



Gambaran Citra Tubuh Remaja Perempuan Indonesia

Nasywa Alfiyyah^{1✉}, Hari Setyowibowo², Fredrick Dermawan Purba³

^{1,2,3} Universitas Padjadjaran

nasywa19001@mail.unpad.ac.id

Abstract

Adolescents experience significant physical changes in their bodies during puberty, they tend to experience very dynamic perceptions of body image. The development of adolescent body image is influenced by several factors, including the female gender and media messages. In this era, media messages are accessed more through social media. The use of social media can strengthen the focus on the body as an object so that adolescents who access social media tend to develop negative body images. This study aims to look at the body image of early adolescent girls who access at least one type of social media every day. The population in this study were early adolescent girls living in Bandung Raya. Respondents in this study were 242 adolescents aged 12-15 years who lived in Bandung Raya who were obtained through a convenience sampling technique. The questionnaire used in this study was the Body Appreciation Scale 2 (BAS-2) which the researchers adapted into Indonesian based on Beaton's guidelines. Apart from BAS-2, researchers also used demographic data, including the duration of social media use and the content accessed. Filling in the questionnaire was carried out online through schools spread across Greater Bandung. The collected data were analyzed by descriptive quantitative. The results showed that most of the respondents had body image in the high category. The majority of respondents access social media for 1-5 hours per day with one of the contents accessed related to body care and beauty and fashion.

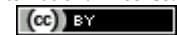
Keywords: body image, duration of social media use, social media content, early adolescents, female adolescents

Abstrak

Ketika remaja mengalami perubahan fisik yang signifikan dalam tubuh mereka selama masa pubertas, mereka cenderung mengalami persepsi yang sangat dinamis terhadap citra tubuh. Perkembangan citra tubuh remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk di antaranya jenis kelamin perempuan dan pesan media. Pada era ini, pesan media lebih banyak diakses melalui media sosial. Penggunaan media sosial dapat memperkuat fokus pada tubuh sebagai objek sehingga remaja yang mengakses media sosial cenderung mengembangkan citra tubuh yang negatif. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran citra tubuh remaja awal perempuan yang mengakses minimal satu jenis media sosial setiap harinya. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja awal perempuan yang tinggal di Bandung Raya. Responden dalam penelitian ini berjumlah 242 remaja berusia 12-15 tahun yang tinggal di Bandung Raya yang didapatkan melalui teknik convenience sampling. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah Body Appreciation Scale 2 (BAS-2) yang diadaptasi oleh peneliti ke dalam Bahasa Indonesia berdasarkan panduan Beaton. Selain BAS-2, peneliti juga menggunakan data demografi di antaranya durasi penggunaan media sosial dan konten yang diakses. Pengisian kuesioner dilakukan secara daring melalui sekolah-sekolah yang tersebar di Bandung Raya. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki citra tubuh pada kategori tinggi. Mayoritas responden mengakses media sosial selama 1-5 jam per hari dengan salah satu konten yang diakses terkait perawatan tubuh dan kecantikan serta fashion.

Kata kunci: citra tubuh, durasi penggunaan media sosial, konten media sosial, remaja awal, remaja perempuan

Psyche 165 Journal is licensed under a Creative Commons 4.0 International License.



1. Pendahuluan

Remaja pada era ini tumbuh dalam dunia yang dipengaruhi media sosial, bahkan beberapa di antaranya sudah terpapar media sejak masa kanak-kanak. Aplikasi media sosial yang didefinisikan sebagai aplikasi berbasis web yang memungkinkan pengguna untuk menghasilkan dan berbagi konten dengan orang lain. Definisi yang luas ini termasuk situs jejaring sosial, seperti Facebook dan Instagram; situs *game*, seperti *World of Warcraft*; situs berbagi video, seperti YouTube; dan blog [1][2]. Situs jejaring sosial (*Social Network Sites*), yang selanjutnya disebut SNS, adalah layanan berbasis web yang

memungkinkan individu untuk (1) membangun profil publik atau semi-publik dalam sistem terbatas, (2) membuat koneksi dengan pengguna lain, dan (3) melihat dan mengecek daftar koneksi mereka dan orang lain di dalam sistem. Keunikan SNS terletak pada fitur yang secara terbuka dapat mengartikulasikan koneksi yang dapat dilihat dan dilalui oleh orang lain; serta dapat mengakses, memproduksi, dan/atau berinteraksi dengan aliran konten buatan pengguna lain yang disediakan oleh koneksi mereka di situs [3].

Beberapa SNS memiliki fitur berbagi foto atau video; sedangkan yang lainnya memiliki teknologi blog dan pesan instan bawaan. Hal ini dapat membawa dampak buruk karena dengan memotret dan mengunggah foto

diri (selfie) di media sosial dapat memperkuat fokus pada tubuh sebagai objek untuk dilihat orang lain, yang dapat didefinisikan sebagai *self objectification*. Teori objektifikasi menyebutkan bahwa objektifikasi terjadi ketika individu diperlakukan sebagai tubuh (atau kumpulan bagian tubuh) yang dihargai terutama untuk digunakan (atau dikonsumsi oleh) orang lain [4]. *Self objectification* seringkali dikaitkan dengan kondisi psikologis yang negatif, termasuk peningkatan risiko citra tubuh yang buruk [5].

Facebook dan Instagram menjadi dua media sosial yang paling sering diakses di Indonesia [6]. Bersumber dari databoks.com, pengguna Facebook dan Instagram berjumlah 79% dari masyarakat Indonesia di mana 80% di antaranya berusia remaja [7]. Selain Facebook dan Instagram, YouTube menjadi salah satu media sosial yang banyak diminati. YouTube merupakan situs web berbagi video gratis yang memudahkan untuk menonton video secara daring. Pengguna bahkan dapat membuat dan mengunggah video untuk dibagikan kepada orang lain. Pengguna yang memandu saluran video dikenal sebagai YouTuber. Pengguna yang melihat konten YouTuber dapat berinteraksi dengan YouTuber dan sesama pengguna lain melalui utas komentar di setiap video. Pengguna dapat berlangganan saluran YouTube, memungkinkan mereka diberi tahu setiap kali konten baru dibagikan oleh suatu kanal [8].

Saat perempuan berada dalam masa pubertas, mereka mengalami rata-rata kenaikan berat badan sekitar 22kg, termasuk 9-13 kg lemak yang kebanyakan tersimpan di pinggul, paha, bokong, dan pinggang. Hasil penelitian pada beberapa negara berkembang menunjukkan bahwa sekitar 50% - 80% remaja perempuan menginginkan tubuh yang lebih kurus, dengan prevalensi diet bervariasi dari 20% - 60% [9].

Namun, dalam beberapa penelitian terkait citra tubuh beberapa tahun terakhir ditetapkan bahwa perlu adanya perubahan paradigma, untuk mengeksplorasi citra tubuh yang positif dan mengkaji bagaimana ia bertindak sebagai faktor pelindung terhadap masalah citra tubuh [10]. Citra tubuh merupakan representasi dari bagaimana seseorang berpikir mengenai penampilan tubuhnya, yang mirip atau tidak mirip dengan apa yang terlihat oleh orang lain [11]. Citra tubuh terbentuk berdasarkan persepsi, emosi, sensasi fisik, dan bersifat dinamis. Citra tubuh dapat berubah tergantung pada suasana hati, pengalaman individu terkait fisiknya, serta lingkungannya [12].

Citra tubuh yang negatif mungkin dialami oleh remaja yang baru saja mengalami masa pubertas. Ketika remaja mengalami perubahan fisik yang signifikan dalam tubuh mereka selama masa pubertas, mereka cenderung mengalami persepsi yang sangat dinamis terhadap citra tubuh [12]. Meskipun studi yang berbeda menunjukkan efek dari perubahan fisik ini bervariasi dalam tingkat keparahan dan

kepentingannya yang relatif terhadap faktor lain (misalnya, pengaruh sosial budaya) dalam memprediksi citra tubuh anak perempuan, sebagian besar mengungkapkan pubertas sebagai faktor risiko ketidakpuasan tubuh anak perempuan [13][14].

Mereka yang memiliki citra tubuh negatif dan kesehatan umum yang buruk juga memiliki *self-esteem* negatif. Penelitian mengenai hubungan citra tubuh dan *self-esteem* remaja Ukraina dengan berbagai jenis perkembangan konstitusional mengungkapkan bahwa evaluasi remaja terhadap citra tubuhnya sendiri memiliki dampak signifikan pada *self-esteem* dan sebaliknya, *self-esteem* secara signifikan memengaruhi evaluasi remaja terhadap penampilan mereka [15]. Lingkungan sosial (misalnya teman sebaya dan anggota keluarga) dapat sangat memengaruhi pembentukan *self-esteem* remaja, yang secara langsung terkait dengan citra tubuh. Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti memiliki pertanyaan penelitian sebagai berikut: “Bagaimana gambaran citra tubuh pada remaja awal perempuan yang mengakses media sosial?”.

2. Metodologi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada 242 remaja putri berusia 12-15 tahun yang aktif menggunakan salah satu atau lebih dari jenis media sosial seperti Instagram, YouTube, Twitter, Tiktok, Snapchat, dan Facebook. Metode dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian survei yang dilakukan secara daring yang dianalisis secara deskriptif. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *convenience sampling* [16] di mana peneliti menyebarkan kuesioner secara online melalui sekolah-sekolah menengah pertama dan remaja perempuan yang dikenal oleh peneliti. Karakteristik demografi ditinjau dari domisili, tingkat pendidikan, durasi penggunaan media sosial, dan jenis media sosial yang digunakan oleh responden.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur dalam penelitian ini adalah *Body Appreciation Scale 2* (BAS-2) [10], lalu dilakukan proses adaptasi oleh peneliti. Adaptasi dilakukan berdasarkan panduan [17]. Peneliti melakukan proses translasi dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia. Lalu peneliti berdiskusi dengan penerjemah untuk menyelesaikan perbedaan translasi. Pada tahap ketiga dilakukan translasi kembali ke Bahasa Inggris oleh penerjemah yang berbeda. Tahap keempat dilakukan proses *expert review* terkait susunan kalimat yang disesuaikan dengan kriteria sampel. *Expert review* dilakukan oleh psikolog yang menangani perkembangan remaja. Tahap terakhir dilakukan *cognitive interview* kepada 10 remaja perempuan yang sesuai dengan kriteria sampel.

BAS-2 merupakan skala unidimensional yang terdiri dari 10 item yang mengukur penerimaan individu atas tubuhnya, pendapat tentang tubuhnya, dan bagaimana mereka menghormati tubuh mereka. Skala tersebut mengukur *body image* dengan memperhitungkan aspek

kognitif, perilaku, dan afektif. Jawaban responden pada seluruh item digolongkan dengan skala Likert yang terdiri dari 5 poin pada sebuah skala kontinum yaitu “Tidak Pernah”, “Jarang”, “Kadang-kadang”, “Sering”, “Selalu.” Untuk pilihan jawaban “Tidak Pernah” diberi skor 1, “Jarang” diberi skor 2, “Kadang-kadang” diberi skor 3, “Sering” diberi skor 4, dan “Selalu” diberi skor 5.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini berfokus pada gambaran citra tubuh remaja awal perempuan yang mengakses media sosial setiap hari. Responden penelitian merupakan remaja perempuan berusia 12-15 tahun yang mengakses minimal satu jenis media sosial yang memiliki fitur berbagi foto dan video antar pengguna, seperti Instagram, YouTube, TikTok, Twitter, Snapchat, dan Facebook. Tabel 1 menunjukkan gambaran sebaran usia, tingkat pendidikan, dan domisili responden di mana mayoritas responden berusia 14 tahun (40%) dengan jumlah yang cukup seimbang antara kelas 7, kelas 8 dan kelas 9 SMP (30, 33, dan 37%). Mayoritas responden (67%) tinggal di Kota Bandung. Sedangkan responden lainnya tinggal di Kabupaten Bandung (16%), Kota Cimahi (10%), dan Kabupaten Bandung Barat (7%). Gambaran usia, tingkat pendidikan dan domisili responden dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Usia, Tingkat Pendidikan, dan Domisili Responden

Kategori	F	(%)
Usia		
12	46	19
13	70	29
14	96	40
15	30	12
Tingkat Pendidikan		
Kelas 7	73	30
Kelas 8	79	33
Kelas 9	90	37
Domisili		
Kota Bandung	162	67
Kab. Bandung	39	16
Kota Cimahi	25	10
Kab. Bandung Barat	16	7

Tabel 2 di bawah ini menunjukkan data penggunaan media sosial di mana mayoritas responden (59%) mengakses media sosial dengan durasi 1-5 jam setiap harinya. Namun, sebagian kecil responden (2,9%) mengakses media sosial hingga lebih dari 15 jam per hari. Terkait jenis media sosialnya, mayoritas responden menggunakan lebih dari satu media sosial. Di antara keenam jenis media sosial, Instagram (88%) dan YouTube (87%) menjadi media sosial yang paling banyak diakses oleh responden. Hal ini sejalan dengan hasil survei bahwa Instagram menjadi salah satu media sosial yang paling sering diakses di Indonesia dengan jumlah pengguna 79% dari masyarakat Indonesia [6][7]. Media sosial lainnya yang berbasis foto dan video, yaitu TikTok dan Snapchat diakses oleh sebagian lainnya (85 dan 5,4%). Gambaran mengenai

bagaimana penggunaan media sosial dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Gambaran Penggunaan Media Sosial

Kategori	F	(%)
Durasi (jam)		
1 – 5	142	59
5 – 10	66	27
11 – 15	27	11,1
>15	7	2,9
Jenis Media Sosial		
Instagram	213	88
YouTube	210	87
TikTok	206	85
Twitter	93	38
Snapchat	13	5,4
Facebook	12	5

Selanjutnya akan dibahas mengenai kategori citra tubuh responden yang tersebar dari kategori rendah, sedang, dan tinggi. Kategorisasi citra tubuh dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Kategorisasi Citra Tubuh

Rentang Skor	Kategori	f
5 – 20	Rendah	6
21 – 35	Sedang	103
36 – 50	Tinggi	133

Berdasarkan data pada tabel 3, ditemukan bahwa citra tubuh responden mayoritas berada pada kategori tinggi. Jumlah responden yang berada di kategori sedang pun cukup seimbang, yaitu 103 responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja awal perempuan dapat mengapresiasi tubuhnya secara positif dan memiliki persepsi yang positif terhadap tubuhnya. Sedangkan dari total 242 responden, hanya 6 responden yang memiliki citra tubuh pada kategori rendah. Gambaran citra tubuh berdasarkan durasi penggunaan media sosial dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial

Durasi (jam)	Citra Tubuh	F	(%)
1-5	Rendah	1	0,7
	Sedang	56	39,4
	Tinggi	85	59,9
6-10	Rendah	1	1,5
	Sedang	35	53
	Tinggi	30	45,5
11-15	Rendah	3	11,1
	Sedang	9	33,3
	Tinggi	15	55,6
>15	Rendah	1	14,3
	Sedang	3	42,8
	Tinggi	3	42,8

Jika dilihat berdasarkan durasi penggunaan media sosial, Tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang mengakses media sosial selama 1-5 jam per hari mayoritas memiliki citra tubuh yang tinggi (59,9%). Pada kelompok responden dengan durasi penggunaan media sosial 6-10 jam per hari, mayoritas responden memiliki citra tubuh pada kategori sedang (53%). Kelompok responden dengan durasi 11-15 jam per hari mayoritas memiliki citra tubuh pada kategori tinggi (55,6%). Sedangkan dari 7 responden yang mengakses

media sosial lebih dari 15 jam per hari, 14,3% di antaranya memiliki citra tubuh yang rendah. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan di sebelumnya terhadap siswa sekolah menengah bahwa siswa yang menggunakan media sosial lebih dari 2 jam setiap hari memiliki peluang 1,59 kali lebih besar untuk mengalami isu citra tubuh dibandingkan dengan mereka yang menggunakan kurang dari 2 jam setiap hari [18]. Gambaran citra tubuh berdasarkan jenis media sosial dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Jenis Media Sosial

Jenis Media Sosial	Citra Tubuh	F	(%)
Instagram	Rendah	5	2,3
	Sedang	91	42,7
	Tinggi	117	55
YouTube	Rendah	5	2,4
	Sedang	84	40
	Tinggi	121	57,6
TikTok	Rendah	6	2,9
	Sedang	90	43,7
	Tinggi	110	53,4
Twitter	Rendah	3	3,2
	Sedang	42	45,2
	Tinggi	48	51,6
Snapchat	Rendah	0	0
	Sedang	7	53,8
	Tinggi	6	46,2
Facebook	Rendah	0	0
	Sedang	2	16,7
	Tinggi	10	83,3

Tabel 5 menggambarkan citra tubuh responden dilihat dari jenis media sosial yang digunakan. Diketahui bahwa mayoritas responden mengakses lebih dari satu jenis media sosial. Instagram, YouTube, dan TikTok merupakan jenis media sosial yang paling banyak diakses oleh responden. Pada ketiga jenis media sosial tersebut, mayoritas responden memiliki citra tubuh yang berada di kategori tinggi (55; 57,9; dan 53,4%). Tingkat terpaan media sosial Instagram memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat persepsi citra tubuh seseorang yang terkena terpaannya. Akan tetapi, tingkat terpaan media sosial Instagram secara langsung mempengaruhi tingkat persepsi mengenai citra tubuh hanya sebesar 0,076 atau 7,6% di mana sisanya berasal dari faktor-faktor lain yang tidak diteliti [19].

Sedangkan pada hasil penelitian sebelumnya ditemukan bahwa YouTube, TikTok, dan Snapchat secara statistik menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap isu citra tubuh, di mana citra tubuh di dapatkan dari banyaknya postingan, tayangan yang terdapat pada berbagai media sosial tersebut, yang juga mempengaruhi pandangan masyarakat sekitarnya khususnya pada remaja [18]. Berbeda dengan hasil penelitian tersebut, kelompok responden yang mengakses Snapchat mayoritas memiliki citra tubuh pada kategori sedang (53,8%). Sedangkan pada jenis media sosial yang berbasis teks, yaitu Twitter dan Facebook, mayoritas responden memiliki citra tubuh yang tinggi (51,6% dan 83,3%). Gambaran citra tubuh

berdasarkan konten yang diakses dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Konten yang Diakses

Konten	Citra Tubuh	F	(%)
Gaya hidup <i>public figure</i> N: 124 (51,2%)	Rendah	1	0,8
	Sedang	49	39,5
	Tinggi	74	59,7
Perawatan tubuh dan kecantikan N: 104 (43%)	Rendah	0	0
	Sedang	36	34,6
	Tinggi	68	65,4
<i>Fashion</i> N: 104 (43%)	Rendah	2	1,9
	Sedang	39	37,5
	Tinggi	63	60,6
Hiburan N: 176 (72,7%)	Rendah	5	2,8
	Sedang	73	41,5
	Tinggi	98	55,7
Konten Lainnya N: 130 (53,7%)	Rendah	4	3
	Sedang	61	47
	Tinggi	65	50

Tabel 6 menggambarkan persebaran data citra tubuh responden jika dikaitkan dengan konten media sosial yang paling sering diakses. Mayoritas responden mengakses konten hiburan di media sosial (72,7%). Konten gaya hidup yang diunggah *public figure* diakses oleh 124 responden (51,2%). Dalam kelompok konten tersebut, mayoritas responden memiliki citra tubuh pada kategori tinggi (59,7%). Sebanyak 65,4% dari 104 responden yang mengakses konten perawatan dan kecantikan memiliki citra tubuh yang tinggi, begitu pula dengan 60,6% dari 104 responden yang mengakses konten *fashion*.

Hasil penelitian analisis konten terkait salah satu konten YouTube tentang kebugaran dan kesehatan yang menunjukkan bahwa ketidakpuasan pengguna YouTube terhadap tubuh mereka terlihat pada kolom komentar di video terkait. Pesan positif dari konten-konten tentang kebugaran dan kesehatan nampaknya dikalahkan oleh implikasi bahwa kebugaran identik dengan tubuh yang kurus.

Sebanyak 43% dari 242 responden mengakses konten perawatan tubuh dan kecantikan serta konten *fashion* pada satu atau lebih jenis media sosial. Berbanding terbalik dengan hasil penelitian terhadap pengguna YouTube [2], pada kedua jenis konten tersebut, mayoritas responden penelitian ini memiliki citra tubuh yang tinggi (65,4 dan 60,6%). Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah perawatan tubuh dan kecantikan serta konten *fashion* bukan satu-satunya jenis konten yang diakses oleh responden. Mayoritas responden pada penelitian ini mengakses lebih dari satu jenis konten melalui beberapa jenis media sosial.

Durasi penggunaan media sosial dan konten yang diakses hanya merupakan salah satu dari banyak faktor yang mempengaruhi citra tubuh seseorang. Citra tubuh pada masa remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor

termasuk *self-esteem*, jenis kelamin perempuan, pesan media, standar berperenampilan dalam budaya masyarakat, mendengarkan pendapat orang lain, tekanan atau dukungan dari teman sebaya dan keluarga, serta perilaku diet [20]. Hal tersebut menjadi keterbatasan dalam penelitian ini di mana peneliti hanya berfokus pada durasi penggunaan media sosial sebagai faktor yang mempengaruhi gambaran citra tubuh responden. Keterbatasan lainnya dalam penelitian ini adalah cara penjarangan data-data demografi serta cara pengisian kuesioner yang dilakukan secara daring sehingga memungkinkan responden untuk mengisi secara terburu-buru atau kurang teliti. Pilihan jawaban yang diberikan juga sangat memungkinkan terjadinya bias dalam *self-report* dikarenakan beberapa responden memilih opsi netral, yaitu “Kadang-kadang.”

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ditemukan bahwa mayoritas remaja awal perempuan berusia 12-15 tahun di Bandung Raya memiliki citra tubuh yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa para remaja awal perempuan dapat mengapresiasi tubuhnya secara positif dan memiliki persepsi yang positif terhadap tubuhnya. Penilaian seseorang terhadap tubuhnya dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah paparan media. Pada penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar remaja perempuan menghabiskan waktu selama 1-5 jam per hari untuk mengakses beberapa media sosial. Konten yang mereka akses pun beragam, namun perawatan tubuh dan kecantikan serta *fashion* menjadi konten yang paling banyak diakses oleh remaja perempuan, khususnya yang berusia 12-15 tahun. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melihat faktor-faktor lain yang berpengaruh pada citra tubuh remaja perempuan agar hasil yang diperoleh dapat tergambarkan dengan lebih jelas. Disamping itu, perlu diperhatikan pula bahwa data demografi perlu seperti durasi penggunaan media sosial dan jumlah media sosial yang diakses sebaiknya dikategorisasikan dengan lebih rinci.

Daftar Rujukan

- [1] Ohannessian, C. McC., Vannucci, A. (2020). Social Media Use and Externalizing Behaviors During Early Adolescence. *Youth and Society* (1-23). <https://doi.org/10.1177/0044118X20901737>.
- [2] Ratwatie, P., & Mattacola, E. (2019). An Exploration of ‘Fitspiration’ Content on YouTube and Its Impacts on Consumers. *Buckingham E-Archive of Research*. <https://doi.org/10.1177/1359105319854168>.
- [3] Clark, J. L., Algae, S. B., & Green, M. C. (2018). Social Network Sites and Well-Being: The Role of Social Connection. *Current Directions in Psychological Science* 27(1), 32-37. <https://doi.org/10.1177/0963721417730833>.
- [4] Daniels, E. A., Zurbriggen, E. L., & Monique Ward, L. (2020). Becoming an object: A review of self-objectification in girls. *Body Image*, 33, 278-299. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.016>.
- [5] Dryden, C., Anderson, J. (2019). The Dark Triad, Trait-based Self-objectification, and Body Image Concerns in Young Women. Elsevier: *Personality and Individual Differences*, 145, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.03.015>.
- [6] Kurniawan, M. R. (2020). Pola Penggunaan Internet di Lingkungan Sekolah Dasar Se-Kota Yogyakarta. *Southeast Asian Journal of Islamic Education*, 2(2), 93-108. <https://doi.org/10.21093/sajie.v2i2.1930>.
- [7] Sari, L. T. (2019). Perbedaan Penggunaan Facebook dan Instagram terhadap Perilaku Seks Bebas Remaja Usia 15-17 Tahun. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 6(1), 93-100. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i1.ART.p093-100>.
- [8] Saputra, A. (2019). Survei Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Kota Padang Menggunakan Teori Uses And Gratifications. *Jurnal Dokumentasi dan Informasi*. <https://doi.org/10.14203/j.baca.v40i2.476>.
- [9] Zhafirah, S., & Dinardinata, A. (2020). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Harga Diri pada Siswi SMA Kesatrian 2 Semarang. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 728-734. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21705>.
- [10] Paquette, M., Dion, J., Bothe, B., & Bergeron, S. (2022). Validation of the Body Appreciation Scale-2 in Cisgender, Heterosexual and Sexual and Gender Minority Adolescents and Sexuality-Related Correlates. *Body Image* Vol. 43, 193-204. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.09.001>.
- [11] Aparicio-Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martinez-Jimenez, M. P., Redel-Macias, M. D., Pagliari, C., & Vaquero-Abellan, M. (2019). Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(21), 4177. <https://doi.org/10.3390/ijerph16214177>.
- [12] Tenkorang, S., & Okyere, C. O. (2022). Factors Influencing Body Image Perception of University Students in Ghana. *Technium: Social Sciences Journal*, Vol. 27, 492-501. <https://doi.org/10.47577/tssj.v27i1.5522>.
- [13] Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M.A., & Settanni, M. (2018). Highly-visual Social Media and Internalizing Symptoms in Adolescence: The Mediating Role of Body Image Concerns. *Computers in Human Behavior*, 82, 63-69. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.01.003>.
- [14] Hartman-Munick, S. M., Gordon, A. R., & Guss, C. (2020). Adolescent Body Image: Influencing Factors and The Clinician's Role. *Current Opinion in Pediatrics: Adolescent Medicine*, 32(4), 455-460. <https://doi.org/10.1097/MOP.0000000000000910>.
- [15] Javaid, Q., Ajmal, A. The Impact of Body Image on Self-Esteem in Adolescents. *Clinical & Counselling Psychology Review*, 1(1), 45-54. <https://doi.org/10.32350/ccpr.11.04>.
- [16] Stratton, S. J. (2021). Population Research: Convenience Sampling Strategies. *Prehospital and Disaster Medicine*, 36(4), 373-374. <https://doi.org/10.1017/S1049023X21000649>.
- [17] Goyal, A. K., Bakshi, J., Panda, N. K., Kapoor, R., Vir, D., Kumar, K., Aneja, P., Singh, B., Gupta, M., & Walia, S. S. (2020). A Hybrid Method for the Cross-Cultural Adaptation of Self-Report Measures. *Int J Appl Posit Psychol* Vol. 6, 45-54. <https://doi.org/10.1007/s41042-020-00039-3>.
- [18] Sagrera C, E., Magner, J., Temple, J., Lawrence, R., Magner, T. J., Avila-Quintero, V. J., McPherson, P., Alderman, L. L., Bhuiyan, M. A. N., Patterson, J. C., & Murnane, K. S. (2022). Social Media Use and Body Image Issues Among Adolescents in a Vulnerable Louisiana Community. *Front Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1001336>.

- [19] Martanatasha, M., Primadini, I. (2019). The relations of Self-esteem and Body Image Under the Exposure of Instagram. *Ultimacomm: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 11(2), 158-172. [Http://doi.org/10.31937/ultimacomm.v11i2.1278](http://doi.org/10.31937/ultimacomm.v11i2.1278).
- [20] Gioia, F., Griffiths, M. D., & Boursier, V. (2020). Adolescents' Body Shame and Social Networking Sites: The Mediating Effect of Body Image Control in Photos. *Sex Roles* 83, 773–785. [Http://doi.org/10.1007/s11199-020-01142-0](http://doi.org/10.1007/s11199-020-01142-0).