

HUBUNGAN ANTARA *THIN IDEAL INTERNALIZATION* DENGAN *BODY DISSATISFACTION* PADA WANITA *EMERGING ADULTHOOD* PENGGUNA TIKTOK

Mutya Dwi Subekti¹, Fikrotul Hanifah²

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia^{1,2}

e-mail: mutyadwi@students.unnes.ac.id, fikrotul.hanifah@mail.unnes.ac.id

Diterima: 23/06/2026; Direvisi: 14/07/2026; Diterbitkan: 28/09/2026

ABSTRAK

Thin ideal internalization merupakan proses internalisasi standar kecantikan yang menekankan tubuh kurus atau ramping, sedangkan *body dissatisfaction* merupakan evaluasi negatif dan ketidakpuasan individu terhadap bentuk atau ukuran tubuhnya. Paparan konten mengenai standar kecantikan di media sosial, termasuk TikTok, diduga berkaitan dengan kedua konstruk tersebut. Meskipun penelitian sebelumnya telah menunjukkan hubungan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction*, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan kedua variabel tersebut pada wanita dalam tahap *emerging adulthood* pengguna TikTok masih terbatas, terutama dalam konteks media sosial berbasis video pendek. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita *emerging adulthood* pengguna TikTok. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional *cross-sectional*. Partisipan penelitian berjumlah 251 wanita berusia 18–25 tahun yang menggunakan TikTok minimal satu jam per hari, pernah melihat konten mengenai penampilan, bentuk tubuh, atau kecantikan, serta mengikuti akun *influencer* terkait penampilan dan gaya hidup. Partisipan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. *Thin ideal internalization* diukur menggunakan *Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire–Social Media Scale* (SATAQ-SM), sedangkan *body dissatisfaction* diukur menggunakan *Body Shape Questionnaire-16A* (BSQ-16A). Data dianalisis menggunakan korelasi Pearson Product-Moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita *emerging adulthood* pengguna TikTok. Tingkat *thin ideal internalization* yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat *body dissatisfaction* yang lebih tinggi. Temuan ini memperkuat bukti empiris mengenai keterkaitan kedua konstruk dalam konteks wanita *emerging adulthood* pengguna TikTok dan menegaskan pentingnya sikap kritis terhadap standar penampilan yang ditampilkan di media sosial.

Kata Kunci: *Thin Ideal Internalization, Body Dissatisfaction, TikTok*

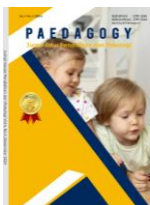
ABSTRACT

Thin ideal internalization refers to the process of internalizing beauty standards that emphasize a thin or slender body, whereas *body dissatisfaction* refers to negative evaluations of and dissatisfaction with one's body shape or size. Exposure to beauty standards presented on social media, including TikTok, may be associated with both constructs. Although previous studies have demonstrated a relationship between *thin ideal internalization* and *body dissatisfaction*, research specifically examining this relationship among women in emerging adulthood who use TikTok remains limited, particularly in the context of short-form video-based social media. Therefore, this study aimed to examine the relationship between *thin ideal internalization* and

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi



<https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1>



body dissatisfaction among women in emerging adulthood who use TikTok. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional correlational design. The participants were 251 women aged 18–25 years who used TikTok for at least one hour per day, had been exposed to content related to appearance, body shape, or beauty, and followed influencer accounts related to appearance and lifestyle. Participants were selected using purposive sampling. *Thin ideal internalization* was measured using the *Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire–Social Media Scale* (SATAQ-SM), whereas *body dissatisfaction* was measured using the *Body Shape Questionnaire-16A* (BSQ-16A). Data were analyzed using Pearson Product-Moment correlation. The results indicated a strong and significant positive relationship between *thin ideal internalization* and *body dissatisfaction* among women in emerging adulthood who use TikTok. Higher levels of *thin ideal internalization* were associated with higher levels of *body dissatisfaction*. These findings strengthen the empirical evidence regarding the relationship between the two constructs in the context of women in emerging adulthood who use TikTok and highlight the importance of critically evaluating appearance standards presented on social media.

Keywords: *Thin Ideal Internalization, Body Dissatisfaction, TikTok*

PENDAHULUAN

TikTok merupakan salah satu media sosial yang banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia, khususnya kelompok usia dewasa muda. Kondisi tersebut berada dalam konteks penggunaan internet yang semakin luas di Indonesia sebagaimana dipotret dalam Survei Internet APJII 2025 (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2025). DataReportal (2025) mencatat bahwa Indonesia memiliki sekitar 180 juta pengguna TikTok, dengan 30,7% pengguna berada pada rentang usia 18–24 tahun dan 50,8% merupakan pengguna wanita. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa TikTok menjadi salah satu ruang digital yang relevan bagi wanita pada tahap *emerging adulthood*. Menurut Arnett (2000), *emerging adulthood* merupakan tahap perkembangan yang berlangsung dari akhir masa remaja hingga usia dua puluhan dan ditandai oleh eksplorasi identitas, ketidakstabilan, serta proses pembentukan arah kehidupan yang lebih mandiri. Berbeda dengan media sosial yang lebih bergantung pada akun yang secara aktif diikuti pengguna, TikTok menyediakan konten melalui sistem rekomendasi *For You Page* (FYP) berdasarkan aktivitas dan interaksi pengguna. Sistem ini memungkinkan pengguna berulang kali menemukan konten dengan tema serupa meskipun tidak secara langsung mengikuti akun pembuat konten tersebut (Rahmania et al., 2025). Salah satu jenis konten yang banyak ditemukan berkaitan dengan penampilan, kecantikan, bentuk tubuh, *fitness*, dan gaya hidup.

Konten berbasis penampilan menjadi relevan karena media sosial sering menampilkan representasi tubuh dan kecantikan tertentu sebagai sesuatu yang ideal. Konten kecantikan di media sosial, misalnya, kerap menonjolkan karakteristik seperti tubuh ramping, kulit cerah, wajah mulus, serta penampilan fisik yang mengikuti tren kecantikan tertentu (Wiana et al., 2025). Standar kecantikan yang berkembang di masyarakat dapat memberikan konsekuensi bagi perempuan, terutama ketika karakteristik fisik tertentu diposisikan sebagai tolok ukur penampilan yang ideal (Chinta et al., 2023; Riswana et al., 2023). Di luar aspek psikologis, praktik kecantikan juga berkaitan dengan penggunaan produk kosmetik yang dalam kajian kesehatan dapat memiliki risiko tertentu apabila mengandung bahan sintesis berbahaya (Alnuqaydan, 2024). Paparan berulang terhadap representasi tersebut dapat menjadikan standar penampilan tertentu semakin menonjol sebagai acuan dalam mengevaluasi diri. Kondisi ini



penting pada wanita dalam tahap *emerging adulthood* karena periode tersebut merupakan masa eksplorasi identitas dan pembentukan evaluasi diri yang lebih mandiri (Arnett, 2000). Dalam proses tersebut, penampilan fisik dapat menjadi salah satu aspek yang turut dievaluasi individu (Dinaya, 2023).

Ketika standar tubuh ideal yang ditampilkan di media sosial digunakan sebagai acuan dalam mengevaluasi diri, individu dapat membandingkan kondisi tubuh aktual dengan gambaran tubuh yang dianggap ideal. Ketidaksesuaian antara tubuh yang dimiliki dan tubuh yang dianggap ideal dapat berkaitan dengan munculnya *body dissatisfaction*. *Body dissatisfaction* merupakan ketidakpuasan atau evaluasi negatif terhadap bentuk, ukuran, atau penampilan tubuh karena adanya kesenjangan antara persepsi terhadap tubuh aktual dan tubuh ideal (Ogden, 2012). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan keterkaitan antara penggunaan media sosial, internalisasi *thin ideal*, *body dissatisfaction*, dan kecenderungan perilaku makan yang terganggu (Aparicio-Martinez et al., 2019). Kondisi ini penting dikaji karena *body dissatisfaction* dapat berkaitan dengan berbagai konsekuensi psikologis dan perilaku, seperti rendahnya *self-esteem*, kecemasan, depresi, *body checking*, perilaku diet ekstrem, serta gangguan makan (Nisa, 2021; Riswari et al., 2023).

Namun, paparan terhadap standar tubuh ideal tidak selalu menghasilkan tingkat *body dissatisfaction* yang sama pada setiap individu. Salah satu proses psikologis yang menjelaskan perbedaan tersebut adalah *thin ideal internalization*, yaitu penerimaan standar tubuh kurus atau *ramping* sebagai standar ideal pribadi (Thompson & Stice, 2001). Internalisasi ini mencerminkan proses ketika pesan sosiokultural mengenai penampilan dari lingkungan dan media tidak hanya dikenali, tetapi juga diterima sebagai tujuan dan acuan dalam mengevaluasi tubuh (Thompson et al., 2004; Thompson et al., 2012). Ketika standar tersebut menjadi acuan pribadi, kesenjangan antara tubuh aktual dan tubuh ideal dapat berkaitan dengan evaluasi tubuh yang lebih negatif. Bukti longitudinal menunjukkan keterkaitan antara internalisasi ideal media, perbandingan sosial, dan *body dissatisfaction* (Rodgers et al., 2015), sedangkan tinjauan sistematis dan meta-analisis menunjukkan hubungan yang konsisten antara internalisasi bentuk tubuh ideal dan *body dissatisfaction* (Paterna et al., 2021).

Sejumlah penelitian sebelumnya mendukung keterkaitan antara kedua konstruk tersebut. Hutabarat (2020) menemukan bahwa tingkat *thin ideal internalization* yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat *body dissatisfaction* yang lebih tinggi. Denfiana dan Nawangsih (2024) juga menemukan hubungan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna Instagram. Selain itu, Hanifah dan Halimah (2025) menemukan keterkaitan *thin ideal internalization* dengan *body dissatisfaction* pada *emerging adult beauty enthusiast* di Kota Bandung. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa internalisasi standar tubuh ideal merupakan konstruk yang relevan dalam memahami ketidakpuasan tubuh, tetapi bukti yang tersedia masih banyak berasal dari konteks media sosial selain TikTok atau kelompok partisipan yang tidak secara khusus mengintegrasikan karakteristik perkembangan *emerging adulthood* dengan penggunaan TikTok.

Dalam konteks TikTok, keterkaitan media sosial dengan evaluasi tubuh juga telah mulai mendapat perhatian. Rahma dan Qodariah (2022) mengkaji peran *self-esteem* terhadap *body image* pada remaja akhir putri pengguna TikTok, sedangkan Suka et al. (2024) menunjukkan bahwa TikTok juga menjadi ruang berkembangnya wacana *body positivity*, khususnya terkait representasi wanita *plus size* di Indonesia. Temuan tersebut menunjukkan bahwa TikTok dapat menjadi ruang yang menampilkan beragam pesan mengenai tubuh, mulai dari standar penampilan ideal hingga narasi penerimaan terhadap keberagaman bentuk tubuh. Namun,



penelitian yang secara khusus menguji hubungan *thin ideal internalization* dengan *body dissatisfaction* pada wanita *emerging adulthood* pengguna TikTok masih terbatas.

Kesenjangan penelitian ini karena itu tidak hanya terletak pada perbedaan platform media sosial. TikTok memiliki karakteristik konsumsi konten melalui FYP yang memungkinkan pengguna menerima konten serupa secara berulang tanpa harus secara sengaja mencari atau mengikuti sumber konten tersebut (Rahmania et al., 2025). Pada saat yang sama, wanita dalam tahap *emerging adulthood* berada pada periode eksplorasi identitas dan pembentukan konsep diri (Arnett, 2000), sehingga evaluasi terhadap penampilan dapat menjadi bagian yang relevan dalam perkembangan dirinya. Wahyuni et al. (2024) menunjukkan bahwa wanita pada masa *emerging adulthood* memiliki tingkat *body dissatisfaction* yang lebih tinggi dibandingkan perempuan pada masa remaja. Selain itu, wanita juga cenderung mengalami tekanan yang lebih besar berkaitan dengan standar tubuh ideal dibandingkan pria (BR Sembiring, 2024). Dengan demikian, penting untuk menguji apakah *thin ideal internalization* berkaitan dengan *body dissatisfaction* pada wanita *emerging adulthood* yang menggunakan TikTok sebagai lingkungan media sosial berbasis video pendek dan rekomendasi konten.

Novelty penelitian ini terletak pada penggabungan tiga konteks yang saling berkaitan, yaitu karakteristik penggunaan TikTok, karakteristik perkembangan wanita pada tahap *emerging adulthood*, dan proses psikologis *thin ideal internalization* dalam memahami *body dissatisfaction*. Fokus ini membedakan penelitian dari studi terdahulu yang lebih banyak dilakukan pada pengguna Instagram atau pada kelompok dewasa awal tanpa secara khusus menempatkan penggunaan TikTok dan tahap *emerging adulthood* dalam satu konteks penelitian. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperluas bukti empiris mengenai hubungan antara internalisasi standar tubuh ideal dan ketidakpuasan tubuh dalam konteks penggunaan media sosial berbasis video pendek.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita *emerging adulthood* pengguna TikTok. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai *body image*, khususnya keterkaitan antara internalisasi standar tubuh ideal dan ketidakpuasan terhadap tubuh dalam konteks penggunaan TikTok. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pengguna media sosial untuk lebih kritis dalam mengevaluasi konten yang berkaitan dengan standar kecantikan dan penampilan. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita *emerging adulthood* pengguna TikTok, yaitu tingkat *thin ideal internalization* yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat *body dissatisfaction* yang lebih tinggi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional *cross-sectional*. Pengumpulan data dilakukan melalui survei daring dalam satu periode pengambilan data. Desain korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita *emerging adulthood* pengguna TikTok. Desain ini memungkinkan peneliti mengidentifikasi keterkaitan antara kedua variabel, tetapi tidak digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat karena seluruh data dikumpulkan pada satu waktu pengukuran.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan karakteristik yang sesuai



dengan tujuan penelitian (Subhaktiyasa, 2024). Partisipan harus memenuhi kriteria: (1) wanita berusia 18–25 tahun, (2) menggunakan TikTok minimal 1 jam per hari, (3) pernah melihat konten TikTok mengenai penampilan, bentuk tubuh, atau kecantikan, dan (4) mengikuti akun *influencer* yang berkaitan dengan model, *beauty*, *fashion*, diet, *sport*, *health*, atau *exercise*. Rekrutmen dilakukan secara daring melalui WhatsApp, Instagram, TikTok, dan X/Twitter. Sebelum mengisi kuesioner, seluruh partisipan memberikan *informed consent* yang memuat tujuan penelitian, kerahasiaan data, sifat sukarela partisipasi, dan hak untuk menghentikan keikutsertaan tanpa konsekuensi.

Penentuan jumlah sampel minimum dilakukan menggunakan *GPower* versi 3.1.9.7 untuk analisis korelasi. Perhitungan menggunakan *effect size* sebesar 0,19, tingkat signifikansi 0,05, dan *statistical power* sebesar 0,80 sehingga diperoleh kebutuhan sampel minimum sebanyak 215 partisipan. **Nilai *effect size* 0,19 ditetapkan berdasarkan [cantumkan penelitian terdahulu, meta-analisis, atau sumber yang digunakan sebagai dasar perhitungan], dengan pengujian [one-tailed/two-tailed sesuai pengaturan *GPower*].** Penelitian ini memperoleh 251 partisipan yang memenuhi kriteria sehingga jumlah sampel yang digunakan telah melebihi kebutuhan minimum yang ditetapkan. Data penelitian selanjutnya dikumpulkan menggunakan kuesioner daring melalui Google Form.

Variabel *thin ideal internalization* merujuk pada sejauh mana individu menerima dan menginternalisasi standar tubuh kurus atau ramping sebagai standar penampilan ideal. Variabel ini diukur menggunakan *Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire–Social Media Scale* atau SATAQ-SM versi Indonesia yang digunakan oleh Halik et al. 2025. SATAQ-SM terdiri atas 30 item yang mencakup dimensi informasi, tekanan, internalisasi standar kecantikan, dan internalisasi atletik. Setiap item dinilai menggunakan skala Likert lima poin, mulai dari 1 untuk Sangat Tidak Setuju hingga 5 untuk Sangat Setuju. Dalam penelitian ini, pengukuran *thin ideal internalization* difokuskan pada dimensi internalisasi yang merepresentasikan penerimaan standar penampilan sebagai acuan pribadi, sedangkan dimensi informasi dan tekanan diperlakukan sebagai aspek sosiokultural yang berbeda secara konseptual. Halik et al. 2025 melaporkan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,926, sedangkan reliabilitas instrumen pada sampel penelitian ini diperiksa kembali menggunakan koefisien Cronbach's Alpha.

Variabel *body dissatisfaction* merujuk pada ketidakpuasan atau evaluasi negatif individu terhadap bentuk, ukuran, atau penampilan tubuhnya. Variabel ini diukur menggunakan *Body Shape Questionnaire-16A* (BSQ-16A) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Permanansari dan Arbi (2022). BSQ-16A terdiri atas 16 item yang mengukur kekhawatiran dan ketidakpuasan individu terhadap bentuk tubuh dengan enam pilihan jawaban, yaitu 1 = Tidak Pernah hingga 6 = Selalu. Permanansari dan Arbi (2022) melaporkan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,922. Reliabilitas BSQ-16A pada sampel penelitian ini juga diperiksa kembali menggunakan Cronbach's Alpha untuk memastikan konsistensi internal instrumen.

Kategorisasi skor digunakan untuk memberikan gambaran deskriptif mengenai tingkat *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada partisipan. Tingkat kedua variabel dikelompokkan ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi berdasarkan mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik. Batas skor setiap kategori ditentukan secara konsisten berdasarkan pedoman kategorisasi yang digunakan dalam penelitian. Kategorisasi ini hanya digunakan untuk menggambarkan distribusi partisipan, sedangkan pengujian hipotesis tetap menggunakan skor kontinu masing-masing variabel.



Analisis data dilakukan menggunakan Jamovi versi 2.4.14. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik partisipan serta distribusi skor melalui nilai *mean*, standar deviasi, skor minimum, dan skor maksimum. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan pemeriksaan asumsi yang meliputi normalitas, linearitas, dan *outlier*. Normalitas diperiksa menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, sedangkan linearitas hubungan antara kedua variabel diperiksa melalui *scatterplot* dan uji linearitas. Pemeriksaan *outlier* dilakukan untuk mengidentifikasi skor ekstrem yang berpotensi memengaruhi hasil analisis korelasi. Setelah seluruh asumsi terpenuhi, hubungan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* dianalisis menggunakan korelasi Pearson Product-Moment dengan melaporkan koefisien korelasi, nilai *p*, dan 95% *confidence interval*. Hasil analisis diinterpretasikan sebagai hubungan antarvariabel dan tidak digunakan untuk menyimpulkan hubungan kausal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Demografi partisipan

Kategori	Uraian	N	%
Usia	18 tahun	18	7,17%
	19 tahun	21	8,37%
	20 tahun	34	13,55%
	21 tahun	44	17,53%
	22 tahun	70	27,89%
	23 tahun	36	14,34%
	24 tahun	15	5,98%
	25 tahun	13	5,18%
Durasi Penggunaan TikTok	1–3 jam/hari	105	41,83%
	≥3 jam/hari	146	58,17%
Frekuensi Penggunaan TikTok	Hanya membuka beberapa hari sekali	0	0%
	Satu kali sehari	32	12,75%
	Setiap beberapa jam	168	66,93%
	Setiap jam	51	20,32%
Kategori Konten	<i>Beauty/Makeup</i>	191	76,10%
	<i>Sport/Health</i>	117	46,61%
	<i>Diet/Exercise/Fitness</i>	114	45,42%
	<i>Fashion</i>	171	68,13%
BMI	Kurus	42	16,74%
	Normal	118	47,01%
	Gemuk	86	34,26%
	Obesitas	5	1,99%

Tabel 1 menunjukkan bahwa partisipan penelitian didominasi oleh wanita pada awal usia dua puluhan dengan intensitas penggunaan TikTok yang relatif tinggi. Pola penggunaan tersebut menunjukkan bahwa TikTok merupakan bagian yang cukup rutin dalam aktivitas sehari-hari partisipan. Jenis konten yang diikuti didominasi oleh konten yang berkaitan dengan penampilan, khususnya kecantikan dan *fashion*, meskipun partisipan dapat mengikuti lebih dari satu kategori konten. Sementara itu, karakteristik BMI partisipan cukup beragam, sehingga sampel penelitian tidak hanya berasal dari satu kelompok kondisi tubuh tertentu.



Tabel 2. Deskripsi Skor Variabel *Thin Ideal Internalization* dan *Body Dissatisfaction*

Variabel	Skor yang diperoleh (empirik)				Skor yang diperoleh (hipotetik)			
	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax
<i>Thin Ideal Internalization</i>	106	23,1	48	135	90	20	30	150
<i>Body Dissatisfaction</i>	64	17,5	17	86	56	13,3	16	

Berdasarkan tabel 2, skor empiris pada kedua variabel menunjukkan kecenderungan yang lebih tinggi dibandingkan skor hipotetiknya. Hal ini mengindikasikan bahwa secara umum partisipan memiliki tingkat *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* yang relatif lebih tinggi daripada nilai tengah teoritis masing-masing instrumen. Rentang skor empiris juga menunjukkan adanya variasi respons antarpartisipan, meskipun tidak mencakup seluruh rentang skor hipotetik yang mungkin diperoleh..

Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Thin Ideal Internalization*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	20	7,97%
Sedang	109	43,43%
Tinggi	122	48,61%
Total	251	100%

Berdasarkan tabel 3, distribusi *thin ideal internalization* menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan berada pada kategori sedang hingga tinggi. Kategori tinggi menjadi kelompok yang paling dominan, meskipun proporsinya relatif berdekatan dengan kategori sedang. Sementara itu, hanya sebagian kecil partisipan yang berada pada kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa kecenderungan internalisasi standar tubuh ideal cukup menonjol pada partisipan penelitian.

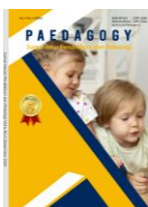
Tabel 4. Distribusi Frekuensi *Body Dissatisfaction*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	40	15,94%
Sedang	82	32,67%
Tinggi	129	51,39%
Total	251	100%

Berdasarkan tabel 4, distribusi *body dissatisfaction* menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan berada pada kategori tinggi. Kategori sedang masih mencakup sebagian partisipan, sedangkan kategori rendah menjadi kelompok dengan proporsi paling kecil. Temuan ini menunjukkan bahwa kecenderungan ketidakpuasan terhadap tubuh cukup menonjol pada partisipan penelitian.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi

Variabel	Statistik	<i>Thin Ideal Internalization</i>	<i>Body Dissatisfaction</i>
<i>Thin Ideal Internalization</i>	Pearson's <i>r</i>	—	
	<i>df</i>	—	
	<i>p</i> -value	—	
<i>Body Dissatisfaction</i>	Pearson's <i>r</i>	0,786	—



<i>df</i>	249	—
<i>p</i> -value	< 0,001	—

Berdasarkan tabel 5, hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction*. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan individu menginternalisasi standar tubuh ideal, semakin tinggi pula kecenderungan ketidakpuasan terhadap tubuh. Dengan demikian, hipotesis penelitian mengenai adanya hubungan positif antara kedua variabel didukung oleh hasil analisis. Namun, hubungan tersebut tidak dapat diartikan sebagai hubungan sebab-akibat karena penelitian menggunakan desain korelasional.

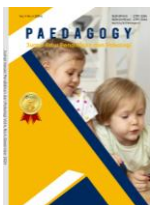
Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita emerging adulthood pengguna TikTok. Temuan ini menunjukkan bahwa individu yang semakin menerima tubuh kurus atau ramping sebagai standar penampilan pribadi cenderung memiliki evaluasi yang lebih negatif terhadap tubuhnya ketika kondisi tubuh yang dimiliki tidak sesuai dengan standar tersebut. Hal ini sejalan dengan konsep *thin ideal internalization* yang menempatkan penerimaan standar penampilan sebagai proses psikologis penting dalam pembentukan evaluasi terhadap tubuh (Thompson & Stice, 2001). Myers dan Crowther (2007) juga menunjukkan bahwa tekanan sosiokultural, internalisasi *thin ideal*, dan *self-objectification* berkaitan dengan *body dissatisfaction*, sehingga memperkuat relevansi proses internalisasi dalam memahami ketidakpuasan terhadap tubuh.

Temuan penelitian ini konsisten dengan sejumlah penelitian sebelumnya. Hutabarat (2020) menemukan keterkaitan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal, sedangkan Denfiana dan Nawangsih (2024) menemukan hubungan serupa pada wanita dewasa awal pengguna Instagram. Hanifah dan Halimah (2025) juga menunjukkan keterkaitan internalisasi tubuh ideal dengan *body dissatisfaction* pada emerging adult beauty enthusiast. Temuan tersebut diperkuat oleh Fadhila (2022), yang menunjukkan bahwa *thin ideal internalization* dan *upward social comparison* merupakan variabel yang berperan signifikan terhadap *body dissatisfaction* pada perempuan pengguna Instagram, serta Putri dan Wahyudi (2025), yang menemukan keterkaitan *internalization appearance ideal* dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa perempuan berusia 18–25 tahun.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan bukti empiris yang lebih luas. Paterna et al. (2021), melalui tinjauan sistematis dan meta-analisis, menunjukkan hubungan yang konsisten antara internalisasi bentuk tubuh ideal dan *body dissatisfaction*. Penelitian longitudinal Rodgers et al. (2015) juga menunjukkan keterkaitan antara internalisasi ideal media, perbandingan sosial, dan *body dissatisfaction*, sedangkan Aparicio-Martinez et al. (2019) menemukan keterkaitan antara media sosial, *thin ideal*, ketidakpuasan tubuh, dan sikap makan yang terganggu. Dalam konteks Indonesia, Maimunah dan Satwika (2021) juga menemukan hubungan positif antara penggunaan media sosial dan *body dissatisfaction* pada mahasiswa perempuan, sehingga menunjukkan bahwa evaluasi tubuh dalam lingkungan media sosial juga relevan pada kelompok perempuan dewasa muda.

Secara teoritis, hubungan kedua variabel dapat dipahami melalui proses ketika standar tubuh ideal digunakan sebagai acuan dalam mengevaluasi tubuh aktual. Individu yang telah menerima tubuh kurus sebagai standar ideal dapat lebih mudah membandingkan tubuhnya



dengan representasi penampilan yang dianggap ideal sehingga ketidaksesuaian yang dirasakan dapat berkaitan dengan evaluasi tubuh yang lebih negatif. De Vries et al. (2016) menunjukkan bahwa penggunaan situs jejaring sosial berkaitan dengan body dissatisfaction melalui umpan balik teman sebaya mengenai penampilan, sedangkan Tiggemann et al. (2018) menemukan bahwa paparan terhadap gambar thin ideal berkaitan dengan ketidakpuasan tubuh dan wajah pada perempuan. Penjelasan tersebut juga sejalan dengan Myers dan Crowther (2007), Paterna et al. (2021), serta Rodgers et al. (2015), tetapi appearance comparison tidak diukur secara langsung dalam penelitian ini sehingga mekanisme tersebut hanya digunakan sebagai penjelasan teoritis.

Konteks TikTok memberikan karakteristik yang lebih spesifik terhadap penelitian ini. TikTok menggunakan sistem rekomendasi For You Page yang memungkinkan pengguna menemukan konten berdasarkan aktivitas dan interaksi sebelumnya (Rahmania et al., 2025). Penelitian Pruett (2024) pada populasi dewasa muda menunjukkan keterkaitan penggunaan TikTok dengan indikator body dissatisfaction, dengan thin-ideal internalization dan perbandingan penampilan ke atas sebagai mekanisme yang relevan. Faraci (2023) juga mengkaji penggunaan TikTok dan media sosial dalam kaitannya dengan body dissatisfaction dan perilaku makan terganggu pada perempuan usia perguruan tinggi. Meskipun temuan tersebut mendukung relevansi TikTok dalam kajian citra tubuh, penelitian ini tidak mengukur algoritma FYP maupun paparan konten secara objektif sehingga TikTok tidak dapat diinterpretasikan sebagai penyebab meningkatnya thin ideal internalization atau body dissatisfaction.

Jenis konten yang diikuti partisipan juga memberikan konteks mengenai representasi penampilan yang mungkin ditemukan selama menggunakan media sosial. Konten beauty, fashion, sport, health, dan fitness dapat memuat beragam pesan mengenai bentuk tubuh, kecantikan, kesehatan, dan kebugaran. Ratwatte dan Mattacola (2019) menunjukkan bahwa konten fitspiration di YouTube memuat tema mengenai kebugaran dan penampilan serta respons pengguna yang berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap penampilan tubuh. Temuan Tiggemann et al. (2018) juga memperlihatkan bahwa karakteristik visual konten, khususnya representasi tubuh kurus ideal, lebih relevan terhadap ketidakpuasan tubuh dibandingkan sekadar jumlah respons sosial berupa likes. Namun, kategori konten dalam penelitian ini hanya digunakan sebagai data karakteristik partisipan sehingga tidak dapat ditentukan jenis konten mana yang memiliki keterkaitan dengan kedua variabel penelitian.

Karakteristik partisipan yang seluruhnya merupakan wanita berusia 18–25 tahun juga relevan dalam memahami temuan penelitian. Tahap emerging adulthood merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan eksplorasi identitas, perubahan hubungan sosial, dan pembentukan evaluasi diri yang semakin mandiri (Arnett, 2000). Dalam proses tersebut, penampilan fisik dapat menjadi salah satu aspek yang turut digunakan individu dalam membentuk penilaian terhadap dirinya. Dalam konteks perkembangan yang lebih luas, Wagner et al. (2017) menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental merupakan isu yang penting pada populasi usia muda dan bahwa gangguan internalisasi lebih banyak ditemukan pada perempuan dalam sampel remaja mereka. Meskipun penelitian tersebut tidak secara khusus menguji body dissatisfaction dan menggunakan kelompok usia yang berbeda, temuan tersebut memberikan konteks mengenai pentingnya perhatian terhadap aspek psikologis pada perempuan selama transisi perkembangan menuju dewasa.

Karakteristik BMI menunjukkan bahwa partisipan penelitian berasal dari kondisi tubuh yang beragam. Klasifikasi BMI dalam penelitian ini mengacu pada kategori yang digunakan



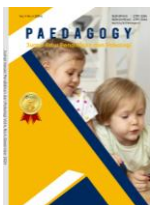
World Health Organization (2000), tetapi BMI hanya digunakan untuk menggambarkan karakteristik partisipan dan tidak dianalisis sebagai prediktor body dissatisfaction. Secara konseptual, individu dengan kondisi tubuh yang serupa tetap dapat menunjukkan evaluasi tubuh yang berbeda karena evaluasi tersebut juga berkaitan dengan standar penampilan yang digunakan sebagai acuan pribadi. Oleh karena itu, distribusi BMI tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa kategori tubuh tertentu berhubungan dengan body dissatisfaction, terlebih karena data berat dan tinggi badan diperoleh melalui laporan partisipan.

Temuan penelitian juga perlu dipahami dengan mempertimbangkan faktor psikologis dan sosial lain yang tidak diukur. Maretth et al. (2024) menunjukkan bahwa harga diri berperan dalam body dissatisfaction pada perempuan, sehingga self-esteem menjadi salah satu faktor yang relevan untuk dipertimbangkan dalam penelitian selanjutnya. Selain itu, Pramesti (2023) menunjukkan bahwa evaluasi terhadap tubuh berkaitan dengan perilaku diet pada remaja putri. Tekanan sosial terkait penampilan juga perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi cara individu menilai tubuhnya. Namun, faktor-faktor tersebut tidak diukur dalam penelitian ini sehingga kontribusinya terhadap hubungan antara thin ideal internalization dan body dissatisfaction belum dapat ditentukan.

Secara teoritis, temuan penelitian ini menegaskan bahwa pemahaman mengenai body dissatisfaction pada pengguna media sosial perlu mempertimbangkan proses psikologis internal dan tidak hanya berfokus pada durasi atau frekuensi penggunaan platform. Dua individu dengan pola penggunaan TikTok yang relatif sama dapat menunjukkan evaluasi tubuh yang berbeda karena cara mereka menerima, memaknai, dan menginternalisasi standar penampilan juga dapat berbeda. Dalam konteks tersebut, thin ideal internalization menjadi relevan karena menggambarkan sejauh mana standar tubuh kurus telah diterima sebagai standar pribadi. Kontribusi penelitian ini terletak pada penguatan bukti mengenai hubungan kedua konstruk pada wanita emerging adulthood pengguna TikTok tanpa menyimpulkan bahwa penggunaan TikTok secara langsung menyebabkan ketidakpuasan terhadap tubuh.

Temuan penelitian memiliki implikasi praktis bagi pemahaman citra tubuh pada wanita emerging adulthood. Literasi media, kemampuan mengevaluasi secara kritis representasi tubuh ideal, serta penerimaan terhadap keberagaman bentuk tubuh dapat dipertimbangkan dalam program edukasi mengenai citra tubuh. Hal ini menjadi relevan mengingat ketidakpuasan terhadap tubuh dan evaluasi penampilan dapat berkaitan dengan aspek kesejahteraan psikologis maupun perilaku yang berkaitan dengan tubuh dan pola makan (Aparicio-Martinez et al., 2019; Fadhila, 2022; Pramesti, 2023). Namun, penelitian ini tidak menguji suatu intervensi sehingga rekomendasi tersebut tidak dapat dipahami sebagai bukti efektivitas strategi tertentu dalam menurunkan thin ideal internalization atau body dissatisfaction.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam menginterpretasikan hasil. Desain cross-sectional tidak memungkinkan peneliti menentukan arah temporal ataupun menyimpulkan hubungan sebab-akibat antara thin ideal internalization dan body dissatisfaction, sedangkan penggunaan instrumen self-report memungkinkan munculnya bias respons. Penggunaan purposive sampling melalui rekrutmen daring juga membatasi generalisasi karena partisipan memiliki karakteristik tertentu, termasuk menggunakan TikTok secara aktif dan mengikuti akun yang berkaitan dengan penampilan. Penelitian ini juga belum mengontrol self-esteem, appearance comparison, social comparison, tekanan teman sebaya, body shaming, riwayat body dissatisfaction, dan faktor psikologis lainnya, sehingga penelitian selanjutnya dapat memasukkan faktor-faktor tersebut sebagai



mediator, moderator, atau variabel kontrol serta menggunakan desain longitudinal atau eksperimental untuk memahami hubungan kedua konstruk secara lebih komprehensif..

KESIMPULAN

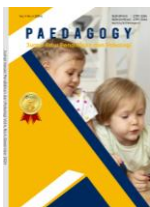
Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada wanita *emerging adulthood* pengguna TikTok. Tingkat *thin ideal internalization* yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat *body dissatisfaction* yang lebih tinggi. Temuan ini memperkuat bukti empiris bahwa internalisasi standar tubuh ideal merupakan aspek psikologis yang relevan dalam memahami ketidakpuasan terhadap tubuh. Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi pada kajian *body image* dengan menempatkan hubungan kedua konstruk tersebut dalam konteks wanita *emerging adulthood* yang menggunakan TikTok.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam menginterpretasikan hasil. Desain *cross-sectional* tidak memungkinkan penentuan arah temporal hubungan antara *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction*. Penggunaan instrumen *self-report* dan teknik *purposive sampling* juga memungkinkan munculnya bias respons serta membatasi generalisasi hasil pada populasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian ini belum mengontrol sejumlah faktor psikologis dan sosial serta belum mengukur paparan konten TikTok secara objektif, sehingga hasil penelitian lebih tepat diterapkan pada kelompok dengan karakteristik yang serupa dengan partisipan penelitian.

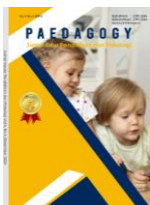
Penelitian selanjutnya disarankan mempertimbangkan variabel seperti *social comparison*, *appearance comparison*, *self-esteem*, tekanan sosial, dan faktor psikologis lainnya sebagai mediator, moderator, atau variabel kontrol. Pengukuran paparan media sosial yang lebih objektif juga dapat digunakan untuk memperoleh gambaran yang lebih akurat mengenai karakteristik konten yang dikonsumsi pengguna. Desain longitudinal dapat dipertimbangkan untuk memahami urutan temporal hubungan kedua variabel, sedangkan desain eksperimental dapat digunakan untuk menguji mekanisme psikologis yang relevan secara lebih mendalam. Pengembangan penelitian dengan karakteristik partisipan yang lebih beragam juga diperlukan agar pemahaman mengenai hubungan *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* menjadi lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

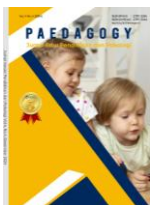
- Alnuqaydan, A. M. (2024). The dark side of beauty: an in-depth analysis of the health hazards and toxicological impact of synthetic cosmetics and personal care products. *Frontiers in public health*, 12, 1439027. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1439027>
- Aparicio-Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martinez-Jimenez, M. P., Redel-Macías, 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>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2025, August 7). Survei Internet APJII 2025. Dalam <https://survei.apjii.or.id/>



- Brilliantari, D. (2019). *Hubungan Body Image Terhadap Indeks Massa Tubuh Siswa Di Sz Management Surabaya* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Br Sembiring, Y. Y. (2024). *Perbedaan Body Dissatisfaction Ditinjau dari Jenis Kelamin di Fakultas Psikologi UMA Angkatan 2020*. (Bachelor's thesis, Universitas Medan Area).
- Cash, T. F. & Pruzinsky, T. (2002). *Body Images: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. First Edition. New York: Guilford Press.
- Chinta, W. S., Afina, G. D. H., & Maria, L. A. (2023). Dampak standar kecantikan bagi perempuan di Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS)*, 2, 1440–1448. <https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/view/920>
- Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body image*, 23, 183-187. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.002>
- Data Reportal. (2025, February 25). Digital 2025: Indonesia. Dalam <https://datareportal.com/reports/digital-2025-indonesia>
- Denfiana, M. G., & Nawangsih, E. (2024). Pengaruh internalisasi tubuh kurus ideal terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada wanita dewasa awal pengguna Instagram. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 4(2), 789–797. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v4i2.12764>
- De Vries, D. A., Peter, J., De Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents' social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: Testing a mediation model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45, 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>
- Dinaya, F. I. M. (2023). *Gambaran Ketidakpuasan Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal*. (Bachelor's thesis, Universitas Negeri Jakarta).
- Fadhila, A. A. (2022). *Pengaruh thin ideal internalization, social comparison, dan perfectionism terhadap body dissatisfaction pada perempuan remaja akhir pengguna Instagram* [Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta]. Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/79066>
- Faraci, A. R. (2023). The influence of TikTok and social media on body dissatisfaction and disordered eating behavior in college-aged women. *Senior Theses*. 648. https://scholarcommons.sc.edu/senior_theses/648
- Halik, A. R. A., Fahrudin, A., & Azhiim, R. A. (2025). Analisis Butir dan Reliabilitas Sociocultural Attitudes Toward Appearance Questionnaire-Social Media Scale (SATAQ-SM) Versi Indonesia Berdasarkan Sampel Perempuan Usia Dewasa Awal Pengguna TikTok di Kabupaten Bekasi. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 16(2), 131-140. <https://cibangsa.com/index.php/liberosis/article/view/5856/5081>
- Hutabarat, A. G. H. (2020). *Pengaruh thin ideal internalization terhadap body dissatisfaction pada wanita dewasa awal di Jakarta* [Undergraduate thesis, Universitas Negeri Jakarta]. Repository Universitas Negeri Jakarta. <http://repository.unj.ac.id/id/eprint/10076>
- Hanifah, Y., & Halimah, L. (2025, July). Pengaruh Internalisasi Tubuh Ideal terhadap Body Dissatisfaction pada Emerging Adult Beauty Enthusiasts. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 5, No. 2, pp. 1033-1046). <https://doi.org/10.29313/bcsps.v5i2.18817>



- Maimunah, S., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan media sosial dengan body dissatisfaction pada mahasiswa perempuan di Kota Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 224–233. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41197>
- Marettih, A. K. E., Ikhwanisifa, I., Widiningsih, Y., & Yovanny, C. P. (2024). Peran Harga Diri Terhadap Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Remaja Perempuan. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 8(1), 44-52. <https://jurnal.univrab.ac.id/index.php/psi/article/view/4213>
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2007). Sociocultural pressures, thin-ideal internalization, self-objectification, and body dissatisfaction: Could feminist beliefs be a moderating factor? *Body Image*, 4(3), 296–308. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.04.001>
- Nisa', S. R. (2021). *Hubungan social comparison dengan body dissatisfaction pada pengguna Instagram dewasa awal di Kota Malang* [Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. Etheses UIN Maulana Malik Ibrahim. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/30798>
- Ogden, J. (2012). *Health psychology: A textbook* (5th ed.). McGraw-Hill Education.
- Paterna, A., Alcaraz-Ibáñez, M., Fuller-Tyszkiewicz, M., & Sicilia, Á. (2021). Internalization of body shape ideals and body dissatisfaction: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 54(9), 1575-1600. <https://doi.org/10.1002/eat.23568>
- Permanansari, K., & Arbi, D. K. A. (2022). Pengaruh ketidakpuasan tubuh terhadap kecenderungan gangguan makan pada remaja. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 776-788. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.36592>
- Putri, A. F., & Wahyudi, H. (2025). Pengaruh Internalization Appearance Ideal terhadap Body Dissatisfaction pada Mahasiswa Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 133-140. <https://doi.org/10.29313/jrp.v5i2.8453>
- Pramesti, G. A. A. (2023). *Hubungan antara body image dengan perilaku diet pada remaja putri* [Undergraduate thesis, Universitas Airlangga]. Repository Universitas Airlangga. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/127880>
- Pruett, M. (2024). *From likes to looks: The relationship between TikTok use and body satisfaction in a young adult population* [Master's thesis, The University of Mississippi]. eGrove. <https://egrove.olemiss.edu/etd/2864>
- Rahma, A. S., & Qodariah, S. (2022). Pengaruh self esteem terhadap body image remaja akhir putri pengguna tiktok. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 2, No. 2, pp. 221-228). <https://proceedings.unisba.ac.id/index.php/BCSPS/article/view/2952>
- Rahmania, S., Abdullah, M. N. A., & Mujayapura, M. R. R. (2025). Pengaruh Algoritma Tiktok Terhadap Regulasi Emosi Dan Kesehatan Mental Gen Z Dalam Fenomena Quotes Sedih. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(9. D), 233-243. <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/12898>
- Ratwatte, P., & Mattacola, E. (2019). An exploration of 'fitspiration' content on YouTube and its impacts on consumers. *Journal of health psychology*, 26(6), 935-946. <https://doi.org/10.1177/1359105319854168>
- Riswari, C. R. A., Putro, H. E., Jusnita, R. A. E., & Imayah, I. (2023, November). "Body Dissatisfaction" sebagai Dampak Negatif Penggunaan Sosial Media dalam Fotografi Ekspresi. Dalam *Seminar Nasional dan Call For Paper 2025 dengan tema" Inovasi Inklusif Gender dalam Sociopreneurship"* PSGESI LPPM UWP (Vol. 10, No. 1, pp. 302-310). <https://doi.org/10.38156/gesi.v10i1.289>



- Riswana, R. D., Nasrullah, A., & Kusuma, N. (2023). Konstruksi Standar Kecantikan Perempuan di Kalangan Mahasiswi Universitas Mataram. Dalam *Prosiding SeNSosio (Seminar Nasional Prodi Sosiologi)* (Vol. 4, No. 1, pp. 450-469). <https://eprints.unram.ac.id/id/eprint/42622>
- Rodgers, R. F., McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the tripartite influence model. *Developmental Psychology*, 51(5), 706–713. <https://doi.org/10.1037/dev0000013>
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan populasi dan sampel: Pendekatan metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721-2731. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i4.2657>
- Suka, I. C. B. G., Fachruddin, C. F. S., & Wempi, J. A. (2024). Analisis body positivity movement tentang wanita plus size di indonesia melalui tiktok. *Jurnal Komunikasi Profesional*, 8(1), 151-164. <https://doi.org/10.25139/jkp.v8i1.6821>
- Thompson, J. Kevin, & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 181–183. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00144>
- Thompson, J. Kevin, Van Den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A. S., & Heinberg, L. J. (2004). The Sociocultural Attitudes Towards Appearance Scale-3 (SATAQ3): Development and Validation. *International Journal of Eating Disorders*, 35(3), 293–304. <https://doi.org/10.1002/eat.10257>
- Thompson, J. K., Schaefer, L. M., & Menzel, J. E. (2012). Internalization of thin-ideal and muscular-ideal. In *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* (Vol. 2). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00079-1>
- Tiggemann, M., Hayden, S., Brown, Z., & Veldhuis, J. (2018). The Effect of Instagram “likes” on Women’s Social Comparison and Body Dissatisfaction. *Body Image*, 26, 90-97. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.07.002>
- Wagner, G., Zeiler, M., Waldherr, K., Philipp, J., Truttmann, S., Dür, W., Treasure, J. L., & Karwautz, A. F. K. (2017). Mental health problems in Austrian adolescents: A nationwide, two-stage epidemiological study applying DSM-5 criteria. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 26(12), 1483–1499. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0999-6>
- Wahyuni, W., Widayarni, N., & Setyawan, A. B. (2024). Perbedaan Body Dissatisfaction Pada Perempuan di Usia Remaja dan Dewasa Awal Pengguna Instagram. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 3(1), 29-36. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v3i1.2302>
- Wiana, A. R., Puspita, S. D., & Syahril, A. (2025). Tiktok dan konstruksi sosial standar kecantikan perspektif gen z di era digital. *Al-Qolamuna: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 2(1), 75-86. <https://journal.salahuddinal-ayyubi.com/index.php/AQJKPI/article/view/352>
- World Health Organization (2000) Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO Consultation. *World Health Organization Technical Report, Series* 894, 1-253.

