

## **HUBUNGAN ANTARA PAPARAN MEDIA DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA PEREMPUAN**

**Maria Yori Edita Pamirma**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, [maria.18075@mhs.unesa.ac.id](mailto:maria.18075@mhs.unesa.ac.id)

**Yohana Wuri Satwika**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, [yohanasatwika@unesa.ac.id](mailto:yohanasatwika@unesa.ac.id)

### **Abstrak**

Masa remaja adalah masa yang krusial dalam proses pertumbuhan manusia. Di masa ini, individu mulai membentuk konsep dirinya. Salah satu aspek dari konsep diri tersebut adalah citra tubuh, yaitu representasi kognitif yang dimiliki seseorang mengenai tubuhnya. Ada banyak faktor yang dapat memengaruhi citra tubuh, salah satunya adalah paparan media. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti korelasi antara paparan media dengan citra tubuh pada remaja perempuan. Dalam penelitian ini digunakan metode kuantitatif dengan desain korelasi. Subjek dari penelitian ini adalah remaja perempuan usia 13 hingga 17 tahun yang tinggal di DKI Jakarta. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner berisi skala paparan media dan body image yang disebarluaskan melalui google form. Skala paparan media disusun berdasarkan aspek yang dipaparkan Kevin dan Sari (2019) sedangkan skala *body image* disusun sesuai aspek dari Cash (2020). Korelasi antara kedua variabel diketahui dengan uji korelasi pearson product moment. Uji korelasi menunjukkan nilai signifikansi 0,138 yang berarti tidak ada hubungan antara paparan media dengan citra tubuh remaja perempuan. Tidak ditemukannya hubungan antara paparan media dengan body image pada penelitian ini disebabkan karena tidak adanya batasan pada jenis media dan konten yang dikonsumsi subjek, serta pengaruh perbedaan minat subjek.

**Kata Kunci:** paparan media, citra tubuh, remaja perempuan.

### **Abstract**

*Adolescence is a crucial period in humans' process of growth. At that period, the individual begins to form their self-concept. One aspect of the self-concept is body image, which is the cognitive representation that a person has about his or her body. There are many factors that affects body image, media exposure being one of them. The purpose of this study was to investigate the correlation between media exposure and body image in adolescent girls. This study used quantitative research methods. The subjects of this research were female adolescents aged 13 to 17 years old who lives in DKI Jakarta. Data were collected using a questionnaire containing scales of media exposure and body image that were spread through google form. The media exposure scale was constructed based on the aspects constructed by Kevin and Sari (2019), while the body image scale was constructed based on the aspects constructed by Cash (2020). The correlation between the variables was tested using the Pearson product moment and showed a significance value of 0.138, meaning that there is no relationship between media exposure and body image of female adolescents. No relationship was found between media exposure and body image in this study, because there were no restrictions on the type of media and content consumed by the subjects, as well as the effect of differences in subjects' interests.*

**Keywords:** media exposure, body image, female adolescents.

### **PENDAHULUAN**

Manusia sekarang hidup di era globalisasi, di mana teknologi telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari dan banyak berkontribusi pada pemenuhan kebutuhan manusia. Salah satu jenis teknologi yang paling terasa perkembangannya adalah teknologi media

dan komunikasi. Di luar media massa seperti media cetak, televisi, dan radio, sebagian besar masyarakat saat ini sudah menggunakan berbagai bentuk dan rupa gawai berbekal koneksi internet yang memberikan akses komunikasi dan media tak terbatas. Batasan usia minimal pengguna yang diterapkan oleh berbagai media sosial seperti *Twitter*, *Facebook*, *Instagram*, dan lain-lain adalah 13 tahun, oleh karena itu sudah bukan

merupakan hal yang asing bagi remaja untuk mengakses media sosial.

Penggunaan media tentunya memberikan berbagai efek positif maupun negatif pada remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Uhls et al. (2017) menemukan bahwa penggunaan sosial media memberikan manfaat bagi remaja yang sedang berada dalam fase pembentukan identitas. Manfaat tersebut meliputi membantu remaja untuk menjaga hubungan pertemanan, sebagai forum yang baik untuk melatih keterampilan yang berkaitan dengan pengembangan identitas, dan membantu remaja menemukan teman sebaya yang memiliki karakteristik sama dengan mereka sehingga dapat mengurangi rasa kesepian serta meningkatkan kepercayaan diri. Selain manfaat, penelitian tersebut juga menyoroiti dampak negatif yang diterima remaja dari penggunaan sosial media, yaitu terjadinya *cyberbullying*, depresi, kecemasan sosial, dan paparan konten yang tidak sesuai dengan perkembangan para remaja. Selain sosial media, penelitian pada media tradisional juga menemukan bahwa media seperti televisi dan majalah memiliki potensi implikasi masalah yang berkaitan dengan self-esteem, stereotip gender, objektifikasi diri, dan standar tubuh yang tidak masuk akal pada remaja (Pai & Schryver, 2015).

Riset yang dilakukan oleh Salomon dan Brown (2019) memperoleh hasil yang menyatakan bahwa semakin banyak penggunaan media sosial dengan objektifikasi diri pada remaja, semakin tinggi pula tingkat rasa malu terhadap tubuh (*body shame*), yang diiringi dengan pengawasan terhadap tubuh (*body surveillance*) yang tinggi. Hasil tersebut didukung oleh penelitian Franchina dan Lo Coco (2018) yang menggarisbawahi bahwa model di media sosial yang diidealisasi oleh remaja berperan penting dalam menentukan persepsi tubuh mereka.

*World Health Organization* (WHO) mengkategorikan fase remaja ada pada usia 10-19 tahun serta mendefinisikan remaja sebagai sebuah fase dari kehidupan manusia yang berada di antara fase anak-anak dan fase dewasa. WHO juga menggarisbawahi masa remaja sebagai masa perkembangan yang krusial bagi seseorang, karena masa remaja adalah durasi yang penting bagi individu untuk memperkuat dasar kesehatannya (World Health Organization, n.d.). Seseorang mengalami banyak perubahan psikis dan fisik pada masa remaja awal. Banyak konstruk yang memegang peran penting dalam pertumbuhan di masa remaja, salah satunya adalah *body image*. Pikiran yang tertuju pada citra tubuh terjadi dengan kuat di masa remaja. Di masa ini, seseorang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh yang tinggi (Santrock, 2019). Menurut penelitian Markey (2010) *body image* juga memiliki kaitan dengan isu kesehatan yang signifikan bagi remaja, meliputi masalah obesitas dan gangguan makan. Oleh karena itu, agar remaja dapat berkembang menjadi individu yang sehat, *body image* yang terbentuk pada diri remaja sangat penting untuk diperhatikan.

Perbedaan gender juga mengkarakterisasi persepsi remaja terhadap tubuh mereka. Remaja perempuan secara umum merasa kurang senang terhadap tubuh mereka dan memiliki citra tubuh yang lebih negatif dari laki-laki selama masa pubertas (Griffiths et al., 2017). Riset yang dilakukan oleh Pai dan Schryver (2015) membuktikan bahwa masalah-masalah yang berkaitan dengan *body image* lebih banyak ditemukan pada remaja perempuan dibandingkan laki-laki

Mereka yang tidak memiliki citra tubuh yang positif berpeluang untuk mengalami gangguan citra tubuh (*body image disturbance*). Gangguan citra tubuh dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu *body image distortion* dan *body image dissatisfaction*. Pada *body image distortion*, persepsi seseorang terganggu sehingga tidak dapat melakukan estimasi terhadap ukuran tubuhnya dengan tepat, sedangkan pada *body image dissatisfaction*, ketidakpuasan seseorang terhadap penampilan tubuh yang tidak sesuai standar pribadinya membuat orang tersebut memandang rendah tubuhnya sendiri (Cash & Pruzinsky, 2002). Akibat pandangan yang tidak tepat terhadap dirinya, individu yang menderita gangguan citra tubuh rentan mengalami berbagai masalah kesehatan mental maupun fisik.

*Body image* atau dapat disebut juga sebagai citra tubuh mengacu pada representasi mental secara umum yang dimiliki seseorang dari bentuk, rupa, dan ukuran tubuhnya. Citra tubuh dipengaruhi oleh faktor sejarah, kultural, sosial, individual, dan biologis yang beragam dan ada pada jangka waktu tertentu (David, 1994). *Body image* juga mengacu pada gambaran yang dimiliki individu terhadap tubuhnya yang hadir pada dirinya dalam bentuk rasa puas maupun tidak puas yang dihasilkan dari penilaian subjektif individu yang bersangkutan (Altabe & Thompson, 1996). Sementara Grogan (2016) menyatakan bahwa *body image* adalah persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang terhadap tubuhnya. Selain itu, *body image* juga merupakan sebuah cara yang dimiliki individu untuk memandang tubuhnya sesuai dengan apa yang ada pada tubuhnya, bukan menurut apa yang terlihat bagi orang lain (Cash & Pruzinsky, 2002). Jadi, dapat disimpulkan bahwa *body image* adalah representasi mental subjektif individu mengenai tubuh fisiknya.

Cash (2000, h. 3) menyatakan bahwa *body image* memiliki sepuluh aspek, yakni: (1) evaluasi penampilan (*appearance evaluation*) yang merupakan penilaian seseorang terhadap penampilan fisiknya secara keseluruhan; (2) orientasi penampilan (*appearance orientation*) atau tingkat investasi seseorang kepada penampilannya; (3) evaluasi kebugaran (*fitness evaluation*) ialah perasaan seseorang tentang bugar atau tidaknya tubuhnya; (4) orientasi kebugaran (*fitness orientation*) adalah investasi yang dilakukan untuk menjadi bugar secara jasmani atau kompeten secara atletis; (5) evaluasi kesehatan (*health evaluation*) merujuk pada perasaan seseorang terhadap kesehatan fisiknya dan rasa bebas dari penyakit fisik; (6) orientasi kesehatan (*health orientation*) merupakan tingkat investasi seseorang untuk menerapkan gaya hidup yang

sehat secara fisik; (7) orientasi penyakit (*illness orientation*) yang menunjukkan tingkat reaktivitas individu ketika dirinya sedang sakit atau akan menjadi sakit; (8) kepuasan terhadap area tubuh (*body areas satisfaction*) yaitu rasa puas individu terhadap bagian tubuh spesifik secara keseluruhan; (9) ketakutan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*) mencerminkan kecemasan kegemukan, kewaspadaan berat badan, perilaku diet, dan pengendalian makan; dan (10) klasifikasi pribadi berat badan, ialah bagaimana seseorang mempersepsi dan melabeli berat badannya.

Cash dan Pruzinsky (2002) memaparkan bahwa *body image* yang melekat pada diri seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor keluarga, hubungan interpersonal, dan media. Faktor keluarga memberikan dampak pada pembentukan *body image* melalui proses internalisasi dan identifikasi. Anak cenderung menginternalisasi bagaimana anggota keluarganya berinteraksi dengannya, termasuk penerimaan dan penolakan dari keluarga selama masa pertumbuhan mereka. Anak juga melakukan adopsi terhadap karakteristik yang ada pada orang tua dengan jenis kelamin sama, kemudian menggabungkan nilai-nilai yang dianut orangtuanya ke dalam dirinya. Faktor kedua, yakni hubungan interpersonal, memberikan efek bagi *body image* melalui perbandingan sosial dan interaksi timbal balik antara individu dengan lingkungannya. Seseorang selalu membandingkan dirinya dengan orang lain dan hal tersebut menimbulkan kecemasan pada dirinya. Timbal balik yang diberikan orang lain juga bisa mempengaruhi persepsi seseorang tentang tubuhnya. Faktor ketiga adalah faktor media. Hargreaves dan Tiggemann (2004) berpendapat bahwa media dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi *body image* seseorang karena media yang tersebar luas menampilkan gambaran ideal masyarakat mengenai sosok pria maupun wanita.

*Media exposure* (paparan media) tidak hanya merupakan durasi penggunaan atau konsumsi media, tetapi juga mencakup konten atau isi dari media yang dikonsumsi, artinya paparan media adalah seberapa lama dan seberapa jauh seseorang menggunakan media (den Hamer et al., 2017). Slater (2004) mendefinisikan paparan media sebagai seberapa jauh penonton telah menemui pesan atau sekumpulan pesan/konten media. Maka, paparan media adalah seberapa besar dan jauh penerimaan seseorang terhadap isi media. Paparan media terdiri atas tiga dimensi, antara lain: (1) frekuensi atau seberapa sering individu mengakses media dalam jangka waktu tertentu; (2) durasi, yakni seberapa lama media digunakan dalam satu kali akses; dan (3) atensi, merupakan tingkat perhatian individu terhadap isi dari media (Kevin & Sari, 2019).

Studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada beberapa orang remaja perempuan yang tinggal di DKI Jakarta menemukan bahwa bagi remaja perempuan saat ini, tubuh yang ideal adalah tubuh yang sehat, namun juga memiliki berat dan tinggi yang seimbang, serta tidak *overweight*. Sebagian besar memperoleh inspirasi mengenai tubuh yang ideal dari idola dan *influencer*

media sosial. Sebagian besar remaja mengaku sudah merasa nyaman dengan bentuk tubuh mereka, namun masih ada juga yang belum sepenuhnya nyaman dan suka terhadap bentuk tubuhnya. Dari seluruh subjek, ada yang merasa bahwa tubuhnya sudah ideal dan ada yang belum. Namun, hampir semua dari subjek mengaku pernah melakukan berbagai usaha untuk mengubah bentuk tubuhnya, mulai dari olah raga, mengatur pola makan, bahkan ada subjek yang pernah menderita gangguan makan akibat usahanya untuk mengubah bentuk tubuhnya. Dari studi pendahuluan juga diketahui bahwa remaja perempuan saat ini banyak mengonsumsi media tradisional maupun media berbasis internet, meliputi situs video daring (*YouTube, TikTok*), media sosial (*Instagram, Twitter, Facebook*, dll.), buku dan literatur, serta situs *streaming* film dan musik. Media yang kurang banyak diakses oleh remaja perempuan saat ini yaitu media cetak seperti koran dan majalah, siaran televisi dan radio, dan gim daring.

Riset-riset yang telah dilakukan sebelumnya sudah membuktikan hubungan antara paparan media dan *body image* pada remaja perempuan. Penelitian-penelitian yang lalu memperoleh hasil bahwa peningkatan paparan terhadap media secara positif dapat memengaruhi ketidakpuasan remaja terhadap tubuh mereka (Frederick et al., 2017; Huang et al., 2021; Mamatha & Ayappa, 2021; Rodgers et al., 2017). Penelitian lain yang dilakukan pada remaja perempuan di Burkina Faso, Afrika Selatan menemukan bahwa paparan media yang meningkat tidak hanya meningkatkan ketidakpuasan remaja terhadap tubuh mereka, tetapi juga berpotensi meningkatkan prevalensi gangguan makan di masa depan (Terhoeven et al., 2020).

Studi mengenai bagaimana paparan media dapat memberikan pengaruh bagi berbagai aspek diri remaja, termasuk *body image* hingga kini masih lebih banyak terpusat pada media pornografi dan dikaitkan dengan perilaku seks bebas atau seks pra-nikah pada remaja (Lubis, 2017; Naja et al., 2017; Pujiati & Handayani, 2018) dan perilaku berpacaran remaja (Aryati et al., 2019; H.R & Wijayanti, 2018). Di samping itu, studi-studi terdahulu yang membahas citra tubuh lebih banyak mengulas tentang gambaran citra tubuh pada perempuan (Agustin et al., 2018; Aristantya & Helmi, 2019; Kristanti & Savira, 2021; Wati & Sumarmi, 2017), dan bagaimana pengaruh atau korelasinya dengan perilaku dan gangguan makan (Paramitha & Suarya, 2018; Siregar, 2017; Virgandiri et al., 2020), komparasi sosial (Rahmadiyah et al., 2019; Suarya & Sukmayanti, 2018), serta status gizi mereka (Fauziah et al., 2021; Yusintha & Adriyanto, 2018). Berbeda dengan penelitian-penelitian tersebut, pada penelitian kali ini lebih fokus membahas hubungan antara paparan media yang diterima secara keseluruhan dengan *body image* yang dimiliki remaja perempuan.

Akibat adanya peningkatan konsumsi media dan risikonya terhadap citra tubuh remaja khususnya remaja perempuan, dalam penelitian ini penulis akan mencari tahu mengenai hubungan antara paparan media dengan *body image* yang dimiliki oleh remaja

perempuan. Penelitian ini diadakan untuk menjawab rumusan pertanyaan, yaitu apakah ada hubungan antara paparan media dengan citra tubuh perempuan usia remaja.

Penelitian ini akan difokuskan untuk mengeksplorasi hubungan paparan media dengan *body image* pada remaja perempuan. Penelitian ini memiliki tujuan untuk memberikan wawasan mengenai dampak paparan media kepada citra tubuh serta mendorong pengguna media terutama remaja perempuan untuk lebih cerdas dan kritis dalam melakukan konsumsi media. Peneliti berharap bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai bagaimana media yang dikonsumsi oleh remaja sehari-hari memberikan pengaruh pada kehidupan mereka, terutama karena masa remaja merupakan masa yang penting dalam pertumbuhan manusia.

## METODE

Hubungan antara paparan media dengan *body image* yang dimiliki remaja perempuan dalam penelitian ini diteliti dengan menerapkan metode kuantitatif dengan desain korelasi. Metode kuantitatif adalah sebuah metode empirik yang bekerja dengan statistik dan angka yang membuat peneliti dapat melakukan kuantifikasi terhadap berbagai variabel dan mendeskripsikan fenomena secara numerik (Stockemer, 2019). Dengan digunakannya desain korelasi, dapat digambarkan dan diukur derajat hubungan antar variabel melalui statistik korelasional (Creswell, 2012).

Teknik *purposive sampling* diterapkan untuk pengambilan sampel penelitian. Teknik *purposive sampling* adalah pemilihan subjek secara intensional dengan menetapkan kriteria subjek. Kriteria subjek dalam penelitian ini yaitu perempuan usia 13-17 tahun yang tinggal di DKI Jakarta. Maka, populasi dari penelitian ini adalah 401.788 orang penduduk DKI Jakarta yang berusia 13-17 tahun (Badan Pusat Statistik, 2020). Untuk menentukan jumlah sampel pada penelitian ini, digunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan sebesar 10%. Berdasarkan hasil hitungan tersebut, diperoleh bahwa jumlah sampel yang diambil pada penelitian ini sebanyak 100 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuesioner yang dimuat dalam *google form* secara daring. Kuesioner tersebut akan memuat dua skala, yakni skala paparan media dan skala *body image*.

Definisi operasional dari paparan media dalam penelitian ini adalah tingkat penerimaan seseorang terhadap isi media. Sementara definisi operasional dari *body image* adalah representasi mental subjektif individu mengenai tubuh fisiknya.

Dimensi dari paparan media pada penelitian ini sesuai dengan aspek paparan media menurut Kevin dan Sari (2019), yang terdiri atas frekuensi, durasi, dan atensi. Dimensi *body image* pada studi ini mengacu pada sepuluh aspek *body image* mencakup: (1) evaluasi penampilan; (2) orientasi penampilan; (3) evaluasi

kebugaran; (4) orientasi kebugaran; (5) evaluasi kesehatan; (6) orientasi kesehatan; (7) orientasi penyakit; (8) kepuasan terhadap area tubuh; (9) ketakutan menjadi gemuk; dan (10) klasifikasi pribadi berat badan (Cash, 2000).

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini telah diuji reliabilitas dan validitasnya. Dilaksanakannya uji validitas ditujukan untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan dalam suatu penelitian dapat mengukur variabel yang akan diukur. Validitas diukur dengan membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan nilai  $r_{tabel}$ . Butir pertanyaan yang valid memiliki besaran  $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel}$ . Pada instrumen variabel paparan media, nilai  $r_{tabel}$  sebesar 0,349 dan nilai  $r_{hitung}$  berada dalam interval -0,082 hingga 0,705 sehingga item yang gugur ada sebanyak 10 item dan tersisa item yang valid sebanyak 26 item. Kemudian untuk instrumen yang mengukur citra tubuh, nilai  $r_{tabel}$  sebesar 0,304 dan nilai  $r_{hitung}$  berada dalam interval 0,096 hingga 0,852 sehingga ada 8 item yang gugur dan 32 item yang valid.

Uji reliabilitas dilakukan untuk mencari tahu apakah alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data yang akan diolah dalam penelitian memiliki tingkat kepercayaan tinggi sehingga dapat dipercaya untuk menggali informasi yang sebenarnya (Sitinjak & Sugiarto, 2006). Dengan kata lain, uji reliabilitas mampu menunjukkan apakah hasil pengukuran yang didapat dengan alat ukur tersebut dapat dipercaya. Pada penelitian ini, reliabilitas instrumen diuji dengan Cronbach Alpha. Instrumen dapat dinyatakan reliabel apabila koefisien Cronbach Alpha yang diperoleh lebih besar dari 0,6.

**Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Paparan Media	0,878	Reliabel
Body Image	0,921	Reliabel

Koefisien Alfa Cronbach untuk variabel paparan media adalah 0,878 sedangkan untuk faktor body image adalah 0,921. Dari hasil tersebut, instrumen dari kedua variabel tersebut dapat dinyatakan variabel.

Uji keabsahan alat ukur kemudian dilanjutkan dengan dilakukannya uji normalitas dan uji linearitas data. Untuk menguji asumsi, dilakukan juga uji normalitas dengan uji Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas dengan uji *test for linearity*. Jika uji normalitas dan linearitas telah dilaksanakan, untuk menguji korelasi dari kedua variabel penelitian tersebut digunakan analisis Pearson Product Moment dengan bantuan program SPSS 25.0.

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan mencari tahu apakah data yang diperoleh memiliki distribusi normal. Data dapat dikatakan berdistribusi normal jika memiliki nilai signifikansi melebihi 0,05 dan dikatakan tidak berdistribusi normal jika nilai signifikansinya tidak mencapai 0,05.

**Tabel 4. Hasil Uji Normalitas (One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test)**

	<i>Unstandardized Residual</i>
<i>Asymp. Sig. (2 tailed)</i>	0.603

Nilai signifikansi dari variabel paparan media dan *body image* yang didapat sesuai hasil uji Kolmogorov-Smirnov adalah 0.603. Dari angka tersebut, dapat disimpulkan bahwa data yang dihimpun memiliki distribusi normal.

Dilakukan juga uji linearitas data untuk mengetahui apakah hubungan yang ada antara variabel independen dan dependen, dalam penelitian ini paparan media dan citra tubuh, memiliki hubungan yang linear atau tidak. Data yang linear ditunjukkan dengan nilai signifikansi melebihi 0,05, sedangkan data yang tidak linear nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05.

**Tabel 5. Hasil Uji Linearitas**

	<i>Sig.</i>
<i>Deviation from Linearity</i>	0.577

Tabel di atas menampilkan hasil uji linearitas dari variabel paparan media dan citra tubuh dengan nilai signifikansi 0.577. Dengan diperolehnya angka tersebut berarti variabel paparan media dan *body image* memiliki hubungan yang linear.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

Subjek yang terlibat dalam penelitian ini adalah 100 orang remaja berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 13-17 tahun dan berdomisili di DKI Jakarta. Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan aplikasi SPSS 25.0. Hasil dari analisis statistik deskriptif mengenai data yang didapat adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Hasil analisis Descriptive Statistics**

	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
<b>Paparan Media</b>	70	121	84,225	10,71
<b>Body Image</b>	69	141	101,75	17,72

Dari analisis tersebut dapat dilihat bahwa dari seratus orang subjek yang terlibat dalam penelitian ini, rata-rata paparan media diperoleh sebesar 84,225 dan citra tubuh sebesar 101,75. Nilai terendah yang didapat untuk variabel paparan media adalah 70, dan nilai tertinggi paparan media mencapai 121. Sedangkan pada variabel citra tubuh, nilai terendah sebesar 69, dan nilai paling tinggi yang dicapai adalah 141. Besarnya standar deviasi dari paparan media diketahui sebesar 10,71 dan untuk *body image* sebesar 17,72. Setelah diketahui analisis statistik terhadap data yang didapat, maka kategorisasi masing-masing variabel yaitu:

**Tabel 3. Kategorisasi Subjek**

	<i>Kategori</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
<b>Paparan Media</b>	Rendah	33	33%
	Sedang	45	45%
	Tinggi	22	22%
<b>Body Image</b>	Rendah	32	32%
	Sedang	33	33%
	Tinggi	35	35%

Kategorisasi subjek di atas memperlihatkan, dari 100 orang subjek yang berpartisipasi pada penelitian ini, 33% di antaranya mengalami paparan media yang rendah, 45% mengalami paparan media sedang, dan 22% mengalami paparan media tinggi. Berbeda dengan paparan media, untuk variabel citra tubuh, perbedaan kategorisasi subjek tidak terlalu signifikan. Sebanyak 32% partisipan memiliki citra tubuh yang rendah, 34% memiliki citra tubuh sedang, dan 34% memiliki citra tubuh tinggi. Mayoritas dari partisipan penelitian ini menerima paparan media sedang dan memiliki citra tubuh tinggi. Dengan citra tubuh yang tinggi, remaja perempuan yang diteliti pada riset ini sebagian besar memiliki representasi mental yang positif terhadap tubuh fisiknya. Remaja perempuan dalam penelitian ini juga memiliki durasi, frekuensi, serta tingkat pemahaman di tingkat sedang dalam mengonsumsi media di kehidupan mereka sehari-hari.

Dari hasil uji normalitas dan linearitas, sudah diketahui bahwa data yang dihimpun dalam penelitian ini berdistribusi normal dan ada hubungan yang linear antara kedua variabel. Maka, selanjutnya dilakukan uji korelasi untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel-variabel tersebut. Uji korelasi yang digunakan dalam penelitian ini merupakan uji *Pearson Product Moment* yang dilaksanakan melalui program SPSS 25.0. Paparan media dan *body image* dapat dikatakan memiliki korelasi jika nilai signifikansi yang didapat melalui uji *Pearson Product Moment* lebih kecil dari 0,05, dan sebaliknya, kedua variabel yang diteliti disebut tidak berkorelasi jika nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05. Untuk mengetahui seberapa kuat korelasi antar variabel, digunakan juga interpretasi nilai koefisien korelasi. Interpretasi terhadap nilai koefisien korelasi yang digunakan pada penelitian ini adalah 0,00-0,19 untuk korelasi sangat rendah, 0,20-0,39 korelasi rendah, 0,40-0,59 korelasi sedang, 0,60-0,79 korelasi kuat, dan 0,80-1,00 untuk korelasi sangat kuat.

**Tabel 6. Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment**

	<i>Paparan Media</i>	<i>Body Image</i>
<b>Paparan Media</b>	<i>Pearson Correlation</i>	1
	<i>Sig. (2 tailed)</i>	0,134
	<i>N</i>	100

<b>Body Image</b>	<i>Pearson Correlation</i>	0,134	1
	<i>Sig. (2 tailed)</i>	0,184	
	N	100	100

Nilai signifikansi yang dihasilkan dari uji korelasi berbilang 0,184. Nilai signifikansi tersebut melebihi nilai 0,05. Maka, makna dari angka tersebut adalah tidak ada korelasi antara variabel paparan media dengan citra tubuh pada subjek penelitian. Hasil uji korelasi ini menunjukkan bahwa tidak ditemukan hubungan antara variabel paparan media dengan citra tubuh pada partisipan penelitian. Hal ini artinya citra tubuh yang dimiliki oleh para subjek dalam penelitian ini tidak memiliki hubungan dengan tingkat paparan media yang mereka terima. Subjek yang menerima paparan media tinggi belum tentu memiliki citra tubuh yang lebih tinggi, subjek yang menerima paparan media rendah belum tentu memiliki citra tubuh yang lebih rendah, maupun sebaliknya.

## PEMBAHASAN

*Body image* atau citra tubuh adalah representasi mental subjektif yang dimiliki individu terhadap tubuh fisiknya. Seseorang yang memiliki citra tubuh positif berarti memiliki penilaian yang positif terhadap tubuh fisiknya. Seseorang yang memiliki citra tubuh negatif berarti memiliki penilaian yang negatif terhadap tubuh fisiknya. Citra tubuh tidak hanya mencakup bagaimana seseorang menilai fisiknya secara visual, tetapi juga bagaimana penilaiannya terhadap kesehatan serta kebugaran tubuhnya (Cash, 2000). Media disebut sebagai salah satu faktor yang memengaruhi citra tubuh. Paparan media yaitu seberapa sering dan seberapa jauh seseorang telah menerima sebuah informasi atau pesan melalui media. Hasil uji korelasi yang telah dilakukan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,138 ( $p > 0,05$ ) sehingga dapat diartikan bahwa paparan media secara keseluruhan tidak memiliki korelasi dengan citra tubuh pada remaja perempuan.

Data sampel yang terlibat dalam penelitian ini tidak menunjukkan adanya hubungan antara paparan media yang diperoleh subjek secara keseluruhan dengan *body image*. Hal tersebut dapat terjadi akibat beragamnya jenis konten yang dikonsumsi oleh partisipan penelitian. Slater (2004) menjelaskan bahwa paparan media mengacu pada informasi atau pesan spesifik yang ditemui audiens. Faktor lain yang dapat memengaruhi paparan media adalah minat audiens. Tingkat paparan yang diingat oleh audiens berkaitan dengan minat dan keterlibatan audiens dengan topik tertentu. Hubungan yang ada di antara paparan media dan efek media dapat ditampilkan dengan kurang tepat karena adanya pengaruh minat individu.

**Tabel 7. Rata-rata Skor Variabel Paparan Media**

Aspek	Indikator	Rata-rata Skor
-------	-----------	----------------

<b>Frekuensi</b>	Frekuensi akses <i>old media</i>	2,63
	Frekuensi akses <i>new media</i>	3,99
<b>Durasi</b>	Durasi akses <i>old media</i>	2,36
	Durasi akses <i>new media</i>	4,06
<b>Atensi</b>	Berkonsentrasi penuh pada media yang dikonsumsi	3,18
	Memahami isi media yang dikonsumsi	3,50

Tabel di atas menunjukkan rata-rata skor subjek pada tiap indikator dalam variabel paparan media. Terlihat pada tabel tersebut bahwa subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini memiliki frekuensi dan durasi akses *old media* yang jauh lebih kecil daripada frekuensi dan durasi akses *new media*. Artinya, partisipan pada penelitian ini lebih banyak menggunakan *new media* dan cenderung kurang mengakses *old media*. Perbedaan yang cukup signifikan antara frekuensi dan durasi akses antara kedua jenis media tersebut juga dapat menjadi faktor yang memengaruhi tidak ditemukannya hubungan antara paparan media dengan *body image* pada penelitian ini.

Paparan media yang diukur melalui skala yang digunakan dalam penelitian ini tidak memberikan batas pada jenis atau konten yang dikonsumsi subjek, melainkan paparan media secara keseluruhan yang diterima oleh subjek dari berbagai media dalam kehidupannya sehari-hari. Akibat adanya perkembangan teknologi informasi, saat ini media semakin beragam jenisnya dan semakin banyak memuat berbagai macam konten yang dapat diakses. Konten yang dikonsumsi oleh subjek sehari-hari belum tentu secara dominan mengandung pembahasan yang berkaitan dengan tubuh dan citra tubuh subjek. Sementara, dalam penelitian ini, paparan media yang diteliti adalah media secara keseluruhan, mencakup *old media* (televisi, radio, media cetak seperti koran dan majalah) serta *new media* (internet). Sehingga hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu paparan media secara keseluruhan tidak berhubungan dengan citra tubuh remaja perempuan.

Faktor lain yang dapat berkontribusi pada hasil penelitian ini selain dari tidak adanya batasan pada media yang dikonsumsi subjek, minat subjek terhadap konten yang berkaitan dengan tubuh maupun citra tubuh juga dapat menjadi faktor lain yang memengaruhi hasil penelitian ini. Tinggi atau rendahnya paparan yang dialami seseorang ada hubungannya dengan keterlibatan dan minatnya terhadap topik yang bersangkutan (Slater, 2004). Subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini tentu memiliki tingkat ketertarikan yang berbeda-beda pada konten media dengan topik tubuh secara fisik maupun citra tubuh. Keaktifan masing-masing subjek untuk terlibat dalam pembahasan mengenai topik tersebut di media juga tentu berbeda-beda. Minat dan keterlibatan subjek tersebut dapat memengaruhi

hubungan antara paparan media yang diterima subjek dengan citra tubuh yang dimilikinya.

Sebuah studi eksploratif dengan metode eksperimental yang dilakukan oleh Nagar dan Virk (2017) mengungkap bahwa jenis konten pada media yang dapat memberikan pengaruh bagi citra tubuh adalah "*thin-ideal media*". Penelitian Munsch, dkk. (2021) yang membahas tentang pengaruh paparan ideal kurus yang ditunjukkan pada media massa menemukan bahwa "*thin-ideal media*" memberikan pengaruh terhadap kondisi psikologis seseorang, tetapi tidak pada kondisi fisiologisnya. Penelitian tersebut mengungkap bahwa wanita yang baru saja melihat "*thin-ideal media*", suasana hatinya menurun dan ketidakpuasan terhadap tubuhnya meningkat. Yang dimaksud dengan "*thin-ideal media*" adalah media yang memuat karakter utama wanita yang terlihat kurus, contohnya pada majalah kebugaran, majalah mode, program televisi, dan di masa ini banyak juga ditemukan di media sosial. "*Thin-ideal media*" mempromosikan gagasan bahwa tubuh yang kurus adalah atribut yang menguntungkan dan menganggap bahwa atribut tersebut sebagai ciri dari "tokoh utama yang paling cantik, diinginkan, dan sukses" (Harrison, 2000). Menurut Park (2005) seiring dengan berjalannya waktu, ukuran tubuh perempuan yang digambarkan di media massa semakin lama semakin mengecil.

Rousseau dan Eggermont (2018) melalui penelitian mereka mengenai proses internalisasi media selektif yang dilakukan oleh remaja untuk mengatur citra tubuhnya mengungkap bahwa hubungan antara internalisasi media dengan citra tubuh merupakan hubungan timbal balik yang bersifat tidak langsung. Internalisasi media memengaruhi citra tubuh remaja perempuan melalui perilaku *body surveillance* (pengawasan tubuh). *Body surveillance* adalah fokus yang berlebihan untuk memantau penampilan fisik dan daya tarik yang dimiliki seseorang (Butkowski dkk., 2019). Pengawasan tubuh yang berlebihan memiliki dampak negatif terhadap diri individu. Menurut Moradi dan Huang (2008) perilaku pengawasan tubuh dapat memfasilitasi perkembangan rasa malu terhadap tubuh (*body shame*), serta menimbulkan depresi, kecemasan, dan perilaku makan yang tidak teratur termasuk anoreksia dan bulimia. Selain itu, dampak lain yang dapat ditimbulkan dari pengawasan tubuh yang berlebihan juga memengaruhi kemampuan wanita untuk melakukan tugas yang melibatkan penalaran secara logis. (Fredrickson et al., 1998).

Kategorisasi yang dilakukan terhadap data yang berhasil diperoleh mencerminkan bahwa sebagian besar remaja perempuan yang terlibat dalam penelitian ini memiliki citra tubuh tinggi. Hasil ini merupakan hasil yang positif, karena menandakan bahwa sebagian besar subjek sudah memiliki penilaian yang positif terhadap penampilan, kebugaran, dan kesehatan tubuhnya. Subjek juga telah melakukan usaha untuk menjaga penampilan serta kebugaran dan kesehatan tubuhnya, contohnya dengan melakukan olah raga atau mengatur pola makan. Avalos, dkk (2005) mengatakan bahwa citra tubuh yang

positif (*positive body image*) seseorang dengan citra tubuh yang positif memiliki opini yang positif terhadap tubuhnya, menerima tubuh apa adanya dengan kekurangannya, memerhatikan kebutuhan tubuh dan melaksanakan perilaku sehat, serta melindungi tubuhnya dengan menolak gambaran tubuh yang tidak realistis yang ditampilkan di media. Citra tubuh yang positif juga dikatakan memiliki hubungan dengan perkembangan perilaku sehat (Andrew dkk., 2013). Meskipun sebagian besar partisipan telah memiliki citra tubuh yang tinggi, masih ada juga partisipan yang memiliki citra tubuh rendah. Hal tersebut perlu dijadikan perhatian karena citra tubuh dapat memberikan dampak bagi kualitas hidup seseorang kedepannya. Citra tubuh yang buruk dapat memberikan dampak kepada kesehatan fisik dan psikologis seseorang, serta dapat mempengaruhi harga diri, suasana hati, kompetensi, fungsi sosial, dan fungsi pekerjaan (Hosseini & Padhy, 2021). Citra tubuh yang rendah seringkali diukur sebagai ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*).

Remaja yang tidak sehat secara fisik maupun psikologis tentu akan mengalami lebih banyak hambatan dalam perkembangannya, maka citra tubuh yang rendah pada diri remaja harus ditingkatkan dan diubah menjadi citra tubuh yang positif. Citra tubuh yang rendah masih dapat ditingkatkan seiring dengan berkembangnya seseorang. Penelitian Gattario dan Frisén (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar orang berhasil mengatasi citra tubuh negatif mereka ketika mereka beranjak dewasa dengan mencari konteks sosial baru yang membuat mereka merasa diterima dan dengan memanfaatkan serta menerapkan berbagai strategi-strategi kognitif.

Paparan media yang diterima oleh mayoritas dari subjek pada penelitian ini dalam kehidupan mereka sehari-hari berada pada tingkat sedang. Artinya, sebagian besar subjek pada penelitian ini memiliki durasi, frekuensi, dan atensi di tingkat sedang pada media yang mereka konsumsi di kehidupan sehari-hari. Mengingat dasarnya arus peredaran informasi dan batasan yang samar terhadap konten yang dapat ditemui di media saat ini, remaja perlu berhati-hati dan memilah media yang baik untuk dikonsumsi serta media yang harus dihindari.

## PENUTUP

### Simpulan

Hasil uji korelasi Pearson Product Moment yang dilakukan dengan program SPSS 25.0 menunjukkan bahwa hubungan antara paparan media dengan *body image* memiliki nilai signifikansi berbilang 0,138 ( $p > 0,05$ ), artinya tidak ada korelasi atau hubungan di antara kedua variabel tersebut. Maka, tinggi atau rendahnya paparan media secara umum yang diterima remaja perempuan tidak ada berpengaruh dengan citra tubuh yang mereka miliki. Tidak ditemukannya hubungan antara paparan media dengan *body image* pada penelitian ini dipengaruhi oleh faktor perbedaan signifikan pada frekuensi dan durasi akses antara old media dan new media, tidak adanya batasan pada jenis media dan konten

yang dikonsumsi subjek, serta perbedaan minat masing-masing subjek.

### Saran

Sesuai dengan hasil yang telah diperoleh dari penelitian ini, maka peneliti memberikan beberapa saran. Sebagian besar partisipan sudah memiliki penilaian yang positif terhadap tubuh fisiknya. Citra tubuh yang positif tersebut baik untuk dipertahankan, melihat bahwa hal tersebut penting untuk perkembangan hidup selanjutnya. Citra tubuh yang positif tidak hanya melibatkan rasa puas terhadap penampilan fisik. Untuk memiliki citra tubuh yang baik, selain tubuh yang memuaskan secara visual, remaja perempuan juga perlu memerhatikan kebugaran dan kesehatan tubuhnya dan melakukan usaha yang nyata. Maka, bagi para subjek yang terlibat dalam penelitian ini diharapkan senantiasa memerhatikan hal-hal tersebut karena pertumbuhan di masa remaja akan turut memengaruhi perkembangan seseorang di tahap perkembangan berikutnya.

Kemudian, bagi Penelitian-penelitian selanjutnya, diharapkan hasil yang ditemukan dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pertimbangan dan menjadi sumber rujukan bagi penelitian-penelitian mengenai paparan media dan citra tubuh pada remaja perempuan yang akan dilakukan selanjutnya. Untuk penelitian yang akan dilakukan kedepannya, riset yang dilakukan sebaiknya bersifat lebih spesifik terhadap jenis ataupun konten media yang dikonsumsi untuk mencari tahu hubungan antara paparan media yang mengandung konten tertentu atau jenis media tertentu terhadap citra tubuh yang dimiliki remaja perempuan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D., Khabib, M., & Prasetya, H. A. (2018). Gambaran Harga Diri, Citra Tubuh, dan Ideal Diri Remaja Putri Berjerawat. *Dian Agustin Muhammad Khabib Hendra Adi Prasetya*, 6(1), 8–12. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/4416/4061>
- Altabe, M., & Thompson, J. K. (1996). Body image: A cognitive self-schema construct? *Cognitive Therapy and Research*, 20(2), 171–193. <https://doi.org/10.1007/BF02228033>
- Andrew, R., Tiggemann, M., & Clark, L. (2013). Self-compassion and positive body image: a role for social comparison? *Journal of Eating Disorders*, 1(1), O54. <https://doi.org/10.1186/2050-2974-1-S1-O54>
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 5(2), 114–128. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- Aryati, H., Suwarni, L., & Ridha, A. (2019). Paparan Pornografi, Sosial Budaya, dan Peran Orang Tua dalam Perilaku Berpacaran Remaja di Kabupaten Sekadau Provinsi Kalimantan Barat. *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT KHATULISTIWA*, 6(3), 127–136. <http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JKM/K/article/view/1775>
- Avalos, L., Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. (2005). The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image*, 2(3), 285–297. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.06.002>
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Jumlah Penduduk Provinsi DKI Jakarta Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin 2018-2020*.
- Butkowski, C. P., Dixon, T. L., & Weeks, K. (2019). Body Surveillance on Instagram: Examining the Role of Selfie Feedback Investment in Young Adult Women's Body Image Concerns. *Sex Roles*, 81(5), 385–397. <https://doi.org/10.1007/s11199-018-0993-6>
- Cash, T. F. (2000). MBSRQ Users Manual. *Unpublished Test Manual*, 2, 1–12.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (Eds.). (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. The Guilford Press.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th editio). Merrill.
- David, P. (1994). What is Body Image? *Behaviour Research and Therapy*, 32(5), 497–502. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)90136-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)90136-8)
- den Hamer, A. H., Konijn, E. A., Plaisier, X. S., Keijer, M. G., Krabbendam, L. C., & Bushman, B. J. (2017). The Content-based Media Exposure Scale (C-ME): Development and Validation. *Computers in Human Behavior*, 72, 549–557. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.02.050>
- Fauziah, L. F., Ma'arif, M. Z., & Pamungkas, F. G. (2021). Hubungan Citra Tubuh dan Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 2(1), 68–74. <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman/article/view/citratubuhgizi>
- Franchina, V., & Lo Coco, G. (2018). The influence of social media use on body image concerns. *International Journal of Psychoanalysis and Education*, 10(1), 5–14. <http://www.psychedu.org/index.php/IJPE/article/view/218>
- Frederick, D. A., Daniels, E. A., Bates, M. E., & Tylka, T. L. (2017). Exposure to thin-ideal media affect most, but not all, women: Results from the Perceived Effects of Media Exposure Scale and open-ended responses. *Body Image*, 25, 188–205.



- <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.006>.
- Fredrickson, B. L., Roberts, T.-A., Noll, S. M., Quinn, D. M., & Twenge, J. M. (1998). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 269–284. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.269>
- Gattario, K. H., & Frisén, A. (2019). From negative to positive body image: Men's and women's journeys from early adolescence to emerging adulthood. *Body Image*, 28, 53–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.002>
- Griffiths, S., Murray, S. B., Bentley, C., Gratwick-Sarll, K., Harrison, C., & Mond, J. M. (2017). Sex differences in quality of life impairment associated with body dissatisfaction in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 61(1), 77–82.
- Grogan, S. (2016). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children* (3rd ed.). Routledge. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781315681528>
- H.R, R. P., & Wijayanti, A. C. (2018). Hubungan antara Pengetahuan dan Paparan Media Massa dengan Perilaku Pacaran Remaja. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 60–67. <http://journal.uad.ac.id/index.php/KesMas/article/view/6908>
- Harrison, K. (2000). The body electric: Thin-ideal media and eating disorders in adolescents. *Journal of Communication*, 50(3), 119–143.
- Hosseini, S. A., & Padhy, R. K. (2021). *Body Image Distortion*. StatPearls Publishing, Treasure Island (FL). <http://europepmc.org/abstract/MED/31536191>
- Huang, Q., Peng, W., & Ahn, S. (2021). When media become the mirror: a meta-analysis on media and body image. *Media Psychology*, 24(4), 437–489. <https://doi.org/10.1080/15213269.2020.1737545>
- Kevin, D., & Sari, W. P. (2019). Pengaruh Terpaan Media Online Terhadap Brand Image Kini Capsule. *Prologia*, 2(2), 291. <https://doi.org/10.24912/pr.v2i2.3590>
- Kristanti, A. J., & Savira, S. I. (2021). Gambaran Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Acne Vulgaris. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 12–23. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41161>
- Lubis, D. P. U. (2017). Peran Teman Sebaya dan Paparan Media Pornografi terhadap Perilaku Seksual Remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta. *JURNAL KESEHATAN SAMODRA ILMU*, 8(1), 47–54. <https://stikes-yogyakarta.ejournal.id/JKSI/article/view/65>
- Mamatha, K., & Ayappa, K. N. (2021). *Media Exposure on Body Image and Sensation Seeking among Adolescents*. 6(9), 313–318. <https://doi.org/10.36348/sjhss.2021.v06i09.002>
- Markey, C. N. (2010). Invited Commentary: Why Body Image is Important to Adolescent Development. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(12), 1387–1391. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9510-0>
- Moradi, B., & Huang, Y.-P. (2008). Objectification Theory and Psychology of Women: A Decade of Advances and Future Directions. *Psychology of Women Quarterly*, 32(4), 377–398. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2008.00452.x>
- Munsch, S., Messerli-Bürgy, N., Meyer, A. H., Humbel, N., Schopf, K., Wyssen, A., Forrer, F., Biedert, E., Lennertz, J., Trier, S., Isenschmid, B., Milos, G., Claussen, M., Whinyates, K., Adolph, D., Margraf, J., Assion, H.-J., Teismann, T., Ueberberg, B., ... Schneider, S. (2021). Consequences of exposure to the thin ideal in mass media depend on moderators in young women: An experimental study. In *Journal of Abnormal Psychology* (Vol. 130, Issue 5, pp. 498–511). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/abn0000676>
- Nagar, I., & Virk, R. (2017). The struggle between the real and ideal: Impact of acute media exposure on body image of young Indian women. *SAGE Open*, 7(1). <https://doi.org/10.1177/2158244017691327>
- Naja, Z. S., Agusyahbana, F., & Mawarni, A. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap Mengenai Seksualitas dan Paparan Media Sosial dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja di Beberapa SMA Kota Semarang Triwulan II Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 5(4), 282–293. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/18364>
- Pai, S., & Schryver, K. (2015). Children, teens, media, and body image. *Common Sense*.
- Paramitha, N. M. K., & Suarya, L. M. K. S. (2018). Hubungan antara Citra Tubuh dan Perilaku Makan Intuitif pada Remaja Putri di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 360–369. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/40407>
- Park, S. (2005). The influence of presumed media influence on women's desire to be thin. *Communication Research*, 32(5), 594–614.
- Pujiati, E., & Handayani, D. S. (2018). Pengaruh Paparan Media Pornografi dan Teman Sebaya

- terhadap Perilaku Seks Remaja Kabupaten Kudus. *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 5(1), 57–68. <http://jurnal.akperkridahusada.ac.id/index.php/jpk/article/view/45>
- Rahmadiyah, A., Munthe, R. A., & Aiyuda, N. (2019). Social Comparison Dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 11–19. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/8317/4657>
- Rodgers, R. F., Damiano, S. R., Wertheim, E. H., & Paxton, S. J. (2017). Media exposure in very young girls: Prospective and cross-sectional relationships with BMIz, self-esteem and body size stereotypes. In *Developmental Psychology* (Vol. 53, Issue 12, pp. 2356–2363). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/dev0000407>
- Rousseau, A., & Eggermont, S. (2018). Media ideals and early adolescents' body image: Selective avoidance or selective exposure? *Body Image*, 26, 50–59. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.06.001>
- Salomon, I., & Brown, C. S. (2019). The Selfie Generation: Examining the Relationship Between Social Media Use and Early Adolescent Body Image. *Journal of Early Adolescence*, 39(4), 539–560. <https://doi.org/10.1177/0272431618770809>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-Span Development* (Seventeenth). McGraw-Hill Education.
- Siregar, R. U. P. (2017). Hubungan Citra Tubuh dengan Gangguan Makan pada Remaja Putri Masa Pubertas. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(1), 1–7. <http://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikeb/article/view/1>
- Sitinjak, T. J., & Sugiarto. (2006). *LISREL*. Graha Ilmu.
- Slater, M. D. (2004). Operationalizing and analyzing exposure: The foundation of media effects research. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 81(1), 168–183. <https://doi.org/10.1177/107769900408100112>
- Stockemer, D. (2019). *Quantitative Methods for the Social Sciences: A Practical Introduction with Examples in SPSS and Stata*. Springer International Publishing.
- Suarya, I. A. W. P. S., & Sukmayanti, L. M. K. (2018). Hubungan antara Social Comparison dan Harga Diri Terhadap Citra Tubuh pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 265–277. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/40398>
- Terhoeven, V., Nikendei, C., Bärnighausen, T., Bountogo, M., Friederich, H. C., Ouermi, L., Sié, A., & Harling, G. (2020). Eating disorders, body image and media exposure among adolescent girls in rural Burkina Faso. *Tropical Medicine and International Health*, 25(1), 132–141. <https://doi.org/10.1111/tmi.13340>
- Uhls, Y. T., Ellison, N. B., & Subrahmanyam, K. (2017). Benefits and costs of social media in adolescence. *Pediatrics*, 140(November 2017), S67–S70. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758E>
- Virgandiri, S., Lestari, D. R., & Zwagery, R. V. (2020). Relationship of Body Image with Eating Disorder in Female Adolescent. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 53–59. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2020.008.01.1>
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra Tubuh pada Remaja Perempuan Gemuk dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional. *Amerta Nutrition*, 1(4), 398–405. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20473/amnt.v1i4.2017.398-405>
- World Health Organization. (n.d.). *Adolescent Health*. Retrieved October 13, 2021, from [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)
- Yusinta, A. N., & Adriyanto, A. (2018). Hubungan antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh Dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Amerta Nutrition*, 2(2), 147–154. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.147-154>