

Hubungan Adiksi Media Sosial dengan *Body Dissatisfaction* pada Wanita Dewasa Awal di Bandung

Aisyah Anastarisha Putri Asharyadi*, Siti Qodariah

Prodi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*aisyahanastarisa@gmail.com, siti.qodariyah@yahoo.com

Abstract. Early adult women have the task of starting to have an intimate partner in the process possibly has body dissatisfaction. Body dissatisfaction can cause individuals to become depressed, have eating disorders, and even die. Social media addiction is the effect of excessive use of social media resulting in body dissatisfaction. The purpose of this study was to obtain empirical evidence of the relationship between social media addiction and body dissatisfaction in early adult women in Bandung. This study used correlational and convenience sampling methods with a subject of 414 early adult women in Bandung. The analytical technique used is the Spearman Correlation Test. The results showed that there was a relationship between social media addiction and body dissatisfaction in early adult women in Bandung with the results of correlation analysis showing the coefficient $r = 0.413$ with $p = (p < 0.05)$.

Keywords: *Early Adult Woman, Social Media Addiction, Body Dissatisfaction.*

Abstrak. Wanita dewasa awal memiliki tugas untuk mulai memiliki pasangan intim dalam proses mencari pasangan intim berkemungkinan merasa body dissatisfaction. Body dissatisfaction dapat menyebabkan individu menjadi depresi, memiliki gangguan makan, bahkan kematian. Adiksi media sosial merupakan efek dari penggunaan media sosial yang berlebih berakibat menjadi body dissatisfaction. Tujuan penelitian ini untuk memperoleh bukti secara empiris hubungan adiksi media sosial dengan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal di Bandung. Penelitian ini menggunakan korelasional dan metode sampling convenience sampling dengan subjek sejumlah 414 wanita dewasa awal di Bandung. Teknik analisis yang digunakan adalah Uji Korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara adiksi media sosial dengan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal di Bandung dengan hasil Analisis Korelasi menunjukkan koefisien $r = 0.413$ dengan $p = (p < 0.05)$.

Kata Kunci: *Wanita Dewasa Awal, Adiksi Media Sosial, Body Dissatisfaction.*

A. Pendahuluan

Media sosial memungkinkan manusia melakukan segala macam hal yang sulit dilakukan di dunia nyata, seperti berhubungan dengan orang yang berada di luar jangkauan. Sedangkan untuk pengguna media sosial tersebar di semua platform yang ada seperti Facebook, Instagram, Twitter, YouTube, Pinterest, Tik Tok, dan WhatsApp. Pengguna media sosial ini berasal dari berbagai kalangan, baik anak-anak, remaja, dewasa maupun orang tua. Sebagian besar pengguna berusia 19 tahun ke atas, yaitu pengguna yang berusia dewasa awal (Home Page PT. Digital Startup Nusantara, 2020). Seperti yang disebutkan oleh Santrock (2011), masa dewasa dimulai pada masa dewasa awal, fase ini terjadi pada rentang usia 18-40 tahun. Masa dewasa awal berada pada rentang usia 18-25 tahun. Masa ini merupakan masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa. Masa remaja hingga dewasa disebut masa dewasa awal.

Dalam memenuhi keinginan untuk selalu tampil menarik ini, menurut Emslie, Hunt, & McIntyre dalam (Lubkin & Larsen, 2013), prosesnya dapat memengaruhi citra tubuh seseorang, terutama bagi wanita. Ketidakpuasan tubuh atau *body dissatisfaction* adalah kata lain dari *body image* negatif dalam bentuk ketidakpuasan (Cash & Pruzinsky, 2002).

Menurut Grogan (2017) *body image* ideal bagi wanita adalah tubuh yang langsing, seseorang yang gemuk dan menjadi gemuk dapat dianggap tidak menarik, pemalas, dan tidak memiliki kontrol diri yang baik. *Body image* merupakan hal yang kompleks dan beragam. *Body image* adalah bagaimana seseorang melihat gambaran dirinya sendiri, terutama tampilan fisiknya (Cash T. F., 2012). Belgrave (Sumanty, Sudirman, & Puspasari, 2018) menyebutkan bahwa individu yang memiliki *body image* positif adalah individu yang merasa puas dengan tubuh dan penampilannya (*body satisfaction*) dan individu yang memiliki *body image* negatif adalah individu yang merasa tidak puas dengan penampilannya (*body dissatisfaction*). Ketidakpuasan tubuh atau *body dissatisfaction* adalah kata lain dari *body image* negatif dalam bentuk ketidakpuasan (Cash & Pruzinsky, 2002).

Body dissatisfaction dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor penting penyebab *body dissatisfaction* menurut Grogan (2017) adalah faktor budaya, media sosial, usia, kelas sosial, hubungan interpersonal, dan sifat kepribadian. Untuk individu sendiri media sosial dapat menjadi alat yang berpengaruh dalam memperhatikan bagian tubuhnya.

Bandung adalah salah satu kota besar di Indonesia yang perlu diperhatikan fenomena *body dissatisfaction*. Bandung sebagai salah satu kota Metropolitan, warga kota metropolitan lebih banyak menggunakan internet dalam kehidupan sehari-harinya baik dalam bertransaksi, menggunakan transportasi, dan mencari informasi. Dapat dikatakan bahwa warga kota metropolitan lebih sering terpapar internet dibandingkan dengan warga yang tinggal di pedesaan. Menurut Karsli dalam (Aristantya & Helmi, 2019) remaja yang tinggal di kota metropolitan memiliki citra diri yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tinggal di pedesaan, hal tersebut dikarenakan remaja yang tinggal di kota metropolitan lebih rentan terpapar dengan hal-hal yang mendorong untuk memiliki tubuh yang ideal.

Seperti yang penulis amati di lingkungan mengenai *body dissatisfaction* dengan memperhatikan adiksi media sosial selama masa pandemi yang lebih membutuhkan akses terhadap media sosial untuk saling berkomunikasi, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti hubungan adiksi media sosial dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Bandung.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran adiksi media sosial pada wanita dewasa awal di Bandung?
2. Bagaimana gambaran *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Bandung?
3. Seberapa kuat hubungan antara adiksi media sosial dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Bandung?

B. Metodologi Penelitian

Lemmens et al, (2016) mendefinisikan kecanduan media sosial sebagai penggunaan media sosial yang berlebihan dan kompulsif, yang mengarah ke masalah sosial atau emosional. Terlepas dari masalah ini, pengguna media sosial masih tidak dapat mengontrol penggunaan

media sosial yang berlebihan. Kriteria-kriteria adiksi media sosial diantara adalah:

1. *Preoccupation*, yang ditandai dengan mengabaikan segala sesuatu saat menggunakan media sosial dan menghabiskan banyak waktu untuk berpikir atau media sosial saat tidak menggunakannya.
2. *Tolerance*, yang ditandai dengan menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial untuk mengalami efek yang diharapkan, seperti kegembiraan dan kepuasan.
3. *Withdrawal*, yang ditandai dengan perasaan gelisah, jengkel, marah, frustrasi, cemas atau sedih ketika tidak dapat menggunakan atau berusaha mengurangi atau menghentikan menggunakan media sosial.
4. *Persistence*, yang ditandai dengan keinginan untuk terus menggunakan media sosial, atau upaya untuk menghentikan, mengontrol atau mengurangi penggunaan media sosial gagal.
5. *Escape*, yang ditandai dengan keterlibatan seseorang dalam menggunakan media sosial untuk menghilangkan emosi atau perasaan negatif (seperti ketidakberdayaan, *guilty*, gelisah, bahkan depresi).
6. *Problems*, yang ditandai dengan perilaku tetap dalam menggunakan media sosial meskipun menyadari dampak negatif dari perilaku tersebut terhadap kehidupan.
7. *Deception*, yang ditandai dengan berbohong atau menutupi kepada orang lain tentang sejauh mana penggunaan pribadi media sosial.
8. *Displacement*, yang ditandai dengan dominannya perilaku dalam menggunakan media sosial, yang berujung pada penurunan aktivitas sosial, dan lain lainnya.
9. *Conflict*, yang ditandai dengan adanya masalah yang lebih serius, seperti berada di ambang kehilangan, seperti kehilangan hubungan penting atau kesempatan terkait sekolah atau pekerjaan karena penggunaan media sosial.

Kemudian variabel dependen (Y) adalah *body dissatisfaction*. *Body dissatisfaction* merupakan pikiran serta perasaan negatif mengenai tubuhnya (Grogan S. , 2008). Menurut Cash dan Szymanski (1995) bahwa *body dissatisfaction* memiliki hubungan dengan penilaian negatif pada *body size*, *body shape*, bentuk otot, dan berat badan. Hal ini, merupakan ketidaksesuaian dalam evaluasi terhadap tubuh sendiri dengan tubuh ideal yang diidamkannya (Grogan S. , 2008). Dimensi-dimensi *body dissatisfaction* diantara adalah:

1. *Appearance evaluation*, perasaan tentang ada atau tidak adanya daya tarik fisik, serta puas atau tidaknya penampilan secara keseluruhan. Apabila individu menilai tubuh secara positif ia memiliki kepuasan pada tubuh. Di lain sisi, jika individu menilai tubuh secara negatif ia memiliki ketidakpuasan pada tubuh. Seseorang yang memiliki ketidakpuasan pada tubuhnya cenderung membandingkan penampilan dirinya atau orang lain.
2. *Appearance orientation*, orientasi penampilan artinya fokus atensi terhadap penampilan dirinya dengan melakukan upaya untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya. Individu yang melakukan upaya akan mengeluarkan dana khusus untuk mencapai penampilan idealnya dikategorikan memiliki ketidakpuasan pada tubuhnya.
3. *Body area satisfaction*, hal yang diperhatikan bukan seberapa puas individu terhadap tubuh tetapi seberapa tidak puas terhadap tubuhnya, sehingga untuk pembahasan selanjutnya untuk dimensi *body area satisfaction* berubah menjadi *body area dissatisfaction*. Individu yang memiliki ketidakpuasan terhadap tubuhnya akan merasa buruk mengenai ukuran atau penampilan dirinya pada daerah tubuh ataupun keseluruhan.
4. *Overweight preoccupation*, kecemasan akan menjadi gemuk, kegelisahan seseorang pada bertambahnya beratbadan, menjadi kepada pengendalian makan dengan membatasi pola makan, dan kecenderungan melakukan diet. Seseorang yang memiliki ketidakpuasan terhadap tubunya cenderung akan membatasi pola makan hingga melakukan diet yang tidak sehat.
5. *Self-classified weight*, pengkategorian ukuran tubuh yaitu mengukur penghayatan individu dalam memberikan label pada beratbadannya, mulai dari *underweight* hingga obesitas. Seseorang yang memiliki ketidakpuasan terhadap tubuhnya cenderung akan

menurunkan berat badan dan mengkategorikan tubuhnya.

Pada penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner ke 414 responden. Menggunakan alat ukur *Social Media Disorder* (SMD) dari Regina J.J.M. van den Eijnden, Jeroen S. Lemmens, Patti M. Valkenburg (2016) dengan dua opsi pilihan jawaban Ya (1) dan Tidak (0) yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan pernah digunakan oleh Putri (2019). dan *Multiple Body-Self Related Questionnaire Appearance Scales* (MBSRQ-AS) dari Cash (2000) dengan skala Likert 5-point (1=Sangat Tidak Sesuai, 2=Tidak Sesuai, 3=Netral, 4=Sesuai, 5=Sangat Sesuai) yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan pernah digunakan oleh Lasmi (2018). Penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan pendekatan kuantitatif. Sedangkan untuk menguji hipotesis, dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *spearman* menggunakan SPSS versi 23 yang sebelumnya perlu dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas. Populasi pada penelitian ini adalah wanita dewasa awal di Bandung yang berjumlah 414 responden.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Gambaran adiksi media sosial pada wanita dewasa awal di Bandung

Tabel 1. Gambaran adiksi media social

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	$X > 13$	263	63.53%
Rendah	$X \leq 13$	151	36.47%
Total		414	100%

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa 63.53% atau 263 wanita dewasa awal dikategorikan memiliki adiksi media sosial yang tinggi dan 36.47% atau 151 wanita dewasa awal dikategorikan memiliki adiksi media sosial.

Gambaran *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Bandung

Tabel 2. Gambaran *body dissatisfaction*

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	$X > 117$	194	46.86%
Rendah	$X \leq 117$	220	53.14%
Total		414	100%

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa dari 414 wanita dewasa awal di Bandung, sebanyak 46.86% atau 194 karyawan memiliki *body dissatisfaction* yang tinggi dan 53.14% atau 220 orang dalam kategori rendah.

Hubungan Adiksi Media Sosial dengan *Body Dissatisfaction* Wanita Dewasa Awal di Bandung

Tabel 3. Hubungan Adiksi Media Sosial dan *Body Dissatisfaction*

Variabel	R	Besar kekuatan
Hubungan Adiksi Media Sosial dan <i>Body Dissatisfaction</i>	.413	Sedang

Dari tabel 3, berdasarkan perhitungan korelasi Rank Spearman di atas menunjukkan bahwa $r = 0,413$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Mengacu pada tabel pedoman interpretasi koefisien korelasi, jika koefisien r berada dalam rentang 0,40 hingga 0,59 artinya keeratan hubungan berada di tingkat sedang sedangkan nilai signifikansi yang diperoleh tersebut kurang dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel adiksi media sosial dengan *body dissatisfaction*. Artinya, semakin tinggi adiksi media sosial maka semakin tinggi *body dissatisfaction*.

Tabel 4. Tabulasi silang Adiksi Media Sosial dan *Body Dissatisfaction*

		Body Dissatisfaction		Total
		Rendah	Tinggi	
Adiksi Media Sosial	Rendah	164(39,6%)	99(23,9%)	263(63,5%)
	Tinggi	56(13,5%)	95(22,9%)	151(36,5%)
Total		220(53,1%)	194(46,9%)	414(100%)

Berdasarkan tabel 4, menunjukkan bahwa dari 414 wanita dewasa awal di Bandung yang memiliki adiksi media sosial yang tinggi dan *body dissatisfaction* yang tinggi terdapat sebanyak 95 responden (22,9%) dan sebaliknya, terdapat sejumlah mahasiswa yang memiliki adiksi media sosial yang rendah dan *body dissatisfaction* yang rendah sejumlah 164 responden (39,6%). Terdapat responden yang memiliki adiksi media sosial yang rendah dan *body dissatisfaction* yang tinggi sebanyak 99 responden (23,9%), artinya adiksi media sosial bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan tinggi atau rendahnya *body dissatisfaction* seseorang, namun terdapat faktor lainnya. Selain itu, terdapat pula responden yang memiliki adiksi media sosial yang tinggi dan *body dissatisfaction* yang rendah yaitu sebanyak 56 responden (13,5%). Wanita dewasa awal yang adiksi media sosial rendah bukan berarti sama sekali tidak mengalami adiksi media sosial, namun terdapat kecenderungan adiksi media sosial.

Berdasarkan data-data yang diperoleh dari 414 wanita dewasa awal di Bandung, ditemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara adiksi media sosial dan *body dissatisfaction* dengan $r = 0,413$. Hubungan positif ini menunjukkan bahwa arah hubungannya searah antara adiksi media sosial dan *body dissatisfaction*. Artinya, ketika adiksi media sosial *body dissatisfaction* tinggi, begitu pula sebaliknya apabila tidak adiksi media sosial maka *body dissatisfaction* rendah. Data yang diperoleh sebanyak 95 responden mengalami *body dissatisfaction* yang tinggi serta adiksi media sosial yang tinggi, terdapat 164 responden dengan *body dissatisfaction* rendah serta adiksi media sosial rendah, yang di kumulasikan terdapat 259 responden dari total 414 responden yang memiliki arah hubungan yang searah dengan penelitian.

Adiksi media sosial dan *body dissatisfaction* memiliki hubungan positif yang signifikan namun memiliki hubungan yang cukup (sedang). Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa adiksi media sosial dapat menentukan *body dissatisfaction* pada individu namun tidak terlalu mempengaruhi. Selain karena media sosial, alasan lain tinggi rendahnya level *body dissatisfaction* yaitu budaya, kepribadian, hubungan interpersonal, serta kelas sosial seseorang.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

Wanita dewasa awal di Bandung mayoritas memiliki adiksi media sosial yang cukup tinggi.

Wanita dewasa awal di Bandung mayoritas pun memiliki *body dissatisfaction* yang cukup rendah.

Terdapat hubungan positif signifikan antara adiksi media sosial dan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Bandung.

Semakin adiksi media sosial maka semakin tinggi *body dissatisfaction* begitupun sebaliknya.

Terdapat hubungan yang tergolong sedang antara adiksi media sosial dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Bandung.

Acknowledge

Saya sangat berterimakasih kepada pembimbing saya Ibu Dr. Siti Qodariyah S.Psi., M.Psi., Psikolog atas bimbingan serta waktu, tenaga, dan ilmu yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.

Daftar Pustaka

- [1] Aljadani, H. M. (2019). The correlation between Body Mass Index and Body Image Dissatisfaction and Body Image Perception in young Saudi women. *Progress in Nutrition*, 21(4), 984–991.
- [2] Allen, M. S., & Walter, E. E. (2016). Personality and body image: A systematic review. *Body Image*, 19, 79-88.
- [3] Allen, M. S., Vella, S. A., Swann, C., & Laborde, S. (2016). Allen, M. S., Vella, S. A., Swann, C., & Laborde, S. (2016). Personality and the subjective experience of body mass in Australian adults. *Journal of Research in Personality*, 72, 73-79.
- [4] Andreassen, C., Torsheim, T., & Pallesen, S. (2014). Predictors of Use of Social Network Sites at Work - A Specific Type of Cyberloafing. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 19, 906-921. doi:10.1111/jcc4.12085
- [5] Andreassen, Schou, C., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The Relationship between Addictive Use of Social Media, Narcissism, and Self-Esteem: Findings from a Large National Survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287-93.
- [6] Anonim. (2018, October 5). *3 Gangguan Kesehatan Gara-Gara Body Image*. Retrieved October 14, 2020 from Halodoc: <https://www.halodoc.com/artikel/gangguan-kesehatan-gara-gara-body-image>
- [7] Anonim. (2019, May 9). *The Higher Purpose Brand*. Retrieved Desember 25, 2020 from Top Brand Award: <https://www.topbrand-award.com/2019/05/the-higher-purpose-brand/>
- [8] Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 5, 114-128. doi:10.22146/gamajop.50624
- [9] Barker, V. (2009). Older Adolescents motivations for social network site use: The influence of gender, group identity, and collective self-esteem. *Cyberpsychology & Behavior*, 12, 209-201.
- [10] Cash, T. F. (2000). *The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (3rd ed.). Norfolk: Old Dominion University.
- [11] Cash, T. F. (2012). Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, 1, 334-342. doi:10.1016/B978-0-12-384925-0.00054-7
- [12] Cash, T., & Pruzinsky, T. (2002). Future challenges for body image theory, research, and clinical practice. *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*, 509-516.
- [13] Clark, N., & Scott, S. (2009). *Game addiction: The experience and the effects*. London: McFarland & Company.
- [14] Coralia, F., Qodariah, S., & Yanuviati, M. (2017). Tipe Kepribadian dan Self-Esteem Pada Pecandu Media Sosial. *SCHEMA (Journal of Psychological Research)*, 140-149.
- [15] Cruz-sáez, S., Pascual, A., & Echeburúa, E. (2018). The effect of body dissatisfaction on disordered eating: The mediating role of self-esteem and negative affect in male and female adolescents. *Journal of Health Psychology*, 11(1), 1-11.
- [16] Dahono, Y. (2021, Februari 15). *Data: Ini Media Sosial Paling Populer di Indonesia 2020-2021*. Retrieved Februari 19, 2021 from Berita Satu: <https://www.beritasatu.com/digital/733355/data-ini-media-sosial-paling-populer-di-indonesia-20202021>
- [17] Dewi, B. N. (2014). Hubungan Antara Self-Compassion dan Body Image pada Wanita Dewasa Awal yang Mengikuti Zumba Fitness di Pusat Kebugaran Kota Bandung . Bandung: Perpustakaan Maranatha.
- [18] Di Pietro, M., & Silveira, D. (2008). Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. *Revista brasileira de psiquiatria*, 31, 21-34. doi:10.1590/S1516
- [19] 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. doi:10.1016/j.bodyim.2014.12.002
- [20] Feldman, R. S. (2018). *Development Across the Life Span* (8th ed.). Harlow: Pearson.
- [21] Fernando, M. L. (2019). Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 101-118.
- [22] Frederick, D. A., Sandhu, G., Morse, P. J., & Swami, V. (2016). Correlates of appearance and weight satisfaction in a U.S. National Sample: Personality, attachment style, television viewing, self-esteem, and life satisfaction. *Body Image*, 17, 191–203.
- [23] Grabe, S., & Hyde, J. S. (2006). Ethnicity and body dissatisfaction among women in the United States: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 132(4), 622–640.
- [24] Grogan, S. (2008). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children*. USA: Routledge.
- [25] Grogan, S. (2017). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children* (3rd ed.). New York: Routledge.
- [26] Haferkamp, N., Eimler, S., Papadakis, A., & Kruck, J. V. (2012). Men are from mars, women are from venus? Examining gender differences in self-presentation on social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15, 91-98.
- [27] Hall, M. (2009, March 19-23). *Predictors of body dissatisfaction among adolescent females*. Retrieved October 14, 2020 from Counseling: <https://www.counseling.org/resources/library/VISTAS/2009-V-Online/Hall.pdf>
- [28] Hendrickse, J., Arpan, L. M., Clayton, R. B., & Ridgway, J. L. (2017). Instagram and college women's body image: Investigating the roles of appearance-related comparisons and intrasexual competition. *Computers in Human Behavior*, 74, 92–100. doi:<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.04.027>
- [29] *Home Page PT. Digital Startup Nusantara*. (2020). From <https://dailysocial.id/>
- [30] Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- [31] Irawan, A. W., Yusufianto, A., Agustina, D., Dean, R., & etc. (2020). *Laporan Survei Internet APJII 2019 – 2020 (Q2)*. Jakarta: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- [32] Kaplan, Andreas, M., & Michael, H. (2010). Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59-68.
- [33] Kartikasari, N. Y. (2013). Body Dissatisfaction Terhadap Psychological Well Being Pada Karyawati. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 304-323. doi:10.22219/jipt.v1i2.1585
- [34] King, L. A. (2017). *The Science Of Psychology* (4th ed.). New York: McGraw Hill.
- [35] Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online Social Networking and Addiction-A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–52.
- [36] Lasmi, N. S. (2018). Hubungan Antara Perbandingan Penampilan Dan Ketidakpuasan Tubuh Pada Wanita Yang Diet Di Kota Bandung. Bandung: Fakultas Psikologi Unisba.
- [37] Lasmi, N. S. (2018). Hubungan Perbandingan penampilan dan ketidakpuasan tubuh pada wanita yang diet di kota Bandung. Bandung: Universitas Islam Bandung.
- [38] Lubkin, I. M., & Larsen, P. D. (2013). *Chronic illness Impact And Intervention. Where Medicine Fails* (8th ed.). Burlington: Jones & Bartlett Learning. doi:10.4324/9781351299244-3
- [39] Mellor, D., McCabe, M., Ricciardelli, L., Yeow, J., Daliza, N., & Hapidzal, N. F. (2009). Sociocultural influences on body dissatisfaction and body change behaviors among Malaysian adolescents. *Body Image*, 6(2), 121-128. doi:10.1016/j.bodyim.2008.11.003
- [40] Niide, T. T., Davis, J., Tse, A. M., Derauf, C., Harrigan, R. C., & Yates, A. (2011). Body ideals and body dissatisfaction among a community sample of ethnically diverse adolescents on Kauai, Hawaii. *Hawaii Journal of Medicine & Public Health*, 1-7.

- [41] Octavia, C. F. (2017). Hubungan Big Five Personality dan Dukungan Sosial Suami dengan Body Image pada Perempuan dalam Periode Postpartum. Surabaya: Universitas Surabaya.
- [42] Ogden, J., & Taylor, C. (2000). Body Dissatisfaction Within Couples. *Journal of Health Psychology*, 5(1), 25-32.
- [43] Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human Development* (10th ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- [44] Perdana, J. P. (2019, Agustus 3). *Dampak Positif dan Negatif Media Sosial terhadap Remaja*. Retrieved Februari 20, 2021 from Kompasiana: <https://www.kompasiana.com/jonathanputeraperdana8420/5d4518aa0d82303a391ed523/dampak-media-sosial-terhadap-remaja>
- [45] Pranesya, R., & Nawangsih, E. (2019). Hubungan Body Image dengan Sikap Diet Tidak Sehat pada Perempuan Dewasa Awal di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 5, 645-650.
- [46] Putri, A. I. (2019). Hubungan FoMO (Fear of Missing Out) dengan Adiksi Media Sosial pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Universitas Islam Badung. Bandung: Prosiding Psikologi.
- [47] Sakinah, H., & Sumaryanti, I. U. (2020). Hubungan Body Dissatisfaction Dan Adiksi Media Sosial Instagram Pada Wanita Dewasa Awal. *Prosiding Psikologi*, 827-833.
- [48] Santrock, J. W. (2011). *Life Span Development* (13th ed.). New York: McGraw Hill.
- [49] Sarafina, R., & Rahayu, M. S. (2015). Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Perilaku Diet Tidak Sehat Remaja Putri Yang Menjadi Member Herbalife Di Bandung. *Prosiding Psikologi*, 1(2), 535-542. doi:10.29313/v0i0.1407
- [50] Silalahi, U. (2017). *Metode Penelitian Sosial Kuantitatif*. Jakarta: PT Refika Aditama .
- [51] Sivert, S. S., & Sinanovic, O. (2008). Body dissatisfaction – Is age factor. *Philosophy, Sociology, Psychology and History*, 7, 55-61.
- [52] Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Administrasi Dilengkapi dengan Metode R&D*. Bandung: Alfabeta.
- [53] Sumanty, D., Sudirman, D., & Puspasari, D. (2018). Hubungan Religiusitas dengan Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 1(1), 9-28.
- [54] Suseno, A. O., & Dewi, K. S. (2014). Hubungan Antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Dengan Intensi Melakukan Perawatan Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal. *Empati*, 21-31.
- [55] Swami, V., Taylor, R., & Carvalho, C. (2011). Body dissatisfaction assessed by the Photographic Figure Rating Scale is associated with sociocultural, personality, and media influences. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52, 57-63. doi:10.1111/j.1467-9450.2010.00836.x
- [56] Van Den Eijnden, R. J., Lemmens, J. S., & Valkenburg, P. M. (2016). The Social Media Disorder Scale: Validity and Psychometric Properties. *Computers in Human Behavior*, 61, 478-87.
- [57] Vartanian, L. R., & Dey, S. (2013). Self-concept clarity, thin-ideal internalization, and appearance-related social comparison as predictors of body dissatisfaction. *Body Image*, 10(4), 495-500.
- [58] Weinberger, N. A., Kersting, A., Reidel-Heller, S. G., & Luck-Sikorski, C. (2016). Body Dissatisfaction in Individuals with Obesity Compared to Normal-Weight Individuals: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Obesity Facts*, 9(6), 424-441.
- [59] Wertheim, E., & Paxton, S. (2012). Body Image Development – Adolescent Girls. *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*, 1, 76-84. doi:10.1016/B978-0-12-384925-0.00029-8
- [60] Young, K. S. (2010). *Internet Addiction*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [61] Young, K. S., & Abreu, C. N. (2017). *Kecanduan Internet, Panduan Konseling dan Petunjuk untuk Evaluasi dan Penanganan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [62] Auliannisa, Salsabila. Ilmi Hatta, Muhammad. (2021). Hubungan Social Comparison dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Riset*

Psikologi,1(2),147-153.