

## HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN *BODY DISSATISFACTION* WANITA DEWASA AWAL PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM

<sup>1</sup>Desy Darmayanti, <sup>2</sup>Rita Dwi Pratiwi, <sup>3</sup>Dwina Salsadilla, <sup>4</sup>Siti Novy Romlah

<sup>1,4</sup>Program Studi D3 Kebidanan, STIKes Widya Dharma Husada Tangerang

<sup>2,3</sup>Program Studi S1 Keperawatan, STIKes Widya Dharma Husada Tangerang

Email: desydarmayanti8@gmail.com

### ABSTRACT

**Introduction:** The rapid development of social media is fearful that early adult women experience dissatisfaction with some of their bodies. The purpose of this study was to determine whether there is a correlation of social support and self-confidence with body dissatisfaction in adult women instagram social media users. This research method is quantitative research and uses an analytical design with a Cross Sectional approach. The sampling technique in this study used a stratified random sampling technique with Issac Michael's formula and obtained results with a total of 103 samples. Data collection is carried out by dissemination of questionnaires and observations. Data analysis used the Gamma test at a meaningfulness level of 95% ( $\alpha$  0.05). The results showed that the results of the statistical test of social support with self-confidence found the result of  $p$ -value = 0.261 social support with body dissatisfaction found the result of  $p$ -value = 0.903 and the results of the statistical test of self-confidence with body dissatisfaction found the result of  $p$ -value = 0.185. This conclusion shows that there is no correlation between social support and self-confidence with body dissatisfaction in early adult women who use Instagram social. The suggestion is that researchers can then examine other variables so that related results are obtained.

**Keywords:** Social Support, Self Confidence, Body Dissatisfaction

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Pesatnya perkembangan media sosial menimbulkan kekhawatiran bahwa wanita dewasa muda tidak puas dengan bagian tubuh yang dimilikinya. **Tujuan penelitian** diketahui hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* wanita dewasa pengguna media sosial instagram. **Metode penelitian** penelitian kuantitatif dengan desain analitik melalui pendekatan *Cross Sectional*. **Teknik pengambilan** pengambilan sampel yaitu teknik *stratified random sampling* dengan jumlah 103 sampel. Analisis bivariate menggunakan uji *Gamma*. **Hasil penelitian** Dukungan sosial dengan kepercayaan diri mendapati hasil  $p$ -value = 0,261 kemudian dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* mendapati hasil  $p$ -value = 0,903 dan hasil uji statistik kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* mendapati hasil  $p$ -value = 0,185. **Kesimpulan** tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram. **Saran** peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel-variabel lainnya sehingga memperoleh hasil berhubungan.

**Kata kunci:** Dukungan Sosial, Kepercayaan Diri, *Body Dissatisfaction*

### PENDAHULUAN

Media sosial di era serba modern ini menjadi tidak dapat dihindari lagi. Semua kalangan dari anak-anak sampai dewasa membutuhkan media sosial dalam kehidupannya, terlebih pada saat masa pandemi covid-19. Jejaring sosial atau media sosial adalah tempat untuk terhubung dengan banyak orang dari berbagai latar belakang sehingga dapat digunakan oleh siapa saja, di mana saja, dan kapan saja.

Survey e-marketer.com dalam Hasanah (2020) mengungkapkan pengguna media social Instagram diisi oleh pengguna aktif berusia 18 – 24 tahun (59%), pengguna usia 25 – 34 tahun (30%) serta pengguna usia 34-44 tahun (11%). Instagram menjadi salah satu media sosial yang banyak digunakan di Indonesia sepanjang pandemi covid-19 dan menempati urutan kedua dengan presentase 77%, berdasarkan survey Jakpat dalam Databoks (2021).

Fase pertama pada masa dewasa disebut dengan masa dewasa awal. Dewasa awal berkisar dari 18 tahun sampai dengan 25 tahun, ditandai dengan banyak keingintahuan berupa eksperimen/coba-coba dan eksplorasi (Santrock, 2011).

Penelitian Ambarini (2019) menyebutkan bahwa sejak kecil hingga dewasa, wanita diajari oleh lingkungannya untuk percaya bahwa kecantikan fisik adalah sumber daya tarik.

Standar ini membuat wanita hanya fokus untuk melihat apakah bentuk tubuhnya terdapat perubahan sehingga mereka mempunyai kekhawatiran apabila tubuhnya tidak terlihat ideal. Hal ini akan memicu munculnya perasaan tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Hal ini memicu munculnya perasaan tidak puas akan bentuk tubuh dan dikenal dengan istilah *body dissatisfaction* (Puspitasari, 2017).

Data yang diungkap oleh *yahoo health* dari Liputan6.com 2016 diketahui bahwa 94% perempuan malu terhadap fisiknya dikarenakan merasa tidak puas dengan tubuh yang di miliknya (Nindita, 2018).

Kepercayaan diri masih kerap menjadi masalah bagi individu. Ketidakpercayaan diri akibat bentuk tubuh yang dirasa tidak keinginan dapat memunculkan perasaan tidak puas (Fernando, 2019).

Ogden (2010) dalam Nindita (2018) mengatakan ada beberapa faktor penentu dari munculnya perasaan tidak puas tersebut yaitu dari faktor sosial, etnis, kepercayaan, kelas sosial, faktor psikologis, hubungan ibu – anak, keluarga dan kontrol peran. Faktor sosial menjadi salah satu yang berpengaruh pada ketidakpercayaan diri.

Menurut Kartikasari (2020) dukungan sosial dapat membantu seseorang yang sedang mengalami tekanan merasa lebih positif tentang diri mereka sendiri.

Penelitian ini bertujuan ini untuk menemukan apakah dukungan sosial dan kepercayaan diri terhadap *body dissatisfaction* wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram.

## **METODE**

Metode penelitian yang di gunakan memakai penelitian secara kuantitatif dengan menggunakan *desain analitik* melalui pendekatan *cross sectiona*. *Data yang dikumpulkan menggunakan metode kuesioner* dengan cara pendekatan dan observasi. Penelitian ini dilakukan di STIKes Widya Dharma Husada Tangerang. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Juni - Juli 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi keperawatan semester 6 sebanyak 218 responden. Jumlah sampel yang digunakan yaitu 103 responden dengan menggunakan rumus *Issacc Michael*. Dimana Sample yang diambil menggunakan cara *stratified random sampling* dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi.

## HASIL

### Analisa Univariat

Tabel 1. Karakteristik Usia Responden (n=103)

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
18-19 Tahun	6	5.8
20-21 Tahun	75	72.8
22-23 Tahun	22	21.4
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden berusia 20-21 tahun sebanyak 75 responden (72,8%).

Tabel 2. Karakteristik IMT Responden (n=103)

IMT	Frekuensi	Persentase (%)
Kurus	16	15.5
Normal	68	66.0
Gemuk	19	18.4
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2 bahwa lebih dari setengahnya responden memiliki indeks massa tubuh normal sebanyak 68 responden (66,02%).

Tabel 3. Akses Instagram Dalam Sehari (n=103)

Akses	Frekuensi	Persentase (%)
1-2 Kali	33	32.0
3-4 Kali	15	14.6
>5 Kali	55	53.4
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 3 bahwa lebih dari setengahnya responden mengakses instagram lebih dari 5 kali dalam sehari sebanyak 55 responden (53,4%).

Tabel 4. Unggah Foto/Video Ke Instagram Dalam Sehari (n=103)

Unggah	Frekuensi	Persentase (%)
1-2 Kali	86	83.5
3-4 Kali	9	8.7
>5 Kali	8	7.8
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 4 bahwa sebagian besar responden mengunggah foto/video ke instagram 1-2 kali dalam sehari yaitu sebanyak 86 responden (83,5%).

Tabel 5. Frekuensi Dukungan Sosial (n=103)

Dukungan Sosial	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	4	3.9
Sedang	92	89.3
Tinggi	7	6.8
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5 bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial yang sedang sebanyak 92 responden (89,3%).

Tabel 6. Frekuensi Kepercayaan Diri (n=103)

Kepercayaan Diri	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	4	3.9
Sedang	81	78.6
Tinggi	18	17.5
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 6 bahwa hampir setengahnya responden memiliki kepercayaan diri yang sedang sebanyak 81 responden (47,6%).

Tabel 7. Frekuensi *Body Dissatisfaction*(n=103)

<i>Body Dissatisfaction</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	10	9.7
Sedang	91	88.3
Tinggi	2	1.9
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 7 bahwa sebagian besar responden memiliki *body dissatisfaction* yang sedang sebanyak 91 responden (88,3%).

#### a. Analisis bivariat

Tabel 8. Hasil uji Gamma hubungan dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram sebanyak (n=103).

Dukungan Sosial	Kepercayaan Diri								P Value	Correlation Coefficient
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
<b>Rendah</b>	1	1	3	2,9	0	0	4	3,9	0,261	0,328
<b>Sedang</b>	1	1	77	74,7	14	13,6	92	89,3		
<b>Tinggi</b>	2	1,9	1	1	4	3,9	7	6,8		
<b>Total</b>	4	3,9	81	78,6	18	17,5	103	100		

Tabel 9. Hasil Uji *Gamma* hubungan Dukungan Sosial Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram (n=103) P Value 0.261

Dukungan Sosial	<i>Body Dissatisfaction</i>								P Value	Correlation Coefficient
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
<b>Rendah</b>	0	0	4	3,9	0	0	4	3,9	0,903	0,059
<b>Sedang</b>	9	8,7	82	79,6	1	1	92	89,3		
<b>Tinggi</b>	1	1	5	4,8	1	1	7	6,8		
<b>Total</b>	10	9,7	91	88,3	2	2	103	100		

Tabel 10. Hasil Uji *Gamma* hubungan Kepercayaan Diri Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram (n=103) P Value 0.903

Kepercayaan Diri	<i>Body Dissatisfaction</i>								P Value	Correlation Coefficient
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
<b>Rendah</b>	1	1	2	1,9	1	1	4	3,9	0,185	-0,456
<b>Sedang</b>	5	4,8	75	72,8	1	1	81	78,6		
<b>Tinggi</b>	4	3,9	14	13,6	0	0	18	17,5		
<b>Total</b>	10	9,7	91	88,3	2	2	103	100		

Berdasarkan tabel 8. Dari hasil uji statistik didapatkan hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri didapatkan nilai p-value = 0,261 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol diterima sehingga tidak ada korelasi antara variabel dukungan sosial dengan kepercayaan diri. Berdasarkan tabel 9. hasil analisis uji statistik bahwa antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* nilai p-value sebesar = 0,903 ( $p < 0,05$ ) dapat dikatakan bahwa hipotesis nol diterima yaitu tidak ada hubungan antara variabel dukungan sosial dengan *body dissatisfaction*. Berdasarkan tabel 10. hasil analisis uji statistik antara kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* didapatkan nilai p-value = 0,185 ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol diterima yaitu tidak ada korelasi antara variabel kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction*.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Usia Responden

Berdasarkan analisis yang dilakukan, didapatkan bahwa usia wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya responden berusia 20 – 21 tahun yaitu sebanyak 75 responden (72,8%) dan hamper tidak ada responden yang berusia 18-19 tahun yaitu sebanyak 6 orang (5,8%).

Menurut oleh teori Santrock (2012) dewasa awal berlangsung antara usia 18-25 tahun. Pada usia ini, individu mengalami berbagai permasalahan dalam banyak aspek seperti percintaan, keluarga, pertemanan, pekerjaan dan dituntut menyesuaikan diri terhadap lingkungannya dengan cepat / proses mencari jati diri.

#### b. Indeks Massa Tubuh (IMT)

Dari hasil analisis didapatkan bahwa IMT wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden paling banyak memiliki IMT yang normal sebanyak 68 responden (66,02%) dan sebagian kecil responden yang memiliki IMT kurus yaitu sebanyak 16 responden (15,53%).

Menurut penelitian Hermawan (2017) menyebutkan mahasiswa dominan memiliki IMT normal karena dipengaruhi pola makan, jenis makanan, tingkat aktivitas fisik, mempertahankan berat badan ideal dan usia.

#### c. Akses Instagram Dalam Sehari

Dari hasil analisis didapatkan bahwa wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram mengakses instagram dalam sehari sebagian besar lebih dari 5 kali

dengan presentase sebanyak 55 responden (53,4%) dan sebagian kecil 3-4 kali dalam sehari sebanyak 15 responden (14,6%).

Menurut sumber dari Kominfo (2013) bahwa jenis media sosial yang banyak digunakan saat ini adalah media sosial yang berbasis foto seperti Instagram (35%), Facebook (68%), dan Snapchat (27%).

d. **Unggah Foto/Video Ke Instagram Dalam Sehari**

Didapatkan bahwa sebagian besar responden mengunggah foto/video ke instagram 1-2 kali dalam sehari sebanyak 86 responden (83,5%) dan sebagian kecil responden lebih dari 5 kali dalam sehari sebanyak 8 responden (7,8%).

Menurut penelitian Lestari dkk (2015) alasan individu mengunggah foto atau video ke dalam instagram yaitu untuk mengabadikan momen-momen dan mendapat atensi berupa komentar dan *like*.

**2. Dukungan Sosial**

Dari hasil analisis didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial yang sedang yaitu sebanyak 92 responden (89,3%) dan hampir tidak ada responden yang memiliki dukungan sosial yang rendah sebanyak 4 responden (3,9%). Menurut penelitian Nindita (2018) dukungan sosial memainkan peranan yang signifikan dalam memberi bantuan kepada individu dalam menghadapi masalahnya, berupa pemberian informasi, bantuan instrumen, penilaian positif yang melibatkan emosi.

**3. Kepercayaan Diri**

Dari hasil analisis didapatkan bahwa hampir setengah responden memiliki kepercayaan diri yang sedang yaitu sebanyak 81 responden (47,6%) dan hampir tidak ada yang memiliki kepercayaan diri yang rendah sebanyak 4 responden (3,9%).

Menurut penelitian Syam dan Amri (2017) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang cukup lebih mudah dalam melakukan interaksi dengan orang lain, dapat menyampaikan pendapat tanpa keraguan, dapat menghargai pendapat orang lain, serta mampu bertindak dan berpikir positif dalam mengambil keputusan.

**4. Body Dissatisfaction**

Dari hasil analisis didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki *body dissatisfaction* yang sedang yaitu sebanyak 91 responden (88,3%) dan hampir tidak ada responden yang memiliki *body dissatisfaction* tinggi sebanyak 2 responden (1,9%).

Menurut penelitian Nisa (2021) menyebutkan bahwa *body dissatisfaction* adalah sikap serta penilaian negatif individu mengenai kondisi tubuh yang dimiliki, dimana individu merasa tubuhnya tidak ideal dan perlu ditutupi.

**5. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri**

Hasil analisis didapatkan bahwa tidak ada responden yang memiliki dukungan sosial rendah dengan *body dissatisfaction* tinggi dan rendah. Pada dukungan sosial sedang hampir tidak ada responden dengan *body dissatisfaction* tinggi sebanyak 1 responden (1%) dan sebagian kecil memiliki *body dissatisfaction* rendah sebanyak 9 responden (8,7%). Sedangkan dukungan sosial sedang dengan *body dissatisfaction* sedang sebagian besar memiliki 82 responden (79,6%). Pada dukungan sosial tinggi hampir tidak ada responden dengan *body dissatisfaction* tinggi adalah 1 responden (1%) dan 1 responden (1%) memiliki *body dissatisfaction* rendah.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Gamma* diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,903 < \alpha 0,05$ . Maka  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi yang bermakna antara korelasi dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram di STIKes Widya Dharma Husada Tangerang.

#### 6. Hubungan Dukungan Sosial dengan *Body Dissatisfaction*

Hasil analisis diatas diperoleh bahwa hampir tidak ada responden yang memiliki kepercayaan diri rendah dengan *body dissatisfaction* tinggi dan rendah adalah masing-masing 1 responden (1%). Pada kepercayaan diri sedang hampir tidak ada responden dengan *body dissatisfaction* tinggi adalah 1 responden (1%) dan sebanyak 5 responden (4,8%) memiliki *body dissatisfaction* rendah. Sedangkan responden yang memiliki kepercayaan diri sedang dengan *body dissatisfaction* sedang lebih dari setengahnya responden yaitu sebanyak 75 responden (72,8%). Pada kepercayaan diri tinggi hampir tidak ada responden dengan *body dissatisfaction* tinggi dan sebanyak 4 responden (3,9%) memiliki *body dissatisfaction* rendah.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Gamma* diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,185 < \alpha 0,05$ . Maka  $H_0$  ditolak dapat disimpulkan, tidak ada korelasi yang bermakna antara korelasi kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram.

#### 7. Hubungan Kepercayaan Diri dengan *Body Dissatisfaction*

Hasil analisis diatas diperoleh bahwa hampir tidak ada responden yang memiliki kepercayaan diri rendah dengan *body dissatisfaction* tinggi dan rendah adalah masing-masing 1 responden (1%). Pada kepercayaan diri sedang hampir tidak ada responden dengan *body dissatisfaction* tinggi adalah 1 responden (1%) dan sebanyak 5 responden (4,8%) memiliki *body dissatisfaction* rendah. Sedangkan responden yang memiliki kepercayaan diri sedang dengan *body dissatisfaction* sedang lebih dari setengahnya responden yaitu sebanyak 75 responden (72,8%). Pada kepercayaan diri tinggi hampir tidak ada responden dengan *body dissatisfaction* tinggi dan sebanyak 4 responden (3,9%) memiliki *body dissatisfaction* rendah.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Gamma* diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,185 < \alpha 0,05$ . Maka  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi yang bermakna antara korelasi kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram.

### KESIMPULAN

1. Gambaran karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa hampir seluruhnya berusia 20-21 tahun dengan jumlah 75 responden (72,8%) dan sebagian kecil responden berusia 18-19 tahun sebanyak 6 responden (5,8%). Sedangkan berdasarkan IMT menunjukkan indeks massa tubuh normal sebanyak 68 responden (66,02%) lalu responden dengan tubuh gemuk sebanyak 19 responden (18,45%) dan paling sedikit responden yang memiliki tubuh kurus yaitu sebanyak 16 responden (15,53%). Sedangkan gambaran karakteristik responden berdasarkan akses instagram dalam sehari menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden mengakses instagram lebih dari 5 kali dalam sehari dengan jumlah 55 responden (53,4%) dan sebagian kecil 3-4 kali dalam sehari sebanyak 15 responden (14,6%) dan berdasarkan unggah



foto/video ke instagram dalam sehari menunjukkan bahwa hampir seluruh responden mengunggah foto/video ke instagram sebanyak 1-2 kali dalam sehari dengan jumlah 86 responden (83,5%) dan sebagian kecil responden mengunggah foto/video ke instagram lebih dari 5 kali dalam sehari sebanyak 8 responden (7,8%).

2. Gambaran dukungan sosial pada wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki dukungan sosial sedang dengan jumlah 92 responden (89,3%) dan sebagian kecil memiliki dukungan sosial rendah dengan jumlah 4 responden (3,9%).
3. Gambaran kepercayaan diri pada wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki kepercayaan diri sedang dengan jumlah 81 responden (47,6%) dan sebagian kecil memiliki kepercayaan diri rendah dengan jumlah 4 responden (3,9%).
4. Gambaran *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki *body dissatisfaction* sedang dengan jumlah 91 responden (88,3%) dan sebagian kecil memiliki *body dissatisfaction* tinggi dengan jumlah 2 responden (1,9%).
5. Tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram menunjukkan bahwa nilai ( $p\text{-value} = 0,261$ ) maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.
6. Tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram menunjukkan bahwa nilai ( $p\text{-value} = 0,903$ ) maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.
7. Tidak ada hubungan antara kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram, menunjukkan bahwa nilai ( $p\text{-value} = 0,185$ ) disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ambarini, N, A. 2019. Body Dissatisfavtion (Ketidakpuasan Tubuh) Ditinjau Dari Intensitas Pengguna Instagram Dan Jenis Kelamin. Skripsi thesis, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Databoks. 2021. Masyarakat Indonesia paling banyak akses youtube pada semester I-2021. <https://databoks.katadata.co.id>
- Fernando, M., L. (2019). Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 07 (01), 101- 118. <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/6369>
- Hasanah, U., Pratiwi, R, D., Holiday. Marsiwi, A, R., Ardi, B., & Nabillah, Y. 2020. The correlation between instagram social media and self-esteem in adolescents of grade xii culinary art department of state vocational high school 2 depok. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, volume 584.
- Hermawan, B, V. 2019. Gambaran Indeks Massa Tubuh Mahasiswa DIV Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. <http://repository2.unw.ac.id>
- Kartikasari, Y, E. 2020. Hubungan body image dan dukungan sosial terhadap penerimaan diri pada mahasiswa fakultas psikologi universitas muhammadiyah surakarta. <http://eprints.ums.ac.id>.



- Kominfo. 2013. Kominfo: Pengguna Internet di Indonesia 63 Juta Orang. <https://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3415/Kominfo+%3A+Pengguna+Internet+di+Indonesia+63+Juta+Orang>
- Lestari, L., Gelgel, N., & Pradipta, A. 2017. Motif Mengunggah Foto Selfie Ke Dalam Media Sosial Instagram Di Kalangan Remaja SMAN 1 Denpasar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ilmu Komunikasi*, Vol.1 No.1.
- Nindita, M. 2018. Hubungan dukungan sosial dengan body dissatisfaction pada remaja awal putri. <https://dspace.uui.ac.id>.
- Nisa, S, R. 2021. Hubungan *Social Comparison Dengan Body Dissatisfaction Pada Pengguna Instagram Dewasa Awal Di Kota Malang*. <http://etheses.uin-malang.ac.id>
- Puspitasari, A, I. 2017. Hubungan *social comparison dan body dissatisfaction pada remaja perempuan*. <https://repository.unair.ac.id>.
- Santrock, J, W. 2011. *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)* Jakarta: Erlangga.
- Syam, A., & Amri. 2017. Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Biotek* Vol.5 No.1