HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DENGAN *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWA UNIVERISTAS MERCUBUANA YOGYAKARTA

***THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTENSITY OF USING SOCIAL MEDIA INSTAGRAM WITH BODY DISSATISFACTION IN MERCU BUANA UNIVERSITY STUDENT YOGYAKARTA***

# Fitria Tri Astuti Damayanti Dugian

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Dheadugian00@gmail.com 0882019651184

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitan ini adalah terdapat hubungan positif anatra intensitas penggunaan media sosial instagram dengan body dissatisfaction pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 124 Mahasiswa dengan karakteristik mahasiswa aktif Universitas Mercu Buana Yogyakarta dan berusia 18 sampai 25 tahun. Data dianalisis menggunakan korelasi product moment dengan program SPSS

v.25. berdasarkan hasil analisis, yang di peroleh nilai korelasi sebesar 0.627 dengan p =0.000 (p<0.005). hasil tersebut menunjukan bahwa terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara Body dissatisfaction dengan Intenistas penggunaan media social Instagram pada mahasiswa Univeristas Mercu Buana Yogaykarta. Diterimanya hipotesis dalam penelitian inimenunjukan koefisien determinasi (R2) sebesar 0.394 yang berarti intensitas penggunaan media sosial instagram menunjukkan konstribusi 39.4% terhadap dan sisanya 60.6% dipengaruhi oleh faktor lain seperti budaya, usia, kelas social, dan hubungan interpersoanal.

**Kata Kunci** *: Body dissatisfaction, intensitas penggunaan media sosial instagram, mahasiswa*

***Abstract***

*This research aims to investigate the relationship between the intensity of Instagram social media usage and body dissatisfaction among students at Universitas Mercu Buana Yogyakarta. The hypothesis posited in this study is that there is a positive correlation between the intensity of Instagram social media usage and body dissatisfaction among students at Universitas Mercu Buana Yogyakarta. The subjects involved in this research comprised 124 students characterized as active attendees of Universitas Mercu Buana Yogyakarta, aged between 18 and 25 years. Data were analyzed using the Pearson product-moment correlation with SPSS v.25. Based on the analysis, a correlation coefficient of 0.627 was obtained with a p- value of 0.000 (p < 0.005). These results indicate a significant positive correlation between body dissatisfaction and the intensity of Instagram social media usage among students at Universitas Mercu Buana Yogyakarta. The acceptance of the hypothesis in this study is supported by a coefficient of determination (R2) of 0.394, meaning that the intensity of Instagram social media usage contributes to 39.4%, while the remaining 60.6% is influenced by other factors such as culture, age, social class, and interpersonal relationships.*

***Keywords****: Body dissatisfaction, intensity of Instagram social media usage, students.*

1

# PENDAHULUAN

Perguruan tinggi di Indonesia adalah lembaga pendidikan formal yang bertujuan untuk mempersiapkan individu dalam menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi, sehingga individu siap untuk bersaing dan berkompetisi (Aziz & Raharjo, 2013). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa adalah individu yang sedang menempuh pendidikan diperguruan tinggi. Mahasiswa merupakan periode transisi menuju dewasa yang umumnya berada pada rentang usia 18-25 tahun yang pada periode tersebut sedang mengalami transisi dari masa remaja menuju dewasa (Hulukati & Djibran, 2018).

Selama masa dewasa awal, seseorang dihadapkan pada berbagai tantangan, seperti dalam hubungan keluarga, persahabatan, cinta, dan penyesuaian dengan lingkungan sekitarnya (Maimunah, 2021). Selain itu, masa dewasa awal juga merupakan periode di mana pertumbuhan fisik mencapai puncaknya, yang dapat memicu keinginan individu untuk tampil menarik dimata individu lainnya (Dewi dkk, 2020). Seorang individu pada tahap dewasa muda menunjukkan profil yang optimal, yang menandakan bahwa perkembangan dan pertumbuhan aspek-aspek fisiologisnya telah mencapai puncaknya (Dariyo, 2003). Menurut Rahmadiyanti, Munthe, dan Aiyunda (2020) penampilan fisik terutama bentuk tubuh adalah faktor yang digunakan oleh masyarakat sebagai acuan untuk menilai daya tarik seseorang. Oleh karena itu, bentuk tubuh memiliki peran yang signifikan dalam hubungan asmara, dan penampilan individu dapat menjadi faktor penentu daya tarik, terutama jika bentuk tubuhnya seimbang dan proporsional disemua bagian tubuh (Khotamanisah, 2017). Menurut Grogan dalam Marizka, Maslihah, dan Wulandari (2019) adanya konsep "tubuh ideal" yang berkembang dimasyarakat dapat memengaruhi individu untuk melakukan perbandingan dan penilaian terhadap diri mereka sendiri berdasarkan standar ideal tersebut.

Tariq and Ijaz (2015) mendefinisikan sebagai perasaan ketidakpuasan yang dirasakan oleh individu terhadap citra tubuhnya. Penjelasan tersebut sama seperti Sejcova (2008) menjelaskan bahwa timbul ketika individu memiliki pemikiran dan perasaan negatif terkait penampilan tubuh mereka, terutama ketika citra tubuh yang mereka harapkan tidak sesuai dengan kenyataan bentuk tubuh yang indivudu miliki. Hal tersebut serupa dengan aspek - aspek yang telah diuraikan oleh Tariq dan Ijaz (2015), yang mencakup ketidakpuasan terhadap berbagai aspek tubuh, termasuk bentuk tubuh dan berat badan, struktur rangka, fitur wajah dan rambut. Pendapat serupa juga dinyatakan oleh Foster (1997), yang mengindikasikan bahwa muncul ketika individu mengevaluasi berbagai aspek tubuh mereka, seperti berat badan dan tinggi badan.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa dalam aspek pertama, yang berkaitan dengan bentuk tubuh dan berat badan, 10 subjek semuanya mengakui pernah mengalami ketidakpuasan

terhadap bentuk tubuh, baik itu merasa memiliki berat badan berlebihan atau kurang. Pada aspek kedua, yakni struktur rangka 7 dari 10 subjek menyatakan ketidakpuasan terhadap struktur rangka yang dimiliki, Sementara itu 3 subjek lainya merasa puas atau baik-baik saja dengan struktur rangka yang dimiliki. Dalam aspek ketiga, yang berkaitan dengan fitur wajah, 8 dari 10 subjek mengungkapkan ketidakpuasan terhadap kulit yang tidak sesuai dengan preferensi mereka, termasuk ketidakpuasan terhadap kondisi wajah seperti permasalahan kulit jerawat dan memiliki lingkaran hitam disekitaran mata, dan 2 lainnya merasa tidak memiliki permasalahan terhadap fitur wajah dan aspek terkhir berkaitan dengan rambut 6 dari 10 subjek mengungkapkan bahwa subjek mengalami kerontokan pada rambut dan meiliki kulit kepala seperti ketombe, dan 4 lainya tidak memiliki permasalahan pada rambut. Kesimpulan ini mencerminkan kompleksitas tantangan yang dihadapi oleh subjek - subjek terkait dengan ketidakpuasan bentuk tubuh.

Ester (2002) mengemukakan harapanya bahwa individu seharusnya memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri, karena kemampuan ini berhubungan dengan cara individu menilai dirinya sendiri dan pandangan terhadap citra diri, yang nantinya dapat memengaruhi baik terhadap kehidupannya. Penjelasan tersebut sama seperti Sujoldzic dan Lucia (2007) mengatakan bahwa kepuasan inidividu terhadap bentuk tubuhnya sendiri dapat berperan sebagai faktor yang melindungi kesejahteraan psikologis, sementara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat mengurangi tingkat kepuasan terhadap kehidupan dan harga diri. Individu yang memiliki kepuasan akan kehidupannya dapat meningkatkan kesejahteraan dalam diri sehingga dapat terlepas dari rasa tidak puas terhadap bentuk tubuh (Wulandari, 2013).

Grogan (2017) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi body dissatisfaction diantaranya: pertama yaitu budaya, kedua yaitu usia, yang ketiga kelas sosial, yang ke empat media sosial, dan yang terakhir hubungan interpersonal. *Body dissatisfaction* dipengaruhi oleh salah satu faktor, yaitu media sosial. Sebagian besar pengguna berusia 19 tahun ke atas, menandakan bahwa mayoritas dari mereka termasuk dalam kelompok usia dewasa awal (Home Page PT. Digital Startup Nusantara, 2020).

Penggunaan media sosial terus meningkat pada abad ke-21, mencapai tingkat signifikan. Pada tahun 2019, sebanyak 72% orang dewasa di Amerika Serikat menggunakan setidaknya satu platform media sosial (Mano, 2020). Di Indonesia, sekitar 51,5% pengguna internet memanfaatkan jaringan online untuk mengakses media sosial (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2020). Terutama di kalangan generasi muda, media sosial digunakan untuk berbagai tujuan, termasuk hiburan, pembentukan identitas, peningkatan aspek sosial, dan menjaga hubungan interpersonal (Ifinedo, 2016).

Menurut Orosz G (2015) Intensitas penggunaan media sosial adalah sebagai sikap yang mengacu pada keterhubungan emosional dengan media sosial dan sebrpa banyak media sosial terintegrasi ke dalam aktivitas sehari-hari dari individu. Penelitian yang dilakukan oleh Fardouly, Diedrichs, Vartanian, dan Halliwell (2015) menemukan bahwa individu yang menggunakan media sosial dan melihat gambar individu lain cenderung melakukan perbandingan terhadap penampilan mereka, termasuk bentuk tubuh, wajah, dan warna kulit. Perbandingan ini berkontribusi pada terjadinya perasaan negatif setelahnya.

Instagram berfungsi sebagai aplikasi microblogging yang intinya adalah mengunggah foto (Putra M. R., 2017). Aktivitas ini telah menjadi kebutuhan pokok bagi pengguna instagram yang melihat platform ini sebagai suatu bentuk album foto yang mencakup momen senang dan sulit (Nasiha, 2017). Keberhasilan instagram telah menciptakan fenomena "selebgram", yaitu individu yang bukan berasal dari kalangan artis tetapi memiliki banyak pengikut karena konten foto atau video mereka menarik perhatian (Nasiha, 2017). Popularitas instagram telah menciptakan standar kecantikan baru melalui tokoh-tokoh selebgram yang sering menampilkan bentuk tubuh ideal. Ini memicu konsep "body goals", di mana pengguna instagram terdorong untuk meniru bentuk tubuh yang dianggap ideal oleh tokoh-tokoh tersebut.

Dibandingkan dengan platform media sosial lain seperti Facebook dan Twitter, Instagram lebih berfokus pada elemen visual, khususnya gambar, daripada teks tertulis. Karakteristik visual media sosial ini mendorong pengguna untuk melihat dan memberikan komentar pada gambar yang diposting oleh pengguna lain (Walker, Krumhuber, Dayan, & Furnham, 2019). Pengguna Instagram cenderung mencari pemenuhan kepuasan pribadi, dan banyak dari mereka mengekspresikan diri melalui unggahan foto dan video. Kesesuaian ini dengan tujuan pokok Instagram sebagai platform yang memungkinkan individu untuk berbagi kegemaran mereka dengan mempublikasikan berbagai hal, termasuk barang, diri sendiri, atau tempat dalam bentuk gambar (Mahendra, 2017).

# METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode analisis data berupa metode korelasi Pearson. Penelitian ini memilih metode korelasi Pearson karena peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel terikat, yaitu Body dissatisfaction, dan variabel bebas, yaitu intensitas penggunaan media sosial instagram. Tujuan utama adalah untuk membuktikan hipotesis yang diajukan mengenai hubungan antara kedua variabel tersebut. Adapun subjek dalam penelitian ini sejumlah 124 subjek dengan kriteria; Mahasiswa aktif Universitas Mercu Buana Yogyakarta dan Usia 18-25 Tahun.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei atau lebih dikenal sebagai skala model likert. Pada penelitian ini, terdapat 2 skala yang akan digunakan peneliti untuk mengukur variabel - variabel penelitian, yaitu Skala penelitian body dissatisfaction telah terbukti memiliki reliabiltas yang baik yaitu α = 0,876. Sedangkan pada skala intensitas penggunaan media sosial instagram diukur menggunakan skala Four Facets of Facebook Intensity: The Development of the Multidimensional Facebook Intensity Scale" oleh G. Orosz (2015) memiliki reliabilitas sebesar 0,960.

# HASIL DAN PEMBAHASAN

**Kategorisasi *Body Dissatisfaction***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori** | **Norma** | **Interval Skor** | **N** | **Persentase** |
| Tinggi | X ≥ (µ + 1.σ) | x ≥ 51 | 2 | 2% |
| Sedang | (µ - 1. σ) ≤ X < (µ + 1.σ) | 34 ≤ x < 51 | 80 | 65% |
| Rendah | X < (µ - 1.σ) | x < 34 | 42 | 34% |
|  |  | **Total** | **124** | **100%** |

Keterangan

X : Skor Subjek

µ : Mean (Rerata) Hipotetik σ : Standar Deviasi

Pada variabel ini dikategorisasikan menjadi 3 yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Hasil kategorisasi berdasarkan rerata dan strander deviasi secara hipotetik diperoleh hasil yaitu kategorisasi tinggi sebesar 2% (2 subjek), kategori sedang sebesar 65% (80 subjek), dan kategori rendah 34% (42 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini mahasiswa mengalami cenderung sedang.

# Kategorisasi Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategori** | **Norma** | **Interval Skor** | **N** | **Persentase** |
| Tinggi | X ≥ (µ + 1.σ) | x > 66 | 44 | 35% |
| Sedang | (µ - 1 σ) ≤ X < (µ + 1.σ) | 44 ≤ x ≤ 66 | 78 | 63% |
| Rendah | X < (µ - 1.σ) | x < 44 | 2 | 2% |
|  | **Total** |  | **124** | **100%** |

Keterangan :

X : Skor Subjek

µ : Mean (Rerata) Hipotetik σ : Standar Deviasi

Pada variabel intensitas penggunaan media sosial instagram ini dikategorisasikan menjadi 3 yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Hasil kategorisasi berdasarkan rerata dan strander deviasi secara hipotetik diperoleh hasil yaitu kategorisasi tinggi sebesar 2% (2 subjek), kategori sedang sebesar 63% (78 subjek), dan kategori rendah 35% (44 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram pada penelitian ini cenderung sedang.

Hasil Uji Prasyarat

1. Uji Normalitas

Dari hasil Kolmogorov-Smirnov untuk variabel intensitas penggunaan media sosial instagram diperoleh K-S Z = 0.074 dengan p = 0.096, berarti sebaran data variabel intensitas penggunaan media sosial instagram mengikuti sebaran data normal. Dari hasil Kolmogorov- smirnov untuk variabel diperoleh K- S Z = 0.079 dengan p = 0.058 berarti sebaran data variabel mengikuti sebaran data normal. Dengan demikian variabel intensitas penggunaan media sosial instagram dan dapat digunakan ke langkah berikutnya, yaitu uji liniearitas dan hipotesis.

1. Uji Linieritas

Berdasarkan hasil uji linieritas antara variabel intensitas penggunaan media sosial instagram dan diperoleh F = 76.629 dan p = 0.000. Menurut statistik, ada hubungan linier antara intensitas penggunaan media sosial instagram dan body dissatisfaction.

1. Uji Hipotesis

Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan korelasi (rxy) = 0.627 dengan p = 0.000 (p < 0,050) yang berarti bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu menunjukan semakain tinggi intensitas pengunaan media sosial instagram yang dialami Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarrta, maka semakin tinggi body dissatisfaction mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Dalam hal ini, diterimanya hipotesis pada penelitian yang menunjukan bahwa intensitas penggunaan media sosial instagram dianggap sebagai salah satu faktor terhadap body dissatisfaction yang dialami mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Hasil penelitian ini mendukung hasil sebelumnya yang dilakukan Maimunah dan Satwika (2021) yang menunjukkan bahwa penggunaan media sosial instagram dengan intensitas tinggi dapat berkontribusi pada body dissatisfaction. Instagram sebagai platform

media sosial memungkinkan pengguna untuk menampilkan foto dan video, yang dapat memengaruhi persepsi tubuh dan menciptakan tekanan untuk mencapai standar kecantikan yang tidak realistis. Temuan penelitian lain yang sejalan dengan studi sebelumnya yang dilakukan oleh Martinez, Moreno, Jimenez, Macías, Pagliari, dan Abellan (2019). Penelitian tersebut menemukan bahwa perempuan yang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh cenderung terus berusaha mencapai bentuk tubuh ideal yang dianggap kurus. Hal ini disebabkan oleh paparan yang intens terhadap gambar dan konten di media sosial, yang secara tidak realistis mempromosikan citra tubuh yang dianggap ideal.

Grogan (2017) berpendapat bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi body dissatisfaction adalah media massa. Media sosial memungkinkan orang- orang untuk saling kenal, berkomunikasi, menjadikan dunia lebih terbuka dan terhubung, serta memiliki pengaruh yang mencakup segala aspek kehidupan manusia (Raut & Patil, 2016). Penggunaan layanan jejaring sosial juga dapat berkontribusi pada peningkatan ketidakpuasan tubuh, karena eksposur terhadap citra tubuh ideal dan perbandingan sosial yang terjadi (Holland & Tiggemann, 2016). Tanpa disadari, individu cenderung membandingkan diri mereka dengan gambaran tubuh yang mereka lihat dalam media sosial (Irmayanti, 2009 seperti yang dikutip oleh Marizka dkk, 2019).

# KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial isntagram dengan pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan koefisien (rxy)

= 0.627 dengan p = 0.000 (p < 0,05). Hal ini menunjukan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial instagram, maka semakin tinggi body dissatisfaction yang dialami mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media sosial instagram, maka semakin rendah body dissatisfaction yang dialami mahasiswa. Berdasarkan penelitian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dari penelitian ini, yaitu terdapat hubungan yang positif antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan body dissatisfaction diterima. Hasil kategorisasi skor subjek body dissatisfaction menunjukkan bahwa subjek paling banyak berada pada kategori sedang sebanyak kategori sedang sebesar 65% (80 subjek), dan pada skala intensitas penggunaan media sosial instagram, paling banyak berada pada kategori sedang sebesar 63% (78 subjek). Berdasarkan hasil penelitian, bahwa variabel intensitas penggunaan media sosial instagram menunjukkan konstribusi 39.4% terhadap dan sisanya 60.6% dipengaruhi oleh faktor lain.

Bagian ini berisi kesimpulan yang ditulis dalam satu atau dua paragraf. Kesimpulan ditulis dalam bentuk esai, tidak dalam bentuk numerikal. Kesimpulan hendaknya merupakan

jawaban atas pertanyaan penelitian, dan tidak dijelaskan dalam kalimat statistik. Jika perlu menuliskan saran atau rekomendasi maka dituliskan menyatu dalam paragraph kedua.

# DAFTAR PUSTAKA

Aziz, A., & Rahardjo, P. (2013). Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Psycho Idea*, 61–66.

A. M., Ruttriani. (2018). Instagram use and young women’s body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *Jurnal*, *8*(2), 99–125. <https://doi.org/10.1037/a0026785>

Dariyo, A. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta Gramedia Pustaka.

Dewi, A. E., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2020). Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *1*(02), 173–180.

Esther. (2002). Hubungan antara sikap terhadap persuasi untuk bertubuh ideal menurut media dan harga diri dengan body dissatisfaction. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Suarabaya.*

Fardouly, J., Willburger, B. K., & Vartanian, L. R. (2018). Instagram use and young women’s body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *Objectification: Testing Mediational Pathways*. https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1461444817694499

Foster, G. D. (1997). Psychological effects of weight cycling in obese persons: A review and research agenda. *Obesity Research*, *5*(5), 474–488. https://doi.org/10.1002/j.1550- 8528.1997.tb00674.x

Grogan, S. (2017). Body Image Understanding body dissatisfaction in men, wonen and children.

In *Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.* Routledge.

*Home Page PT. Digital Startup Nusantara. From https://dailysocial.id/: https://dailysocial.id/*. (n.d.).

Hulukati, W., dan Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik,* 2(1), 73-

80.<http://repository.ung.ac.id/karyailmiah/show/3280/wenny-hulukati-jurnalanalisis-> tugas-perkembangan-mahasiswa-fakultas-ilmu-pendidikanuniversitas-negeri- gorontalo.html

Ifinedo, P. (2016). Applying Uses and Gratifications Theory and Social Influence Processes to Understand Students’ Pervasive Adoption of Social Networking Sites: Perspectives from the Americas. *International Journal of Information Management*,*36*,192–206. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2015.11.007

Maimunah, S., & Yohana, S. (2021). HUBUNGAN MEDIA SOSIAL DENGAN BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWA PEREMPUAN DI KOTA SURABAYA

Salma Maimunah Yohana Wuri Satwika Abstrak. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.Jurnal Penelitian Psikologi*, *8*(2), 224–233.

Mano, R. (2020). Social Media and Resilience in the COVID-19 Crisis. *Advances in Applied Sociology*, *10*(11), 454–464. https://doi.org/10.4236/aasoci.2020.1011026

Maimunah, S., & Yohana, S. (2021). Hubungan media sosial dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa perempuan di Kota Surabaya salma maimunah yohana wuri satwika abstrak. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.Jurnal Penelitian Psikologi*, *8*(2), 224–233.

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. https://doi.org/10.17509/insight.v3i2.22346

*Psibernetika*, *10*(1), 51–61. https://doi.org/10.30813/psibernetika.v10i1.1041

Sudarji, S. (2018). Hubungan antara nomophobia dengan kepercayaan diri.

Khotamanisah. (2017). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Citra Tubuh Ideal Dengan Body Dissatisfaction pada Wanita Dewasa Awal. In *Skripsi fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang* (Vol. 2). <http://lib.unnes.ac.id/id/eprint/29968>

Rahmadiyanti, A., Munthe, R. A., & Aiyuda, N. (2020). Social Comparison Dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Psikobuletin:Buletin Ilmiah Psikologi*, *1*(1), 11. https://doi.org/10.24014/pib.v1i1.8317

Tariq, M., & Ijaz, T. (2015). *Development of body dissatisfaction scale for university students*. *Pakistan Journal of Psychological Research*, *30*(2), 305–322.

Orosz, G., Tóth-Király, I., & Bőthe, B. (2016). Four facets of Facebook intensity — The development of the Multidimensional Facebook Intensity Scale. *Personality and Individual Differences*, *100*(November), 95–104. https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.11.038

Sejčová, L. (2008). Body dissatisfaction. *Human Affairs*, *18*(2), 171–182. https://doi.org/10.2478/v10023-008-0017-1

Sujoldžić, A., De Lucia, A. (2007). *A cross-cultural study of adolescents - BMI, body image and psychological well-being*. *3*(1), 123–130. [https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2s2.0%0A%0A%0A%0A%0A%0A%0A3](https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2s2.0%0A%0A%0A%0A%0A%0A%0A34047254908&partnerID=40&md5=7c0378359a1771a8968324d6798a43e2%0A) [4047254908&partnerID=40&md5=7c0378359a1771a8968324d6798a43e2%0A](https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2s2.0%0A%0A%0A%0A%0A%0A%0A34047254908&partnerID=40&md5=7c0378359a1771a8968324d6798a43e2%0A)

Wulandari. (2013). Body dissatisfaction terhadap psychological well being pada karyawati.

*Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 2*(1), 70–90.

Walker, C. E., Krumhuber, E. G., Dayan, S., & Furnham, A. (2021). Effects of social media use on desire for cosmetic surgery among young women. *Current Psychology*, *40*(7), 3355– 3364. https://doi.org/10.1007/s12144-019-00282-1

Mahendra, B., Communications, M., & Security, G. P. (2017). Eksistensi Sosial Remaja dalam Instgram. *Jurnal Visi Komunikasi*, *16*(01), 151–160. [www.frans.co.id](http://www.frans.co.id/)