin.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian yang telah dijabarkan, peneliti memberikan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Responden Penelitian

Bagi responden penelitian, diharapkan dapat menggunakan media sosial Instagram dengan bijaksana agar memandang diri lebih positif, menghargai bahwa bentuk tubuh yang berbeda-beda, tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain serta berfokus terhadap sisi positif diri selain hal yang berkaitan dengan penampilan fisik. Selain itu, diharapkan bagi responden agar membatasi waktu dalam mengakses Instagram karena berdasarkan hasil penelitian sebanyak 40,84% responden mengakses Instagram selama lebih dari 4 jam. Salah satu cara mengurangi penggunaan Instagram dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat seperti melaksanakan hobi, olahraga, atau bergabung komunitas positif, sehingga responden tidak hanya berfokus pada penampilan fisiknya saja.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menggali faktor-faktor lain

yang mempengaruhi ketidakpuasan tubuh seperti faktor biologis & fisik, budaya, & keluarga untuk memperkaya keilmuan. Peneliti juga dapat meneliti mengenai dukungan sosial secara offline karena dalam konteks online penelitian ini tidak terdapat hubungan. Kemudian, sebaran responden diusahakan memiliki jumlah yang seimbang dan merata antara perempuan dan laki-laki.

3. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi, sehingga hasil penelitian dapat dijadikan acuan dalam pembuatan kebijakan bagi pihak sekolah untuk mencegah ketidakpuasan tubuh. Salah satu caranya dapat mempertimbangkan pembuatan media promosi atau kampanye sebagai program dalam mencegah dan menanggulangi ketidakpuasan tubuh pada remaja laki-laki & perempuan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, I. Y., Ningrum, D., Rosyda, R., & Dolifah, D. (2023). Gambaran Tingkat Citra Tubuh Remaja Pertengahan (Middle Adolescent) Pada Usia 16-18 Tahun Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ners*, 7(2), 1693–1699. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.15785>
- Abdullah, M. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Aswaja Pressindo.
- Adibah, A., & Fabiansyah, A. (2024). Peran Social Comparison Sebagai Mediator Antara Dietary Behaviors Dan Body Dissatisfaction Pada Perempuan Emerging Adulthood. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i1.4261>
- Agustina, T., Zahirah, & Sholehah, S. T. (2023). Pengaruh Media Massa Terhadap Persepsi Remaja Tentang Tubuh Ideal: Studi Kasus Pada Remaja Pengguna Instagram. *Journal Analytica Islamica*, 12(1), 182–193.
- Ahdiat, A. (2024, September 24). Media Sosial Favorit Gen Z dan Milenial Indonesia. *Databoks*. <https://databoks.katadata.co.id/infografik/2024/09/24/media-sosial-favorit-gen-z-dan-milenial-indonesia>
- Alfina, A., & Soetjningsih, C. H. (2023). Social Comparison dengan Body Dissatisfaction pada Perempuan Dewasa Awal Pengguna Instagram dan Tiktok. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 2508–2517.
- Alifa, A. N., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Social Comparison dan Body Dissatisfaction Pada Wanita yang Memiliki Kelebihan Berat Badan

- (Overweight). *Proyeksi*, 15(2), 110–119.
- Al-Musharaf, S., Rogoza, R., Mhanna, M., Soufia, M., Obeid, S., & Hallit, S. (2022). Factors of body dissatisfaction among lebanese adolescents: The indirect effect of self-esteem between mental health and body dissatisfaction. *BMC Pediatrics*, 22(1), 302. <https://doi.org/10.1186/s12887-022-03373-4>
- American Psychological Association. (2018). APA Dictionary of Psychology. In *APA Dictionary of Psychology*. <https://dictionary.apa.org/social-support>
- Andini, S. F. (2020). Aktivitas dan Pengaruh Sosial Media terhadap Body Dissatisfaction pada Dewasa Awal. *Analitika*, 12(1), 34–43. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3762>
- Annur, C. M. (2024, May 2). Penetrasi Internet DI Yogyakarta Tertinggi di Pulau Jawa pada 2024. *Databoks*. <https://databoks.katadata.co.id/teknologi-telekomunikasi/statistik/9b344e72370dd92/penetrasi-internet-di-yogyakarta-tertinggi-di-pulau-jawa-pada-2024>
- Apriliani, N. M. R. R., & Soetjiningsih, C. H. (2023). Physical Appearance Comparison and Body Dissatisfaction in Women Users of Tiktok and Instagram. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(4), 470. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i4.12234>
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 114. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- Arroyo, A. (2014). Connecting theory to fat talk: Body dissatisfaction mediates the

- relationships between weight discrepancy, upward comparison, body surveillance, and fat talk. *Body Image*, 11(3), 303–306. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.04.006>
- Ash Shidiqie, N., Akbar, N. F., & Faristiana, A. R. (2023). Perubahan Sosial dan Pengaruh Media Sosial Tentang Peran Instagram dalam Membentuk Identitas Diri Remaja. *Simpati: Jurnal Penelitian Pendidikan Dan Bahasa*, 1(3), 98–112.
- Azwar, S. (1999). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-Dasar Psikometrika Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi* (3rd ed). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Batubara, J. R. (2010). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21–29.
- Bearman, S. K., Presnell, K., Martinez, E., & Stice, E. (2006). The Skinny on Body Dissatisfaction: A Longitudinal Study of Adolescent Girls and Boys. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 217–229. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9010-9>
- Besari, A. (2021). Perkembangan Sikap dan Nilai Moral Peserta didik Usia Remaja. *Jurnal Pradigma*, 11(1), 25–43.
- Biolcati, R., Ghigi, R., Mameli, C., & Passini, S. (2017). What can I do with my body? Boys and girls facing body dissatisfaction. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(3), 283–295. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1167748>
- Bornioli, A., Lewis-Smith, H., Smith, A., Slater, A., & Bray, I. (2019). Adolescent

- body dissatisfaction and disordered eating: Predictors of later risky health behaviours. *Social Science & Medicine*, 238, 112458. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.112458>
- Budianti, R. D., & Nawangsih, E. (2020). Hubungan Appearance Comparison dan Body Dissatisfaction pada Remaja Pengguna Instagram di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 657–662.
- Budiastuti, D., & Bandur. (2018). *Validitas dan Reliabilitas Penelitian*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Cash, T. F. (2000). *MBRSQ Users' Manual*. Norfolk VA: Old Dominion University Press.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (Eds.). (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (Eds.). (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed). New York: Guilford Press.
- Chen, H., & Jackson, T. (2012). Gender and Age Group Differences in Mass Media and Interpersonal Influences on Body Dissatisfaction Among Chinese Adolescents. *Sex Roles*, 66(1–2), 3–20. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-0056-8>
- Cohen, J. (2011). Social Support Received Online and Offline By Individuals Diagnosed With Cancer. *Virginia Commonwealth University*.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (3rd ed). Thousand Oaks, California: Sage Publications.

- Dariyo, A. (2017). Peran Self-Awareness dan Ego Support Terhadap Kepuasan Hidup Remaja Tonghoa. *Psikodimensia*, 15(2), 254. <https://doi.org/10.24167/psiko.v15i2.991>
- Databoks. (2024, November 1). Mayoritas Anak Muda Indonesia Gunakan Internet untuk Media Sosial. *Databoks*. <https://databoks.katadata.co.id/teknologi-telekomunikasi/statistik/69fcdded6f50870/mayoritas-anak-muda-indonesia-gunakan-internet-untuk-media-sosial>
- De Vries, D. A., Peter, J., De Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents' Social Network Site Use, Peer Appearance-Related Feedback, and Body Dissatisfaction: Testing a Mediation Model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>
- Dewi, A. E., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2020). Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(02), 173–180.
- Dianningrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 194–203.
- Dunn, T. J., Baguley, T., & Brunsden, V. (2014). From alpha to omega: A practical solution to the pervasive problem of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology*, 105(3), 399–412. <https://doi.org/10.1111/bjop.12046>
- Fardouly, J., & Holland, E. (2018). Social media is not real life: The effect of attaching disclaimer-type labels to idealized social media images on women's body

- image and mood. *New Media & Society*, 20(11), 4311–4328.
<https://doi.org/10.1177/1461444818771083>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41(4), 1149–1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Fernández-Bustos, J., Infantes-Paniagua, Á., & ... (2019). Body dissatisfaction in adolescents: Differences by sex, BMI and type and organisation of physical activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(17), 1-14. <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/17/3109>
- Fisher, E., Dunn, M., & Thompson, J. K. (2002). Social Comparison And Body Image: An Investigation Of Body Comparison Processes Using Multidimensional Scaling. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(5), 566–579.
<https://doi.org/10.1521/jscp.21.5.566.22618>
- Fitrianti, L. A., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2022). Self-acceptance dan dukungan sosial online dengan kecenderungan body dissatisfaction pengguna instagram pada masa emerging adulthood. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(4), 178–186.
- Fox, J., & Vendemia, M. A. (2016). Selective Self-Presentation and Social Comparison Through Photographs on Social Networking Sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(10), 593–600.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0248>
- Frison, E., & Eggermont, S. (2017). Browsing, Posting, and Liking on Instagram: The

- Reciprocal Relationships Between Different Types of Instagram Use and Adolescents' Depressed Mood. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(10), 603–609. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0156>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Grogan, S. (2017). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (Third edition). Routledge.
- Haidar, A., Ranjit, N., Saxton, D., & Hoelscher, D. M. (2019). Perceived Parental and Peer Social Support Is Associated With Healthier Diets in Adolescents. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 51(1), 23–31. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.10.003>
- Haryanto. (2024, January 31). APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang. *Detiknet*. <https://inet.detik.com/cyberlife/d-7169749/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- Humaira, M. P., & Aviani, Y. I. (2023). Pengaruh social comparison terhadap body dissatisfaction pada perempuan emerging adulthood pengguna media sosial di Sumatera Barat. *Jurnal Riset Psikologi*, 6(2), 105–112.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Japil, A. R., Mustapha, M., & Eee, G. T. (2017). Body Dissatisfaction Among Male and Female Adolescents. *Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Sosial (JPsiKS)*, 1, 1–7.

- Jones, D. C. (2001). Social Comparison and Body Image: Attractiveness Comparisons to Models and Peers Among Adolescent and Boys. *Sex Roles*, 45(9/10), 645–664. <https://doi.org/10.1023/A:1014815725852>
- Julius, N. (2024, February). Data Jumlah Pengguna Instagram di Indonesia 2024. *Upgraded*. <https://upgraded.id/data-jumlah-pengguna-instagram-di-indonesia>
- Krisdamarjati, Y. A. (2021, October). *Facebook Files Ungkap Fakta Tersembunyi Dampak Buruk Instagram pada Remaja* [Kompas]. <https://www.kompas.id/baca/riset/2021/10/09/facebook-files-mengungkap-fakta-tersembunyi-dampak-buruk-instagram-pada-remaja>
- Laurita, A. D., & Rusli, D. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Online Terhadap Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja. *Jurnal Riset Psikologi*, 2021(3), 1–12.
- Matson, M., & Hall, J. (2011). *Health As Communication Nexus: A Service Learning Approach*. Kendall Hunt Publishing Company.
- Meshi, D., & Ellithorpe, M. E. (2021). Problematic social media use and social support received in real-life versus on social media: Associations with depression, anxiety and social isolation. *Addictive Behaviors*, 119, 106949. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106949>
- Monks, F. J., & Knoers, A. M. (2006). *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Gadjah Mada University Press.
- Mutmainah, F. Y., & Oktaviana, R. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra Tubuh Pada Remaja Pengguna Sosial Media di SMA Negeri 9 Palembang. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(3), 1785–1794.

- Nafisah, R., & Sunawan. (2023). Prediksi Dukungan Sosial Online terhadap Kesejahteraan Subjektif: Studi pada Pengguna Instagram dan Twitter. *AGCAF: Annual Guidance and Counseling Academic Forum*, 198–203. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2018.05.007>
- Najla, A. D., & Zulfiana, U. (2022). Pengaruh social comparison terhadap body dissatisfaction pada laki-laki dewasa awal pengguna instagram. *Cognicia*, 10(1), 64–71. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i1.20084>
- Navarro, D. J., & Foxcroft, D. R. (2018). *Learning statistics with jamovi: A tutorial for psychology students and other beginners*. [object Object]. <https://doi.org/10.24384/HGC3-7P15>
- Nick, E. A., Cole, D. A., Cho, S.-J., Smith, D. K., Carter, T. G., & Zelkowitz, R. L. (2018). The Online Social Support Scale: Measure development and validation. *Psychological Assessment*, 30(9), 1127–1143. <https://doi.org/10.1037/pas0000558>
- Nugraha, B., & Akbar, M. F. (2018). Perilaku Komunikasi Pengguna Aktif Instagram. *Jurnal Manajemen Komunikasi*, 2(2), 95. <https://doi.org/10.24198/jmk.v2i2.21330>
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*. SIBUKU MEDIA.
- Ogden, J. (2010). *The psychology of eating: From healthy to disordered behavior* (2nd ed). Wiley-Blackwell.
- Opsiviantoto, M. B., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2023). Kepercayaan diri pada

- remaja: Menguji peranan perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 107–116.
- P2PTM Kemenkes RI. (2019, November 6). Tabel Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT). *Penyakit Tidak Menular Indonesia*.
- Prameswari, R. T. (2020). Pengaruh perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja akhir perempuan (studi tentang physical appearance). *Cognicia*, 8(1), 90–101. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11747>
- Presnell, K., Bearman, S. K., & Stice, E. (2004). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent boys and girls: A prospective study. *International Journal of Eating Disorders*, 36(4), 389–401. <https://doi.org/10.1002/eat.20045>
- Priyatno, D. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian Dengan SPSS dan Tanya Jawab Ujian Pendadaran*. Gava Media.
- Putri, A. A., & Subroto, U. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1533–1545. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.247>
- Rahmat, P. S. (2021). *Perkembangan Peserta Didik*. PT Bumi Aksara.
- Rahmawati, A., & Nurhamida, Y. (2018). Dukungan Sosial Teman Virtual Melalui Media Instagram pada Remaja Akhir. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(1), 111. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i1.5534>
- Resky, Hamid, H., & Hamid, A. N. (2021). Hubungan Harga Diri Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi Di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta*

Mahasiswa, 1(1), 92–104.

- Ridgway, J. L., & Clayton, R. B. (2016). Instagram Unfiltered: Exploring Associations of Body Image Satisfaction, Instagram #Selfie Posting, and Negative Romantic Relationship Outcomes. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(1), 2–7. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0433>
- Roeza, V. M., Sutatminingsih, R., & Marini, L. (2021). The Influence of Online Social Support on the Body Image among Adolescent Instagram Users. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies (IJPSAT)*, 27(2), 339–348.
- Rombe, S. (2013). Hubungan Body Image dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4), 228–236. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i4.3520>
- Saiphoo, A. N., & Vahedi, Z. (2019). A meta-analytic review of the relationship between social media use and body image disturbance. *Computers in Human Behavior*, 101, 259–275. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.028>
- Sánchez-Miguel, P. A., González, J. J. P., Sánchez-Oliva, D., Alonso, D. A., & Leo, F. M. (2019). The importance of body satisfaction to physical self-concept and body mass index in Spanish adolescents. *International Journal of Psychology*, 54(4), 521–529. <https://doi.org/10.1002/ijop.12488>
- Santos, P. M. T., Cleofas, J. V., Austria, A. G. O., De Guzman, A. K. B., & Sarile, B. A. F. (2023). The double-edged impact of Internet use on mental health outcomes among Filipino university students: The mediating role of online

- social support. *Frontiers in Sociology*, 8, 1132523.
<https://doi.org/10.3389/fsoc.2023.1132523>
- Santrock, J. W. (2011a). *Life-span development* (13th ed). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2011b). *Life-span development* (13th ed). McGraw-Hill Higher Education.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (Seventh edition). Wiley.
- Sari, N. A., & Sri, P. R. (2022). Dampak Intensitas Mengakses Media Sosial Dengan Body Image Pada Remaja. *JPI: Jurnal Psikologi Islam*, 1(2), 58–71.
- Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2014). The development and validation of the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R). *Eating Behaviors*, 15(2), 209–217. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.01.001>
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research methods for business: A skill-building approach* (Seventh edition). Wiley.
- Shahyad, S., Pakdaman, S., & Shokri, O. (2015). Prediction of Body Image Dissatisfaction from Self-esteem, Thin-ideal Internalization and Appearance-related Social Comparison. *International Journal of Travel Medicine and Global Health*, 3(2), 59–63. <https://doi.org/10.20286/ijtmgh-030299>
- Sinolungan, A. E. (2000). *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik*. Universitas Negeri Manado.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.

- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV ALFABETA.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sunartio, L., Sukanto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Social Comparison dan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 157. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.342>
- Swami, V., Todd, J., Mohd. Khatib, N. A., Toh, E. K. L., Zahari, H. S., & Barron, D. (2019). Dimensional structure, psychometric properties, and sex invariance of a Bahasa Malaysia (Malay) translation of the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire–Appearance Scales (MBSRQ–AS) in Malaysian Malay adults. *Body Image*, 28, 81–92. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.007>
- Tiggemann, M., Hayden, S., Brown, Z., & Veldhuis, J. (2018). The effect of Instagram “likes” on women’s social comparison and body dissatisfaction. *Body Image*, 26, 90–97. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.07.002>
- Tiggemann, M., Martins, Y., & Churchett, L. (2008). Beyond Muscles: Unexplored Parts of Men’s Body Image. *Journal of Health Psychology*, 13(8), 1163–1172. <https://doi.org/10.1177/1359105308095971>
- Tiggemann, M., & McGill, B. (2004). The Role of Social Comparison in the Effect of Magazine Advertisements on Women’s Mood and Body Dissatisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(1), 23–44. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.1.23.26991>

- Tumakaka, S. M., Dewi, E. M. P., & Hamid, H. (2022). Gambaran Ketidakpuasan Terhadap Bentuk Tubuh (Body Dissatisfaction) pada Pengguna Instagram. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(1), 12–24.
- Utz, S., & Breuer, J. (2017). The Relationship Between Use of Social Network Sites, Online Social Support, and Well-Being: Results From a Six-Wave Longitudinal Study. *Journal of Media Psychology*, 29(3), 115–125.
<https://doi.org/10.1027/1864-1105/a000222>
- Vuong, A., Jarman, H., Doley, J., & ... (2021). Social media use and body dissatisfaction in adolescents: The moderating role of thin-and muscular-ideal internalisation. *International Journal of ...*, Query date: 2024-10-28 11:46:38.
<https://www.mdpi.com/1660-4601/18/24/13222>
- Wahyuni, N. S. (2022, September 16). Indeks Massa Tubuh Remaja. *Kemenkes Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan*.
- Wahyuni, S., Rianto, B., & Rizky Imamar Rusli, D. (2024). Hubungan Berat Badan Pada Remaja Dengan Tingkat Kecemasan Di SMAN 4 Cimahi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 10(1), 109–116.
<https://doi.org/10.33023/jikep.v10i1.1935>
- Wood, J. V. (1989). Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological Bulletin*, 106(2), 231–248.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.106.2.231>
- Yan Bi, X., Liang, Q., Jiang, G., Deng, M., Cui, H., & Ma, Y. (2024). The cost of the perfect body: Influence mechanism of internalization of media appearance

ideals on eating disorder tendencies in adolescents. *BMC Psychology*, 12(1), 1–

11. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01619-7>

Yuanita, H., & Sukamto, M. E. (2013). Fenomena Body Dissatisfaction Pada Perempuan Anggota Fitness Centre. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 4(1),

12–23. <https://doi.org/10.26740/jptt.v4n1.p12-23>

Yusuf, M. H. K., Musawwir, & Nurhikmah. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Body Dissatisfaction Pada Remaja Di Kota Makassar. *Jurnal*

Psikologi Karakter, 3(2), 417–424. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.2324>

