**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA REMAJA PUTRI**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE AND BODY IMAGE IN ADOLESCENT WOMEN***

**Rizky Yuniarti Palipung**Universitas Mercu Buana Yogyakarta17081225@student.mercubuana-yogya.ac.id

**ABSTRAK**

Media sosial memiliki fitur-fitur interaktif yang dapat mempengaruhi psikologis penggunanya, khususnya terkait dengan citra tubuh. 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. 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. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri. Hipotesis pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 113 remaja putri pengguna aktif media sosial dengan rentang usia 15-18 tahun. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan citra tubuh skala MBSRQ-AS dan skala instensitas penggunaan media sosial. Analisis dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi product moment dan menunjukkan koefisien korelasi (rxy) = 0,845 (p<0,050). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri. Dari hasil perhitungan nilai determinasi (R²) diketahui kontribusi intensitas penggunaan media sosial terhadap citra tubuh sebesar 71,3%. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi perkembangan teori psikologi serta bermanfaat bagi remaja putri dan orang tua agar dapat lebih memahami bahwa terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri.

**Kata Kunci:** citra tubuh, intensitas penggunaan media sosial, remaja putri

***ABSTRACT***

*Social media has interactive features that can influence its users, especially related to body image. Adolescence is an important period that occurs in adolescents related to body image, having a strong urge to have a thin body and go on a diet. Based on the results of a study in the United States which showed that as many as 45% of women with normal and healthy weight felt they were overweight. 20% of them try to lose weight by going on a diet. This study aims to examine the relationship between the intensity of social media use and body image in adolescent girls. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between the intensity of social media use and body image in adolescent girls. The number of subjects in this study were 113 young women who were active users of social media with an age range of 15-18 years. Data were collected using the MBSRQ-US scale body image and the intensity scale of social media use. The analysis was carried out using the product moment correlation technique and showed the correlation coefficient (rxy) = 0.845 (p<0.050). The results showed that there was a positive relationship between the intensity of social media use and body image in adolescent girls. From the calculation of the value of determination (R²) it is known that the contribution of social media use to body image is 71.3%. The results of this study are expected to be a reference for the development of psychological theory as well as useful for young women and parents in order to better understand that there is a relationship between the intensity of social media use and body image in young women.*

***Keywords:*** *body image, intensity of social media use, young women*

**PENDAHULUAN**

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). Marwick dan Boyd (2010) menyatakan bahwa 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).

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).

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).

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 (2000) terdapat beberapa aspek citra tubuh pada remaja putri diantaranya yaitu, evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), dan pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*). Menurut Cash (1994), terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan citra tubuh pada remaja putri (Denich & Ifdil, 2015). Diantaranya yaitu, jenis kelamin, media massa, dan hubungan interpersonal. 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 diadiasosiasikan 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 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 milikinya (Wulandari, Purnamasari, & Rismarini, 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, penghayatan, durasi, dan frekuensi.

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). 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).

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 ?

**METODE**

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel terikat citra tubuh dan variabel bebas intensitas penggunaan media sosial. Citra tubuh diungkap dengan menggunakan skala *Multiple Body-Self Related Questionnaire Appearance Scales (*MBSRQ-AS*)* oleh Cash (2002) dan telah diadaptasi oleh Aristantya dan Helmi (2019) dan intensitas penggunaan media sosial diungkap menggunakan skala intensitas penggunaan media sosial yang disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Del Barrio (2004) dan telah diadaptasi oleh A’inindiya Naufi Teendhuha AR (2018) yaitu, perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi dalam bentuk skala *likert.* Pada skala MBSRQ-AS terdapat 22 aitem dengan 5 pilihan jawaban yaitu “Sangat Setuju”, “Setuju”, “Netral”,”Tidak Setuju”, dan “Sangat Tidak Setuju” pada bagian 1. Dengan skor jawaban favorable dari lima sampai satu dan skor jawaban unfavorable dari satu sampai lima. Pada bagian 2 menggunakan dua alternatif jawaban yaitu : “Sangat Sering”, “Sering”, “Kadang-Kadang”, “Jarang”, dan “Tidak Pernah”; dan “Sangat Lebih”, “Agak Lebih”, “Normal”, “Agak Kurang”, dan “Sangat Kurang”. Dengan skor jawaban dari lima sampai dengan satu. Selanjutnya pada bagian 3 menggunakan alternatif jawaban linier dimulai dari satu sampai lima, dengan skor jawaban dari satu sampai dengan lima. Pada skala intensitas penggunaan media sosial terdapat 20 aitem dengan 4 pilihan jawaban yaitu “Sangat Setuju”, “Setuju”, “Tidak Setuju”, dan “Sangat Tidak Setuju”. Dengan skor jawaban favorable dari empat sampai satu dan skor jawaban unfavorable dari satu sampai empat.

Dalam penelitian ini subjek yang diteliti adalah remaja putri berusia 15-18 tahun yang merupakan pengguna aktif media sosial dengan jumlah 113 subjek. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel yaitu teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang didasarkan pada kriteria tertentu yang telah ditentukan sebelumnya (Sugiyono, 2009). Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi *product moment* (*Pearson Correlation*) yang dikembangkan oleh Karl Pearson (Azwar, 2012). Korelasi *product moment* (*Pearson Correlation*) bertujuan untuk mengetahui mengetahui korelasi tunggal antara variabel bebas (intensitas penggunaan media sosial) dan variabel terikat (citra tubuh).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data yang diperoleh dari skala penelitian citra tubuh dan intensitas penggunaan media sosial digunakan sebagai dasar pengujian hipotesis. Hasil perhitungan skor minimal hipotetik citra tubuh sebesar (1x22 = 22) dan skor maksimal hipotetik sebesar (5x22 = 110). Rerata hipotetik yang diperoleh yaitu (110+22 : 2 = 66) dengan standar deviasi sebesar (110-22 : 6 = 14,67). Berdasarkan data empirik variabel citra tubuh diperoleh skor minimal 46 dan skor maksimal empirik 110. Rerata empirik yang diperoleh subjek sebesar 77,99 dengan standar deviasi empirik sebesar 18,173. Hasil perhitungan skor skala intensitas penggunaan media sosial diperoleh skor minimal hipotetik sebesar (1x20 = 20) dan skor maksimal hipotetik sebesar (4x20 = 80). Rerata hipotetik yang diperoleh (80+20 : 2 = 50) dengan standar deviasi sebesar (80-20 : 6 = 10). Berdasarkan data empirik variabel penelitian intensitas penggunaan media sosial diperoleh skor minimal empirik sebesar 20 dan skor maksimal empirik sebesar 80. Rerata empirik yang diperoleh subjek sebesar 58,79 dengan standar deviasi empirik sebesar 12,535.

Kategorisasi data dalam penelitian ini digunakan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang pada suatu kontinum berdasarkan pada atribut yang diukur (Azwar, 2015). Kategorisasi skala citra tubuh dan skala intensitas penggunaan media sosial berdasarkan nilai mean dan standar deviasi data hipotetik dengan mengelompokkan menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Hasil kategorisasi citra tubuh dapat dilihat pada Tabel 1 berikut ini :

**Tabel 1**

**Kategorisasi Subjek Skor Citra Tubuh**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Norma | Interval Skor | Jumlah  | Presentase |
| Tinggi | X ≥ (µ + 1σ) | X ≥ 80,67 | 40 | 35% |
| Sedang | (µ - 1σ) ≤ X < (µ + 1σ) | 51,33 ≤ X ≤ 80,67 | 70 | 62% |
| Rendah | X < (µ - 1σ) | X ≤ 51,33 | 3 | 3% |
|  |  | Total | 113 | 100% |

Hasil kategorisasi data citra tubuh menunjukkan bahwa dari 113 subjek penelitian, terdapat 40 subjek (35%) memiliki citra tubuh pada kategori tinggi, 70 subjek (62%) dalam kategori sedang, dan 3 subjek (3%) memiliki citra tubuh yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki citra tubuh dengan kategori sedang.

Selanjutnya kategori skor intensitas penggunaan media sosial dapat dilihat pada tabel 2 berikut :

**Tabel 2**

**Kategorisasi Subjek Skor Intensitas Penggunaan Media Sosial**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Norma | Interval Skor | Jumlah  | Presentase |
| Tinggi | X ≥ (µ + 1σ) | X ≥ 60 | 49 | 43% |
| Sedang | (µ - 1σ) ≤ X < (µ + 1σ) | 40 ≤ X ≤ 60 | 61 | 54% |
| Rendah | X < (µ - 1σ) | X ≤ 40 | 3 | 3% |
|  |  | Total | 113 | 100% |

Hasil kategorisasi data intensitas penggunaan media sosial menunjukkan bahwa dari 113 subjek penelitian, terdapat 49 subjek (43%) memiliki intensitas penggunaan media sosial dengan kategori tinggi, 61 subjek (54%) dalam kategori sedang, dan 3 subjek (3%) memiliki intensitas penggunaan media sosial yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki intensitas penggunaan media sosial dengan kategori sedang.

 Berdasarkan hasil uji normalitas untuk data citra tubuh diperoleh nilai K-S Z = 0,163 dengan p = 0,000 (p<0,050). Berdasarkan skor yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa data variabel citra tubuh tidak mengikuti distribusi normal. Data variabel intensitas penggunaan media sosial memperoleh nilai K-S Z = 0,129 dengan p = 0,000 (p<0,050). Berdasarkan skor yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa data variabel intensitas penggunaan media sosial tidak mengikuti distribusi normal.

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri mempunyai hubungan yang linear. Hal ini ditunjukkan dengan diperoleh nilai F sebesar 569,075 dengan p = 0,000 (p<0,050). Artinya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri merupakan hubungan yang linear.

Setelah hasil uji prasyarat yang telah terpenuhi, maka peneliti selanjutnya melakukan uji hipotesis dengan analisa korelasi *product moment* (*pearson correlation*) yang dikembangkan oleh Karl Pearson. Analisis korelasi *product moment* bertujuan untuk mengetahui korelasi tunggal antara variabel bebas dan variabel terikat. Kaidah untuk korelasi ini adalah apabila nilai p < 0,050 berarti ada korelasi antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh, apabila p ≥ 0,050 berarti tidak ada korelasi antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh dengan koefisien (rxy) = 0,845 dengan p = 0,000 (p<0,01) yang berarti ada hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri. Semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial pada remaja putri maka semakin tinggi citra tubuh pada remaja putri, sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media sosial pada remaja putri maka semakin rendah citra tubuh pada remaja putri, sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Semakin tinggi hasil yang diperoleh remaja putri pada skala citra tubuh menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa tidak puas terhadap tubuh atau citra tubuh negatif yang dimiliki remaja putri. Sehingga berdasarkan hasil dalam penelitian ini dapat diketahui bahwa tingginya intensitas penggunaan media sosial pada remaja putri dapat meningkatkan citra tubuh yang negatif pada remaja putri. Hasil hipotesis dalam penelitian ini diperoleh koefisien determinasi (R²) sebesar 0,713 menunjukkan bahwa variabel intensitas penggunaan media sosial pada remaja putri memiliki kontribusi sebesar 71,3% terhadap citra tubuh dan sisanya 28,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Intensitas penggunaan media sosial merupakan variabel yang memiliki sumbangan terhadap citra tubuh dimana intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dapat mempengaruhi citra tubuh negatif yang tinggi pada remaja putri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Cash dan Smolak (2011) menyatakan bahwa dalam beberapa tahun belakangan, informasi mengenai standar tubuh ideal yang dapat diterima oleh masyarakat disalurkan melalui internet. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Brahmini (2019) bahwa terdapat hubungan yang negatif antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja dengan nilai koefisien regresi sebesar -0,471. Sedangkan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh MurrayStuart & McLeanSian (2018) bahwa terdapat hubungan yang positif antara penggunaan media sosial dengan ketidakpuasan tubuh.

Pada penelitian lain mengenai penggunaan media sosial dengan citra tubuh dilakukan oleh Tiggemann & Slater (2013) bahwa dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 1.087 subjek remaja putri di kelas 8 dan 9 sekolah menengah dengan rata-rata usia 13,7 tahun menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri menggunakan media sosial khususnya *Facebook* yang merupakan sebuah aktivitas yang terkait dengan citra tubuh negatif. Remaja putri pengguna *Facebook* memiliki skor yang secara signifikan lebih tinggi pada semua indikator citra tubuh dibandingkan dengan remaja putri yang bukan pengguna *Facebook*. Selain itu, di seluruh sampel, waktu yang dihabiskan dalam mengakses media sosial *MySpace* dan *Facebook* berkorelasi dengan tingkat internalisasi tubuh kurus ideal yang lebih tinggi, pengawasan terhadap bentuk tubuh dan dorongan untuk menjadi kurus. Kecepatan dan kemudahan yang didapatkan remaja putri dalam mengakses media sosial seperti *Facebook* dapat meningkatkan perbandingan sosial yang beragam yang diketahui terkait dengan citra tubuh yang lebih buruk (Tiggemann & Slater, 2013).

Kemudian berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maimunah & Satwika (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan ketidakpuasan tubuh. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien pada uji korelasi hipotesis yaitu sebesar 0,015. Penelitian ini menunjukkan nilai positif yang memiliki arti bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka semakin tinggi pula kecenderungan terjadinya ketidakpuasan bentuk tubuh. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh De Vries, Peter, De Graaf, & Nikken (2016) bahwa frekuensi penggunaan media sosial secara positif dan signifikan memprediksi ketidakpuasan tubuh, yaitu bahwa semakin sering remaja putri menggunakan media sosial maka ketidakpuasan tubuh mereka akan meningkat.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara variabel intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh pada remaja putri. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar (rxy) 0,845 dengan p = 0,000 (p<0,050) artinya semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial pada remaja putri maka citra tubuh yang dimiliki remaja putri akan cenderung tinggi, sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media sosial pada remaja putri maka citra tubuh yang dimilikinya akan cenderung rendah. Hal tersebut sekaligus menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial merupakan salah satu faktor yang memberikan pengaruh terhadap citra tubuh pada remaja putri. Semakin tinggi hasil yang diperoleh oleh remaja putri pada skala citra tubuh menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa tidak puas terhadap tubuh atau citra tubuh negatif yang dimiliki remaja putri. Sehingga, semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial pada remaja putri maka semakin tinggi ketidakpuasan tubuh atau citra tubuh negatif yang dimiliki remaja putri.

**DAFTAR PUSTAKA**

Al Aziz, A. A. (2020). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan

Tingkat Depresi pada Mahasiswa. Acta Psychologia, 2(2), 92-107.

Andarwati, I. (2016) 'Citra Diri Ditinjau Dari Intensitas Penggunaan Media

Jejaring Sosial Instagram Pada Siswa Kelas Xi Sma N 9 Yogyakarta', 3,

pp. 1-12.

Amalia, L. (2007). Citra tubuh (body image) remaja perempuan. Musãwa Jurnal

Studi Gender dan Islam, 5(4), 441-464.

Ariani, T., D. Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan

Pengungkapan Diri Pada Remaja. (Muhammadiyah Surakarta, 2018).

Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. Citra Tubuh pada Remaja Pengguna

Instagram. Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP), 5(2), 114-128.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2020). Laporan Survei Internet

APJII 2019-2020 (Q2). Diakses dari https://apjii.or.id/survei

Arthur S. R. & Emily S. R. 2010. Kamus Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Ayuningtyas, R. G. T. (2012). Hubungan antara Intensitas Penggunaan

Handphone Blackberry dengan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Universitas Islam Indonesia.

Azwar, S. (2015).Dasar-dasar psikometri. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2015). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Brahmini, I.A.B., & Supriyadi. (2019). Kontribusi intensitas komunikasi di media

sosial Instagram terhadap citra tubuh remaja perempuan pelajar SMA di Denpasar. Jurnal Psikologi Udayana, 6(1), 109-119.

Cahyono, A.S. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial

Masyarakat di Indonesia. Jurnal Publiciana, 9(1), 140-157

Cash, T. F. (1994). Body-Image Attitudes: Evaluation, Investment, and Affect.

Perceptual and Motor Skills, 78(3\_suppl), 1168–1170.

Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). The impact of body image experiences:

development of the body image quality of life inventory. International Journal of eating disorders, 31(4), 455-460.

Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Body image: A handbook of science, practice,

and prevention. New York: The Guilford Press.

Del Barrio, Victoria. 2004. Television & Violent Behavior. Social Behavior and

Personality Research. 30, hal. 376 – 382.

Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep Body Image Remaja Putri. Jurnal

Konseling dan Pendidikan, 3(2), 55-61.

Desi, A. F. (2016). Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Keyakinan Kemampuan Diri

Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta. Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling, 5(6).

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.

Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social

comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. Body image, 13, 38-45.

Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2016). Social media and body image concerns:

Current research and future directions. Current opinion in psychology, 9, 1-5.

Felita, P., Siahaja, C., Wijaya, V., Melisa, G., Chandra, M., & Dahesihsari, R.

(2016). Pemakaian media sosial dan self concept pada remaja. Manasa-old, 5(1), 30-41.

Fox, J., & Vendemia, M. A. (2016). Selective self-presentation and social

comparison through photographs on social networking sites. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 19, 593–600. https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0248.

Frisnawati, A. (2013). Hubungan antara intensitas menonton reality show dengan

kecenderungan perilaku prososial pada remaja. EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi, 1(1).

Gani, I., & Amalia, S. (2015). Alat analisis data: aplikasi statistik untuk

penelitian bidang ekonomi dan sosial edisi 1. Yogyakarta: CV Andi Ofset.

Ghaznavi, J., & Taylor, L. D. (2015). Bones, body parts, and sex appeal: An

analysis of thinspiration images on popular social media. Body image, 14, 54-61.

Grogan, S. (2007). Body image: Understanding body dissatisfaction in men,

women and children (2nd ed.). London, United Kingdom: Routledge.

Hadi, S. (2015). Statistika. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Harper, B., & Tiggemann, M. (2008). The effect of thin ideal media images on

women's self-objectification, mood, and body image. Sex Roles: A Journal of Research, 58(9-10), 649-657. doi: 10.1007/s11199-007-9379-x

Howard, L. M., Heron, K. E., Macintyre, R. I., Myers, T. A., & Everhart, R. S.

(2017). Is use of social networking sites associated with young women’s body dissatisfaction and disordered eating? A look at Black–White racial differences. Body Image, 23, 109–113. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.08.008

Herliandry, L. D., Nurhasanah, N., Suban, M. E., & Kuswanto, H. (2020).

Pembelajaran pada masa pandemi covid-19. JTP-Jurnal Teknologi

Pendidikan, 22(1), 65-70.

Hidayatun, U. (2015). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan dukungan

teman sebaya terhadap perilaku konsumtif pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta Tahun Pelajaran 2014/2015. Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling.

Ifdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan

kepercayaan diri remaja putri. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 2(3), 107-113.

Januar, V. 2007. Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah Dan Memiliki Anak,

Jurnal Psikologi,Vol. 1, No 1, Desember 2007. Fakultas Psikologi Universitas

Gunadarma Jakarta.

Januar, V., & Putri, D. E. (2011). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan

memiliki anak. Jurnal Psikologi, 1(1).

Karsli, Y., & Karsli, T. A. (2015). Media effects on body image and eating

attitudes of the women living in metropolitan and rural areas in a Turkish population. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 205, 99-102.

Kurniawan, M. Y., Briawan, D., & Caraka, R. E. (2015). Persepsi tubuh dan gangguan makan pada remaja. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 11(3), 105-114.

Lee, H. R., Lee, H. E., Choi, J., Kim, J. H., & Han, H. L. (2014). Social media

use, body image, and psychological well-being: A cross-cultural comparison of Korea and the United States. Journal of health communication, 19(12), 1343-1358.

Livsey, B. K. (2013). Self-concept and online social networking in young

adolescents: Implications for school counselors.

López-Guimerà, G., Levine, M. P., Sánchez-Carracedo, D., & Fauquet, J. (2010).

Influence of mass media on body image and eating disordered attitudes and behaviors in females: A review of effects and processes. Media Psychology, 13(4), 387-416.

Maimunah, S., & Satwika, Y. W. HUBUNGAN MEDIA SOSIAL DENGAN

BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWA PEREMPUAN DI KOTA SURABAYA.

Marizka, D. S., Maslihah, S., & Wulandari, A. (2019). BAGAIMANA SELF-

COMPASSION MEMODERASI PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH?. JURNAL PSIKOLOGI INSIGHT, 3(2), 56-69.

Moran, B. (2017). Self-Compassion, Body Image Dissatisfaction, and Negative

Social Comparisons in Adolescents Utilizing Social Networking Sites. Philadelphia Colleger of Osteopathic Medicine.

MurrayStuart, B., & McLeanSiân, A. (2018). The contribution of social media to

body dissatisfaction, eating disorder symptoms, and anabolic steroid use among sexual minority men. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking.

NEDC. (2016). What is Body Image ? In National Eating Disorders

Collaboration. Retrieved from nedc.com.au/body-image

Nourmalita, M. (2016). Pengaruh Citra Tubuh terhadap Gejala Body Dismorphic

Disorder yang Dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri. In Seminar ASEAN 2nd Psychology & Humanity. Psychology Forum UMM (pp. 546-555).

Nurvita, V., & Handayani, M. M. (2015). Hubungan antara self-esteem dengan

body image pada remaja awal yang mengalami obesitas. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 4(1), 41-49.

Olufadi, Y. (2016). Social networking time use scale (SONTUS): A new

instrument for measuring the time spent on the social networking sites. Telematics and Informatics, 33(2), 452-471.

Phares, V., Steinberg, A. R., & Thompson, J. K. (2004). Gender differences in

peer and parental influences: Body image disturbance, self-worth, and psychological functioning in preadolescent children. Journal of Youth and Adolescence, 33(5), 421-429.

Prawono, V. I. (2017). Hubungan antara body image satisfaction dan self-esteem

pada perempuan dewasa muda yang berdiet di Jakarta. Psibernetika, 6(1).

Ratnawati, V. (2012). Percaya diri, body image dan kecenderungan anorexia

nervosa pada remaja putri. Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 1(2).

Ridha, M. (2013). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada

mahasiswa Aceh di Yogyakarta. EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi, 1(1).

Rinaldi, M. R., & Yuniasanti, R. (2020). Kecemasan pada Masyarakat Saat Masa

Pandemi Covid-19 di Indonesia. COVID-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif, 137-150.

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.

Santrock, J.W. (2003). Adolescence perkembangan remaja (6th ed). Jakarta:

Erlangga.

Santrock, J.W. (2003). Life span development (Perkembangan masa hidup) (5th

ed). Jakarta: Erlangga.

Sartika, Nyimas.Y. (2019). Pengaruh Efikasi Diri, Status Sosial Ekonomi Orang

Tua, Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Konsumsi Mahasiswa Di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. Tesis, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.

Seawell, A. H., & Danoff-Burg, S. (2005). Body Image and Sexuality in Women

With and Without Systemic Lupus Erythematosus. Sex Roles, 53(11-12),

Setiawati, F. S., Mahmudiono, T., Ramadhani, N., & Hidayati, K. F. (2019).

Sugiyono, 2009, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, Bandung :

Alfabeta

Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitaif, kualitatif dan r&d. Alfa Beta.

Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kebiasaan Olahraga, dan Obesitas Pada Remaja Di SMA Negeri 6 Surabaya Tahun 2019. Amerta Nutrition, 3(3), 142-148.

Tendhuha, A. R. (2018). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial

Dan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).

Thompson, J. K. (2000). Body Image, Eating Disorders, and Obesity. Amarican

Psychological Association.Washington, DC.

Thompson, J. K. (2004). The (mis)measurement of body image: ten strategies to

improve assessment for applied and research purposes. Body Image, 1(1), 7–14. doi:10.1016/s1740-1445(03)00004-4

Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: The Internet, Facebook, and body

image concern in adolescent girls. International Journal of Eating Disorders, 46(6), 630-633.

Udayana, J. P. (2019). Kontribusi intensitas komunikasi di media sosial Instagram

terhadap citra tubuh remaja perempuan pelajar SMA di Denpasar. Jurnal Psikologi Udayana, 6(1), 109-119.

Utami, A. R. W. (2021). MEDIA SOSIAL MENJERAT MANUSIA DI MASA

PANDEMI.

Van Vonderen, K. E., & Kinnally, W. (2012). Media effects on body image:

Examining media exposure in the broader context of internal and other social factors. American Communication Journal, 14(2), 41-57.

Wulandari, S. D. (2019). Hubungan Antara Intensitas Melihat Iklan Kecantikan

Dengan Citra Tubuh Negatif Pada Remaja Putri. Naskah Publikasi Program Studi Psikologi.

Yanti, Fitri. (2017). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada

Remaja Putri. Skripsi, Universitas Mecu Buana Yogyakarta.

Yundarini, N. M. C. (2015). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Perilaku

Makan pada Remaja Putri. Coping: Community of Publishing in Nursing, 3(1).

Zhafirah, S., & Dinardinata, A. (2020). Hubungan antara Citra Tubuh dengan

Harga Diri pada Siswi Sma Kesatrian 2 Semarang. Empati, 7(2), 728-734.