

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Sebagai makhluk sosial, manusia perlu berkomunikasi antara satu dengan lainnya sehingga kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain dapat terpenuhi (Andarwati, 2016). Salah satu media komunikasi yang sering digunakan oleh remaja saat ini adalah media sosial (Andarwati, 2016). Media sosial merupakan bentuk dari sebuah media *online* dimana setiap penggunanya dapat berpartisipasi, saling berbagi konten, dan membuat suatu konten di dalamnya (Cahyono, 2016). Menurut Keke Mahardika (2015), bahwa media sosial dapat memberikan kemudahan bagi remaja untuk membangun komunikasi dengan orang lain, akan tetapi penggunaan media sosial tersebut juga dapat memberikan dampak negatif seperti menurunnya tingkat kepercayaan diri, menciptakan persaingan mengenai kehidupan mewah, dan membuat remaja menjadi tidak mampu menerima kenyataan yang terjadi pada dirinya (Andarwati, 2016). Menurut Marwick dan Boyd (2010), penggunaan media sosial pada remaja dapat menyebabkan remaja menjadi sulit menerima dirinya sendiri, hal ini menyebabkan topik-topik seperti citra tubuh atau kecantikan sering muncul pada remaja yang mengakses media sosial (Felita dkk., 2016).

Menurut Santrock (2011), remaja merupakan individu yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pada aspek biologis, aspek kognitif, maupun aspek sosioemosional. Pada masa perkembangan, remaja akan mengalami

pubertas yang menyebabkan terjadinya perubahan pada bagian fisik remaja (Aristantya, 2019). Saat ini remaja-remaja menjadi sangat memperhatikan penampilan fisiknya dibandingkan dengan aspek lain dalam dirinya (Denich & Ifdil, 2015). Menurut papalia (2011) dibandingkan remaja laki-laki, remaja putri memiliki perasaan tidak suka yang lebih tinggi terkait penampilan yang dimiliki, hal ini mencerminkan bahwa atribut fisik pada wanita mendapat penekanan yang lebih besar secara kultural (Denich & Ifdil, 2015). Sejalan dengan pernyataan tersebut, Itani (2011) menjelaskan bahwa dibandingkan dengan remaja laki-laki, remaja putri lebih memikirkan penampilannya dan bagaimana persepsi orang lain terhadap dirinya (Zhafirah & Dinardinata, 2018). Masa remaja tengah berada di rentang usia 15 hingga 18 tahun (Nurvita, 2015). Santrock (2008) mengemukakan bahwa remaja dengan rentang usia 12 hingga 18 tahun memiliki perhatian yang sangat kuat terhadap gambaran tubuh seseorang, baik pada remaja putri maupun remaja laki-laki (Nourmalita, 2016).

Menurut Hurlock (2004), perubahan fisik yang dialami remaja terjadi secara lebih pesat dibandingkan ketika pada masa kanak-kanak, sehingga dapat menimbulkan suatu respon tersendiri, dapat berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan penampilan dan bentuk tubuhnya (Wulandari, 2019). Perubahan fisik tersebut terkadang menciptakan citra tubuh remaja yang tidak sesuai dengan yang diharapkan, sehingga muncul rasa kurang percaya diri dan rasa tidak puas (Wulandari, 2019). Berawal dari penampilan fisik, remaja putri kemudian mulai memberikan persepsi dan penilaian terhadap keadaan fisik yang dimiliki, selanjutnya mengarah pada penampilan fisik yang dimiliki orang lain hingga

standar bentuk tubuh yang harus dimiliki oleh setiap perempuan, persepsi dan penilaian inilah yang disebut dengan citra tubuh (Denich & Ifdil, 2015).

Masa remaja menjadi periode penting terkait perkembangan citra tubuh yang terjadi pada remaja putri seperti meningkatnya berat badan, citra tubuh yang negatif, memiliki dorongan yang kuat untuk memiliki tubuh kurus dan melakukan diet (Cash & Pruzinsky, 2002). Santrock (2011) menjelaskan bahwa dibandingkan remaja laki-laki, remaja putri memiliki citra tubuh yang negatif dan terlihat tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya (Aristantya, 2019). Hal tersebut disebabkan karena adanya kemungkinan terjadinya peningkatan pada berat badan remaja putri, sedangkan pada remaja laki-laki otot-otot akan mulai terlihat ketika berada pada masa pubertas, sehingga remaja laki-laki merasa lebih puas terhadap bentuk tubuhnya (Nurvita, 2015).

Menurut Cash (2012) remaja putri sering merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan sering memberikan pernyataan secara negatif mengenai tubuhnya sendiri termasuk berat badan, diet, dan olahraga. Rata-rata 40-70% remaja putri memiliki citra tubuh negatif dan merasa tidak puas terhadap tubuhnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Penelitian ini didukung berdasarkan hasil studi di Amerika Serikat yang menunjukkan bahwa sebanyak 45% wanita dengan berat badan normal dan sehat merasa memiliki kelebihan berat badan. Sekitar 20% diantaranya mencoba menurunkan berat badan dengan melakukan diet (Januar & Putri, 2011). Bahkan di beberapa negara berkembang, terdapat 50-80% remaja putri mempunyai keinginan memiliki tubuh yang lebih kurus dan 20-60% diantaranya dilaporkan melakukan diet (Cash & Pruzinsky, 2002). Menurut

penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Nurvita (2015), menunjukkan hasil bahwa sebanyak 29,27% atau 12 subjek pada penelitiannya memiliki citra tubuh yang rendah, hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki citra tubuh yang negatif. Subjek dengan citra tubuh negatif berjumlah lebih banyak dibandingkan dengan subjek dengan citra tubuh positif, yang hanya berjumlah 3 subjek dengan persentase sebesar 7,32% (Nurvita, 2015).

Close dan Giles (2007) menjelaskan bahwa citra tubuh pada remaja terbentuk seiring dengan terjadinya pertumbuhan fisik dan keadaan mental yang mulai matang (Januar & Putri, 2017). Citra tubuh merupakan suatu bentuk pengalaman individu berupa persepsi terhadap berat dan bentuk tubuhnya, serta bentuk perilaku individu yang mengarah pada evaluasi terhadap penampilan fisik individu tersebut (Cash, 2012). Menurut Cobb, citra tubuh merupakan kepuasan atau ketidakpuasan seorang individu terhadap gambaran pada tubuhnya (Aristantya & Helmi, 2019). Tingkat citra tubuh seorang individu digambarkan dari seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian tubuh dan penampilan fisiknya secara keseluruhan (Thompson, 2000).

Menurut Cash (2002) terdapat beberapa aspek citra tubuh pada remaja putri diantaranya yaitu, evaluasi penampilan (*appearance evaluation*) yang merupakan perilaku mengukur atau mengevaluasi penampilan yang dimiliki; orientasi penampilan (*appearance orientation*) yaitu bentuk perhatian terhadap penampilan dirinya dan bentuk usaha yang dilakukan untuk memperbaiki penampilannya tersebut; kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*) dilihat dari seberapa puas individu terhadap bagian tubuhnya secara spesifik;

kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*) diukur berdasarkan kecemasan individu terhadap kegemukan; dan pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*) dilihat dari bagaimana individu dalam mempersepsikan bentuk dan berat badannya.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, peneliti kemudian melakukan wawancara sebagai pencarian data awal melalui *chatting online via WhatsApp* pada 20 Oktober 2020, terhadap 3 remaja putri di Yogyakarta yang setiap harinya mengakses media sosial lebih dari 5 jam. Setelah melakukan wawancara kepada 3 informan tersebut, peneliti kemudian menyimpulkan pernyataan-pernyataan yang diberikan oleh setiap informan berdasarkan aspek-aspek citra tubuh menurut Cash (Aristantya & Helmi, 2019) yaitu; Pada aspek evaluasi penampilan (*appearance evaluation*) informan pertama menilai bahwa dirinya gendut dan tidak ideal, informan kedua menyebutkan bahwa dirinya memiliki bentuk fisik yang tidak bagus dan tidak cantik, sedangkan informan ketiga mengatakan bahwa dirinya terlihat sangat kurus. Hal ini sesuai dengan aspek evaluasi penampilan yaitu, mengukur atau mengevaluasi penampilan secara keseluruhan; Pada aspek orientasi penampilan (*appearance orientation*), dua dari tiga informan menyatakan bahwa keduanya sudah melakukan perawatan dan berusaha untuk berdiet sebagai upaya untuk memperbaiki bentuk tubuh mereka agar lebih sesuai dengan yang diharapkan, bahkan salah satunya telah mengkonsumsi minuman diet, dan satu informan lainnya sudah mengkonsumsi minuman penggemuk badan seperti susu penambah nafsu makan dengan berbagai jenis merk. Penjelasan tersebut sesuai dengan aspek orientasi penampilan yaitu bentuk usaha yang

dilakukan untuk memperbaiki penampilan; Pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*), tiga dari tiga informan menyatakan bahwa mereka tidak puas dengan bentuk tubuh mereka saat ini, dan masih jauh dari yang mereka harapkan. Informan pertama menyebutkan bahwa bagian lengan adalah bagian yang paling tidak disukai, pada informan kedua bagian paha menjadi bagian yang sangat dirasa tidak puas, dan pada informan ketiga menyatakan bahwa bagian perut hingga kaki menjadi bagian yang tidak disukai. Penjelasan tersebut sesuai dengan aspek kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu seberapa puas individu terhadap bagian tubuhnya; Pada aspek kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), dua dari tiga informan mengaku merasa takut ketika berat badan mereka mengalami kenaikan. Meski begitu ketakutan mereka tidak sampai menyebabkan kecemasan, sedangkan pada informan lainnya tidak merasa takut dan cemas terhadap kenaikan berat badan, karena tubuhnya yang kurus dan lebih memilih untuk menambah berat badannya. Dua dari tiga informan tersebut sesuai dengan aspek kecemasan menjadi gemuk yaitu adanya kewaspadaan terhadap kenaikan berat badan; Aspek terakhir yaitu aspek pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*), 2 dari 3 informan menyebutkan bahwa bentuk tubuh mereka gendut dan besar, dan informan lainnya menyebutkan bahwa bentuk tubuhnya terlalu kurus dan tidak seperti kebanyakan orang lainnya. Hal ini sesuai dengan aspek pengkategorian ukuran tubuh yaitu bagaimana individu dalam mempersepsikan dan menilai bentuk dan berat badannya, dimulai dari sangat kurus hingga sangat gemuk.

Berdasarkan ke-5 aspek tersebut, 2 dari 3 orang subjek menyebutkan bahwa hal tersebut terjadi karena mereka mendapat penilaian yang tidak mengenakan dari orang-orang di lingkungan sekitarnya. Sehingga hal tersebut mendorong mereka untuk merubah penampilan menjadi lebih baik lagi. Subjek lainnya menjelaskan bahwa hal-hal yang menyebabkan dirinya menjadi sangat memperhatikan penampilannya, yaitu karena dirinya sering membandingkan dirinya dengan idola yang disukainya.

Pernyataan tersebut dibuktikan lebih lanjut berdasarkan hasil survei mengenai bagaimana remaja putri menilai penampilan dan bentuk tubuhnya, pada 23 Oktober 2020 yang dilakukan secara *online* dan disebarakan melalui *google* formulir pada 32 remaja putri di Yogyakarta. Pertanyaan-pertanyaan dalam survei tersebut adalah sebagai berikut : 1. Bagaimana arti “Cantik” menurut anda?; 2. Menurut anda bagaimana standar kecantikan yang berlaku dilingkungan sosial anda saat ini ? (Wanita dapat dikatakan cantik itu yang seperti apa?); 3. Apakah anda merasa diri anda sudah memenuhi standar kecantikan tersebut ?; 4. Bagaimana anda menilai penampilan anda saat ini ?; 5. Apakah anda puas dengan penampilan anda saat ini ?; 6. Apa yang anda lakukan untuk merubah penampilan anda agar menjadi lebih baik dan sesuai seperti yang anda inginkan ?; 7. Apakah anda ingin mempunyai tubuh/wajah yang dapat memenuhi standar kecantikan yang berlaku dimasyarakat saat ini ?; 8. Apakah anda memiliki kecemasan/ketakutan terhadap kenaikan berat badan/kegemukan ?; 9. Berapa ukuran berat badan ideal menurut anda ?; 10. Apakah anda mampu menerima dan percaya diri dengan bentuk tubuh anda saat ini ?; 11. Apakah penilaian terhadap

keadaan fisik mempengaruhi perilaku anda dilingkungan sosial ? Berikan contohnya!; 12. Menurut anda, apakah postingan wanita-wanita yang menurut anda cantik di media sosial yang anda kunjungi, dapat mempengaruhi penilaian anda terhadap keadaan fisik/tubuh anda sendiri ?.

Berdasarkan hasil survei tersebut, sebanyak 18 dari 32 remaja putri di Yogyakarta merasa memiliki penampilan yang masih jauh dari yang diharapkan. Sebagian besar remaja putri melakukan diet dan merawat diri guna memperbaiki penampilan. Sebanyak 20 dari 32 remaja putri merasa tidak puas dengan penampilan yang dimiliki saat ini, serta 16 dari 32 remaja putri memiliki kecemasan/ketakutan akan kegemukan. 6 orang diantaranya menilai bahwa berat badan ideal yang diinginkan yaitu kurang lebih 45-50 kg.

Ketidakpuasan remaja putri terhadap bentuk tubuhnya disebabkan karena adanya ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsikan dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal (Amalia, 2007). Adanya persepsi dan penilaian terkait standar bentuk tubuh dikalangan remaja putri saat ini, dapat mempengaruhi menurunnya tingkat kepercayaan diri pada remaja putri, dan mendorong remaja putri untuk selalu menilai dirinya berdasarkan kacamata orang lain, yaitu teman-teman seusianya (Ratnawati, 2012). Menurut Santrock (2003), remaja putri seharusnya dapat menerima keadaan fisik dan mempergunakannya secara efektif, sebagai salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai pada masa remaja (Nurvita, 2015). Tugas perkembangan yang seharusnya dipenuhi remaja putri untuk dapat menerima keadaan fisiknya, pada kenyataannya harus dihadapkan pada banyaknya tuntutan di dalam pergaulan yang mengharuskan para remaja

putri untuk tampil sesuai dengan standar kecantikan yang ada. Menurut Thompson (2000), sebagian besar dari remaja putri telah berusaha untuk mengubah penampilan mereka untuk dapat memenuhi citra ideal yang sesuai dengan standar kecantikan wanita ideal, standar kecantikan ini dapat berubah sesuai standar kecantikan yang berlaku pada jangka waktu tertentu (Denich & Ifdil, 2015).

Cash dan Pruzinsky (2002) menjelaskan bahwa, dalam perkembangan psikologis dan interpersonal, citra tubuh menjadi aspek yang sangat penting bagi para remaja putri. Remaja putri dengan citra tubuh yang positif akan merasa lebih puas terhadap bentuk tubuh dan penampilannya dan tidak peduli dengan adanya figur wanita ideal yang ada di masyarakat. Sedangkan, remaja putri dengan citra tubuh yang negatif, akan merasa bahwa bentuk tubuh dan penampilannya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh dirinya maupun lingkungan sosialnya, serta tidak sesuai dengan apa yang ia lihat melalui media sosial (Nurvita, 2015). Grogan (1999) menjelaskan bahwa adanya standar mengenai tubuh yang ideal dapat memicu remaja putri untuk melakukan perbandingan antara tubuh yang dimilikinya dengan tubuh yang ideal menurut masyarakat, sehingga dapat menyebabkan munculnya rasa tidak puas terhadap tubuhnya (Marizka, 2019). Remaja putri yang merasa tidak dapat memenuhi standar ideal yang ada di lingkungan masyarakat, akan lebih rentan untuk menjadi tidak puas terhadap tubuhnya dan hal tersebut dapat merusak kesejahteraan fisik maupun psikologisnya (NEDC, 2016). Decay dan Kenny (2004) menjelaskan bahwa remaja yang memiliki persepsi negatif terhadap gambaran tubuhnya, maka

perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan dalam membangun suatu hubungan yang positif dengan remaja lainnya akan terhambat (Nourmalita, 2016). Remaja yang memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan orang lain di lingkungannya, akan mendapatkan penerimaan dan pengakuan dari lingkungan sosialnya (Ridha, 2012). Hal ini dapat berdampak pada penilaian yang baik terkait diri remaja dalam bentuk harga diri yang positif (Ridha, 2012).

Menurut Cash (1994), terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan citra tubuh pada remaja putri (Denich & Ifdil, 2015). Diantaranya yaitu, jenis kelamin, jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan citra tubuh pada individu (Phares, Steinberg, & Thompson, 2004); Media massa, menurut beberapa peneliti media massa menjadi salah satu faktor utama yang dapat memicu adanya ketidakpuasan pada tubuh, kekhawatiran mengenai berat badan, dan perilaku makan yang tidak teratur (Lopez, Levine, & Fauquet, 2010); dan Hubungan interpersonal, Cash mengemukakan bahwa seseorang cenderung membandingkan dirinya dengan orang terdekatnya, serta adanya feedback yang diterima dari orang tersebut dapat mempengaruhi bagaimana persepsi individu terhadap penampilan fisiknya (Denich & Ifdil, 2015).

Pada penelitian ini peneliti memilih faktor media massa sebagai variabel bebas, yang kemudian lebih diperjelas menjadi media internet yaitu, media sosial. Hal ini dikarenakan penggunaan media sosial pada remaja dapat memberikan dampak negatif dan menciptakan pola yang maladaptif, seperti adanya keinginan untuk diakui yang berlebihan pada remaja, dan diasosiasikan dengan citra tubuh

negatif atau ketidakpuasan terhadap tubuh (Howard, 2017). Dijelaskan menurut NEDC (2016) dalam “*What is Body Image ?*” bahwa citra tubuh dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal yang dapat berdampak pada bagaimana individu melihat dan merasa terkait penampilannya. Salah satunya faktor penyebab berkembangnya rasa ketidakpuasan terhadap tubuh yang paling banyak ditemui adalah media (NEDC, 2016). Intensitas penggunaan media yang semakin tinggi akan semakin meningkatkan rasa ketidakpuasan remaja terhadap tubuhnya.

Intensitas pengguna media sosial merupakan banyaknya penggunaan media sosial yang dapat dilihat dari frekuensi penggunaannya (Del Barrio, 2004). Intensitas penggunaan media sosial merupakan kuantitas perhatian dan ketertarikan seseorang ketika mengakses media sosial miliknya (Wulandari, 2019). Dalam teori UGT (*Uses and Gratification Theory*) dijelaskan bahwa perilaku dalam penggunaan media sosial didasarkan pada adanya keinginan seorang individu untuk memenuhi kepuasan maupun kebutuhannya, kebutuhan atau keinginan tersebut berkaitan dengan tujuan dari penggunaan media sosial itu sendiri (Sartika, 2019).

Menurut Del Barrio (2004), terdapat empat aspek pada intensitas penggunaan media sosial diantaranya, yaitu perhatian, perhatian merupakan bentuk ketertarikan seseorang terhadap aktivitas yang sesuai dengan minat yang dimiliki; penghayatan, yaitu suatu pemahaman maupun penyerapan terhadap suatu informasi diikuti dengan adanya usaha untuk memahami, menikmati, menghayati, dan menyimpan informasi tersebut; durasi, yaitu lamanya sesuatu hal itu berlangsung; dan frekuensi, yaitu banyaknya pengulangan perilaku.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh APJII pada tahun 2019-2020 dengan total 7000 *sample*, diperoleh hasil bahwa pengguna internet berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 15-19 tahun sebanyak 8,29%. Selanjutnya, dari total *sample* sebanyak 19,5% mengakses internet selama 8 jam ke atas setiap harinya dengan alasan penggunaan tertinggi yaitu pada penggunaan media sosial sebanyak 51,5%. Media yang paling sering digunakan yaitu *Facebook* dengan jumlah persentase tertinggi sebanyak 65,8% dan disusul oleh media sosial *Instagram* sebanyak 42,3%. Menurut hasil survei APJII tersebut bahwa pengguna internet di wilayah DI Yogyakarta memiliki persentase sebanyak 70% atau berjumlah 2,746,706 juta jiwa. Berdasarkan hasil survei tersebut, dapat diketahui bahwa intensitas penggunaan media sosial pada remaja memiliki tingkat yang tergolong tinggi <https://apjii.or.id/survei> (diakses pada 11 November 2020).

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti kemudian melakukan penelitian awal dengan melakukan survei secara *online* mengenai penggunaan media sosial pada remaja putri yang disebarakan melalui *google* formulir kepada 32 remaja putri di Yogyakarta dengan rentang usia 12-21 tahun pada 23 Oktober 2020. Survei online tersebut berisi pertanyaan-pertanyaan untuk menggali informasi mengenai waktu yang digunakan ketika mengakses media sosial setiap harinya, jenis media sosial yang digunakan dan aktivitas yang dilakukan ketika menggunakan media sosial tersebut. Pertanyaan-pertanyaan dalam survei tersebut adalah sebagai berikut : 1. Apakah anda pengguna media sosial ?; 2. Dalam satu hari berapa lama waktu yang dihabiskan ketika mengakses media sosial tersebut ?; 3. Ketika mengakses media sosial tersebut, hal apakah yang paling sering dilihat ?; 4.

Apakah anda selalu mengakses media sosial tersebut setiap hari ?; 5. Seberapa tertarik anda dengan media sosial tersebut ?; 6. Apakah anda mengidolakan seseorang dengan jenis kelamin yang sama ? (Artis/Selebriti/Model wanita); 7. Apakah anda pernah membandingkan diri anda dengan idola anda ?.

Hasilnya, para subjek secara keseluruhan merupakan pengguna media sosial dengan jenis media sosial yang digunakan seperti *Instagram*, *Twitter*, *Snapchat*, dan *WhatsApp*. Sebanyak 46,9% remaja putri menghabiskan waktu selama lebih dari 10 jam setiap harinya ketika mengakses media sosial. Aktivitas terbanyak yang dilakukan oleh para remaja putri yaitu melihat *instagram story* (cerita pada media sosial *Instagram*). Sebanyak 56,3% remaja putri di Yogyakarta mengaku sangat tertarik terhadap media sosial yang mereka gunakan. American Academy of Pediatrics menjelaskan bahwa bagi anak-anak dan remaja, khususnya remaja putri, mungkin terasa sulit untuk membedakan apakah yang mereka lihat pada media merupakan hal yang nyata atau tidak. Sehingga mereka menjadi lebih rentan dipengaruhi oleh pesan-pesan atau informasi yang ditampilkan melalui media tersebut (Lopez, Levine & Fauquet, 2010).

Media merupakan agen aktif yang dapat memicu masalah mengenai persepsi pada tubuh. Hal ini dikarenakan pada media sosial saat ini dilengkapi oleh fitur-fitur interaktif dan memiliki pengaruh psikologis bagi penggunanya terkait dengan citra tubuh (Fardouly & Vartanian, 2015). Sehingga, semakin sering media memperlihatkan atau menampilkan model maupun *public figure* bertubuh kurus dan langsing, maka akan semakin banyak remaja putri yang berpikir bahwa tubuh yang kurus dan langsing adalah suatu keharusan agar dapat

diterima oleh masyarakat (Marizka, 2019). Sehingga menurut Odgen (2010) apabila tubuh yang dimiliki oleh remaja putri tidak sesuai dengan standar ideal yang berlaku di masyarakat, maka citra tubuh negatif atau ketidakpuasan terhadap tubuh dapat terjadi (Marizka, 2019). Penggunaan media sosial pada remaja, khususnya pada remaja putri, dapat memberikan dampak negatif yang dapat mempengaruhi remaja putri memiliki ketidakpuasan pada tubuhnya, sehingga memberikan citra tubuh yang cenderung negatif pada dirinya (Moran, 2017).

Kane, Alavi, Labianca dan Borgatti (2014) menjelaskan bahwa salah satu fitur yang menarik remaja putri untuk mengakses media sosial yaitu dengan adanya kemudahan dalam berbagi postingan dan foto secara terbuka dan secara *real time* (Saiphoo, 2019). Menurut Barat, Lewis, dan Currie (2009), media sosial sebagian besar menampilkan gambar teman sebaya atau remaja dengan usia yang sebaya (Saiphoo, 2019). Dijelaskan lebih lanjut oleh Schutz, Paxton, & Wertheim, 2002 bahwa terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa perbandingan teman sebaya adalah jenis perbandingan sosial yang paling berpengaruh terhadap citra tubuh pada remaja putri (Saiphoo, 2019) . Hal ini didasarkan pada konseptualisasi asli teori perbandingan sosial yang menyatakan bahwa remaja putri lebih mungkin untuk melakukan perbandingan dengan orang lain yang serupa karena lebih relevan dan dapat memberikan informasi evaluatif yang lebih efektif (Saiphoo, 2019). Berdasarkan alasan tersebut, dibandingkan media tradisional seperti televisi dan majalah, media sosial lebih mungkin untuk merusak citra tubuh yang dimiliki oleh remaja (Saiphoo, 2019). Literatur yang menyelidiki hubungan antara penggunaan media sosial dengan citra tubuh sangat

banyak dan luas, tetapi tidak ditemukan hasil yang konsisten. Beberapa studi korelasional telah menemukan bahwa penggunaan media sosial dikaitkan dengan citra tubuh, sementara pada penelitian lain menemukan hasil bahwa penggunaan media sosial dikaitkan dengan citra tubuh yang positif, dan beberapa penelitian lainnya bahkan menemukan hasil bahwa tidak ada hubungan antara kedua variabel tersebut (Saiphoo, 2019).

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah yang diambil oleh peneliti adalah apakah ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri ?

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan ilmu dan menjadi referensi bagi perkembangan teori psikologi khususnya pada bidang psikologi klinis & perkembangan remaja mengenai citra tubuh dan penggunaan media sosial.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi remaja putri

Para remaja putri diharapkan dapat mengurangi intensitas penggunaan media sosial dan mengurangi perilaku membandingkan diri dengan orang lain atau seseorang yang diidolakan dalam media sosial. Serta mampu menerima keadaan tubuh mereka dengan lebih baik dan menilai keadaan tubuh mereka secara lebih positif. Tidak terpengaruh terhadap standar penilaian yang berlaku secara sosial.

2. Bagi orang tua

Orang tua remaja putri diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan bacaan dan informasi untuk menambah pengetahuan dalam membimbing anak-anak mereka mengenai pemberian penilaian terhadap keadaan tubuh pada anak. Serta memberikan dukungan dan memberi pujian untuk dapat menerima keadaan tubuh mereka dan meningkatkan kepercayaan diri.