

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak dan masa dewasa yang terjadi antara usia 12 – 21 tahun. Pada masa ini pula terjadi perubahan yang berkaitan dengan tanda-tanda kedewasaan fisik, dimana pada perempuan dimulai antara usia 11 hingga 12 tahun dan untuk laki-laki sedikit lebih tua daripada perempuan (Gunarsa, 2008). Berbagai perubahan yang terjadi di masa ini seperti fisik, psikologis, maupun sosial, membuat remaja mengalami perubahan dalam kehidupan mereka. Salah satu perubahan yang paling menonjol sendiri adalah perubahan fisik. Perubahan fisik menjadi salah satu masalah utama yang dihadapi oleh remaja, terutama pada remaja perempuan karena mereka mengalami perubahan fisik baik dalam hal berat badan maupun penampilan (Lintang et al., 2015).

Jika mengacu pada tugas perkembangan remaja, Havighurst (dalam Marfiah et al., 2004) menyebutkan beberapa tugas yang harus dilalui oleh remaja dan salah satu tugas perkembangan tersebut adalah remaja mampu untuk menerima kondisi fisik dan memanfaatkan tubuhnya secara efektif. Namun, dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Aminah (2022), menunjukkan bahwa dari 348 subjek, sebanyak 48% memiliki rasa ketidakpuasan yang tinggi pada tubuh mereka. Hal ini menunjukkan bahwa

remaja tersebut masih belum mampu untuk menerima kondisi fisik yang mereka miliki.

Keberadaan standar kecantikan dan penampilan dalam masyarakat modern ternyata membawa dampak secara psikologis pada remaja. Secara umum, remaja mempersepsikan bentuk atau tipe tubuhnya berdasarkan citra tubuh atau *body image* (Zahra & Shanti, 2021). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Muhsin (2014) menunjukkan bahwa bentuk *body dissatisfaction* remaja sendiri seperti tidak puas karena tubuhnya terlalu kurus, kulit wajah yang sensitif dan tidak secantik wajah remaja yang lain, tidak puas dengan rambut yang dimiliki dan sebagainya. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tumakaka et al. (2022) dimana bentuk ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang dirasakan oleh remaja sendiri seperti tidak puas dengan beberapa bagian tubuhnya, tidak puas dengan warna kulit, tinggi serta berat badan yang dimiliki.

Body dissatisfaction atau ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh merupakan fenomena yang kerap kali terjadi, baik pada laki-laki maupun perempuan. Jika laki-laki akan merasa tidak puas ketika indeks massa tubuh yang mereka miliki berada dibawah atau diatas rata-rata sehingga membuat mereka memiliki keinginan untuk membesarkan atau menguruskan tubuh mereka, sedangkan pada perempuan sendiri akan merasa tidak puas jika indeks massa tubuh yang mereka miliki berada pada tingkat rata-rata atau di atas rata-rata sehingga membuat mereka memiliki keinginan untuk membuat tubuh mereka menjadli lebih kurus (Baker et al., 2019). Namun,

Bearman dkk (dalam Santrock, 2011) mengatakan bahwa perempuan cenderung kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang lebih negatif selama masa pubertas ini. Grogan (2017) juga menyampaikan hal yang serupa, dimana perempuan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan pada bentuk tubuh yang dimiliki. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Blair et al. (2017), perempuan memiliki risiko 5 kali lebih besar untuk mengalami *body dissatisfaction* dibandingkan dengan laki-laki. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Humaira & Aviani (2023) menunjukkan bahwa dari 274 subjek, sebanyak 15% individu memiliki ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi. Selanjutnya, dari hasil penelitian Niswah (2021) menunjukkan bahwa dari 140 subjek, sebanyak 60 subjek memiliki kualitas citra tubuh yang tinggi. Sementara dari hasil penelitian yang dilakukan Nursyaifuddin (2016) menunjukkan bahwa dari 183 subjek, sebanyak 52.5% memiliki rasa ketidakpuasan terhadap tubuh yang tinggi.

Ketidakpuasan bentuk tubuh oleh Grogan (2017) didefinisikan sebagai pikiran dan perasaan negatif individu terhadap bentuk tubuh yang dimiliki. Hal ini berkaitan dengan penilaian negatif terhadap ukuran, bentuk otot, serta berat badan yang mereka miliki. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh ini dapat membawa individu untuk melakukan berbagai upaya guna memperbaiki penampilan fisiknya sehingga dirinya mendapatkan tubuh yang ideal yang terkadang membuat banyak orang, termasuk remaja

memiliki pikiran yang tidak logis (Veale, 2004 dalam Rahmadiyah et al., 2020).

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan, bentuk *body dissatisfaction* yang dialami oleh para remaja ini sendiri seperti merasa tubuhnya gendut, wajah berjerawat atau bentuknya yang tidak simetris, warna kulit yang gelap, memiliki payudara yang kecil atau besar, merasa kurang tinggi serta merasa tubuh yang dimiliki kurang berisi. Selain itu, perilaku remaja yang gemar membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh orang lain juga menimbulkan rasa ketidakpuasan terhadap tubuh yang mereka miliki sehingga mempengaruhi persepsi mereka terhadap fisik atau tubuh mereka seperti wajah temannya yang lebih mulus dibandingkan dengan wajahnya sendiri, ukuran lengan yang lebih besar dibandingkan dengan lengan orang lain, dan sebagainya. *Body dissatisfaction* yang dialami oleh para remaja ini akhirnya membuat mereka berpikir untuk membeli *skincare*, *make up*, melakukan olahraga maupun perawatan tubuh. Salah satu responden mengatakan bahwa dirinya memikirkan cara yang harus dirinya lakukan, seperti diet atau olahraga agar orang lain tidak lagi memberi ejekan pada tubuhnya. Hal ini dilakukan oleh remaja karena mereka merasa tidak percaya diri atau *insecure*, sedih, serta kecewa dengan tubuh yang mereka miliki. Kondisi tubuh yang membuat remaja ini tidak puas pada akhirnya membuat remaja merasa malas untuk melihat kondisi fisik yang mereka miliki, merasa malu dan juga takut untuk bertemu orang baru karena khawatir akan pandangan orang lain terhadap

diri mereka sendiri, serta merasa harus menggunakan *filter* jika ingin berfoto.

Penyebab remaja ini mengalami *body dissatisfaction* sangat beragam. Dari hasil wawancara menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* ini muncul karena remaja tersebut membandingkan tubuhnya dengan teman yang memiliki tubuh lebih ideal dan saat mereka melihat wanita yang lebih ideal di medsos. Rustiana (2018 dalam Febriana & Rahmasari, 2022) dan Brown Z., & Tiggemann (2016 dalam Febriana & Rahmasari, 2022) juga menjelaskan bahwa penyebab individu mengalami *body dissatisfaction* adalah karena individu membandingkan penampilannya dengan pengguna media sosial lain yang memiliki tubuh menarik dan ideal. Rahmadiyahanti et al. (2020) menjelaskan bahwa remaja perempuan lebih cenderung untuk membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain sehingga membuat mereka merasa kurang dan sulit untuk menerima dirinya sendiri. Evaluasi yang dilakukan oleh remaja mengenai penampilan, bentuk tubuh, ukuran tubuh, dan sebagainya sangat memungkinkan remaja tersebut untuk membentuk konsep perbandingan terhadap tubuhnya dengan tubuh individu yang lain yang dianggap memiliki kriteria yang ideal (Rahmadiyahanti et al., 2020). Penyebab lain yang membuat remaja mengalami *body dissatisfaction* adalah komentar negatif yang didapat oleh remaja dari lingkungan sekitarnya. Komentar yang diberikan sendiri mengenai perubahan tubuh yang dialami oleh remaja (Rahmadiyahanti et al., 2020). Hal ini sesuai dari hasil wawancara yang sudah dilakukan dimana remaja pernah mendapatkan

ejekan baik dari teman maupun orangtua terkait dengan tubuh yang mereka miliki. Ulfa (2021), dalam penelitiannya juga mengatakan jika ketidakpuasan yang dirasakan oleh siswa dan siswi berawal dari komentar negatif yang mereka dapatkan baik dari teman sebaya maupun orangtua. Adapun komentar yang mereka dapatkan seperti badan yang terlalu gemuk, kurus, kurang gemuk, dan kurang kurus. Dari komentar tersebut, pada akhirnya membuat beberapa siswa perempuan melakukan diet agar tubuhnya menjadi lebih ideal, sementara hal yang dilakukan oleh siswa laki-laki sendiri adalah olahraga serta menjaga pola makan mereka.

Tidak hanya itu, dari hasil wawancara juga menunjukkan bahwa para remaja ini mendapatkan tekanan dari sekitar, yaitu orangtua ataupun teman agar memiliki tubuh yang ideal dengan meminta mereka untuk melakukan diet, berolahraga, bahkan diminta untuk menaikkan berat badan dan tinggi badan yang dimiliki, dan melakukan perawatan. Selain itu, agen sosial tersebut juga menyampaikan beberapa keuntungan jika memiliki tubuh yang ideal seperti kebahagiaan yang meningkat, peningkatan penerimaan serta status sosial (Thomson et al., 2012; Hohlstein, Smith & Atlas, 1998 dalam Thompson & Stice, 2001). Berdasarkan konsep *Tripartite Influence Model* yang dikembangkan oleh Thompson et al. (2012), teman sebaya, keluarga, maupun media merupakan sumber utama yang membuat remaja merasakan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya, dimana hal ini dapat terjadi melalui dua proses, salah satu proses tersebut adalah *internalization of appearance ideals*. Hal ini sendiri sesuai dengan fenomena yang

ditemukan di lapangan, dimana remaja mengalami *body dissatisfaction* karena berawal dari komentar negatif serta tekanan atau pesan yang terus mereka dapatkan, baik dari orangtua maupun teman sebaya agar memiliki tubuh yang ideal.

Berdasarkan hal tersebut, maka dari tekanan maupun pesan-pesan yang mereka dapatkan, remaja ini menilai bahwa perempuan dengan tubuh ideal yaitu perempuan yang sesuai dengan standar yang ada di sekitar, seperti memiliki kulit yang putih dan bersih, memiliki proporsi badan yang tinggi, serta berat badan yang sesuai dengan tinggi badan yang dimiliki. Penilaian remaja terkait penampilan ideal tersebut terjadi karena adanya proses internalisasi. Berdasarkan penjelasan Valsiner (1988 dalam Lawrence & Valsiner 1998) terkait proses internalisasi, hal ini dapat dilihat sebagai proses transmisi budaya searah, dimana 'orang yang tahu' (orang tua, guru, ahli) memberikan contoh yang sudah jadi kepada 'orang yang tidak tahu' (anak, murid, pemula) tentang pengetahuan yang sudah jadi, dan para penerima pesan yang sudah jadi ini diharapkan untuk menerimanya sebagaimana adanya. Pada proses ini juga tidak diperlukan reorganisasi pesan yang ditransmisikan dan setiap perubahan pada materi yang ditransmisikan dijelaskan sebagai kesalahan dalam proses transmisi. Remaja yang menginternalisasikan penampilan ideal cenderung memiliki perilaku untuk membandingkan penampilan yang dimiliki dengan penampilan orang lain yang sesuai dengan standar ideal yang ada. Perbandingan penampilan fisik ini dilakukan individu untuk melihat apakah

mereka sudah sesuai dengan standar penampilan ideal yang ada (Barbierik et al., 2023). Ketika mereka merasa masih belum memenuhi standar ideal yang ada, akhirnya membuat remaja berusaha untuk menjaga pola makan mereka dengan cara melakukan diet yang sehat atau diet yang tidak sehat, mulai berolahraga, serta melakukan perawatan dengan rutin menggunakan *skincare* dan sebagainya agar mereka dapat mencapai standar penampilan ideal serta keuntungan yang bisa didapat ketika memiliki tubuh ideal, seperti kebahagiaan yang meningkat, dan daya tarik sosial. Namun, salah satu remaja mengatakan ketika usaha yang sudah dilakukan tidak berhasil, remaja tersebut merasa kecewa karena usaha yang sudah dilakukannya sia-sia.

Internalisasi nilai masyarakat mengenai tubuh kurus dan tubuh berotot merupakan standar yang ideal dari tubuh juga dapat membuat individu merasakan kecemasan dan peningkatan terhadap *body dissatisfaction* ketika mereka tidak dapat mencapai standar tersebut (Hoffmann & Warschburger, 2019; Thompson et al., 2004; Blowers et al., 2003; Thompson & Stice, 2001; Chang et al., 2013 dikutip dari Hartati & Novianty, 2021). Hal serupa juga disampaikan oleh Rahmawati (Sari & Suarya, 2018 dikutip dari Candra & Novianty, 2022), di mana ketidakpuasan bentuk tubuh sering kali terjadi karena orang berusaha menyesuaikan diri dengan standar ideal orang lain. Mereka merasa dianggap cantik atau memenuhi standar ideal ketika mereka menerima pujian, seperti disebut cantik, sebagai tanda keberhasilan dalam mencapai

standar tersebut (Syata, 2012 dalam Candra & Novianty, 2022). Cash (2012 dalam Niswah & Zahro, 2021) mengatakan bahwa pengaruh sosiokultural memiliki peran yang luas dan menyeluruh dalam proses internalisasi standar budaya kecantikan melalui penguatan sosial, dimana orang mulai mengadopsi sikap dan perilaku yang dianut oleh orang lain yang dihormati. Sejalan dengan yang dikatakan oleh Brehm (dalam Asri & Setiasih, 2004: 288 dikutip dari Yovanny, 2018), dimana terdapat lima faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh remaja, dua diantaranya disebabkan karena adanya internalisasi standar budaya kecantikan, yaitu standar yang tidak mungkin dicapai dan hidup dalam budaya "*first impressions*". Melliana (2006 dalam Pratiwi, 2012) mengatakan bahwa standar tubuh perempuan di Indonesia sendiri adalah kriteria Caucasian, yaitu langsing, tinggi, putih, mancung, dan berambut lurus. Sementara dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Pramono & Rossalia (2023), para subjek memandang bahwa tubuh yang ideal bagi perempuan adalah tubuh yang tidak terlalu kurus dan juga tidak terlalu gemuk.

Berdasarkan fenomena yang ditemukan, hasil wawancara telah menunjukkan bahwa remaja menerima tekanan-tekanan maupun pesan baik yang berasal dari keluarga maupun teman sebaya untuk memiliki tubuh maupun penampilan yang ideal. Tekanan yang mereka terima seperti meminta remaja untuk menurunkan berat badan dengan berdiet, menaikkan atau menambah tinggi badan, melakukan perawatan agar memiliki kulit yang putih dan bersih. tekanan ini didapatkan oleh remaja karena keluarga

dan teman mereka menganggap bahwa perempuan dengan tubuh yang ideal memiliki tubuh yang kurus sedikit berisi, berat badan sesuai dengan tinggi bada atau sesuai BMI, dan memiliki kulit yang bersih. Terlebih lagi, baik keluarga maupun teman sebaya juga menyampaikan keuntungan ketika memiliki tubuh ideal, seperti kebahagiaan yang meningkat, peningkatan penerimaan dan status sosial (Thompson et al., 2012; Hohlstein, Smith & Atlas, 1998 dalam Thompson & Stice, 2001). Hal-hal tersebut pada akhirnya membuat remaja menilai bahwa perempuan dengan tubuh ideal yaitu perempuan yang sesuai dengan standar yang ada di sekitar, seperti memiliki kulit yang putih dan bersih, memiliki proporsi badan yang tinggi, serta berat badan yang sesuai dengan tinggi badan yang dimiliki. Selain itu, remaja juga menganggap jika memiliki tubuh yang ideal maka dapat meningkatkan kebahagiaan maupun penerimaan sosial dan status mereka. Penilaian remaja terkait penampilan ideal tersebut terjadi karena adanya proses internalisasi. Valsiner (1988 dalam Lawrence & Valsiner 1998) menjelaskan hal ini dapat dilihat sebagai proses transmisi budaya searah, dimana 'orang yang tahu' (orang tua, guru, ahli) memberikan contoh yang sudah jadi kepada 'orang yang tidak tahu' (anak, murid, pemula) tentang pengetahuan yang sudah jadi, dan para penerima pesan yang sudah jadi ini diharapkan untuk menerimanya sebagaimana adanya. Remaja yang menginternalisasikan penampilan ideal pada akhirnya cenderung untuk membandingkan tubuhnya dengan tubuh orang lain, untuk melihat apakah tubuhnya sesuai dengan standar ideal atau tidak (Barbierik et al., 2023).

Remaja pun pada akhirnya berusaha untuk melakukan perawatan, menjaga pola makan dengan cara melakukan diet dan bahkan ada beberapa yang melakukan diet secara tidak sehat, mulai melakukan olahraga, dan sebagainya. Namun, ketika usaha yang sudah dilakukan ini tidak berhasil atau tidak sesuai dengan harapan mereka, para remaja pun merasa kecewa karena usaha yang dilakukan sia-sia sehingga memunculkan rasa ketidakpuasan pada tubuh mereka. Sesuai dengan yang dijelaskan oleh Thompson & Stice (2001) dimana ketika perempuan tidak dapat mencapai standar penampilan ideal yang ada serta memandang bahwa tubuh yang mereka miliki tidak sesuai dengan standar yang ada, mereka menjadi tidak puas dengan tubuhnya sehingga hal ini juga berpengaruh pada afek negative yang mendorong gejala gangguan makan.

Ketidakpuasan bentuk tubuh yang dialami oleh remaja ini sendiri memiliki dampak yang sangat beragam. Levenson (2011 dalam Zuvita et al., 2022) dan Sigarlaki & Dzahabiyah (2022) menyebutkan bahwa remaja yang memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya memiliki harga diri yang rendah, kepercayaan diri menurun, dihantui perasaan cemas karena penilaian negatif dari orang lain, menarik diri dari pergaulan serta aktivitas sosial, dan adanya risiko untuk melakukan perilaku bunuh diri. Beberapa dampak yang ditimbulkan dari *body dissatisfaction* yang dirasakan oleh remaja ini menjadi urgensi dilakukannya penelitian ini. Hal ini dikarenakan dampak-dampak yang ditimbulkan sendiri selain dapat menghambat perkembangan psikologis pada diri individu juga dapat

memicu adanya perilaku yang merugikan bagi individu. Selain itu, penelitian ini juga dilakukan karena penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Niswah (2021) dan Hartati & Novianty (2021) lebih berfokus pada kualitas citra tubuh remaja penggemar *korean wave* dan *body dissatisfaction* yang dilihat dari internalisasi media, sementara itu pada penelitian yang akan dilakukan sendiri berfokus pada *body dissatisfaction* yang dipengaruhi oleh *internalization of appearance ideals* yang tidak hanya berasal dari media tetapi juga dari orangtua dan teman sebaya. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar untuk membuat suatu program bagi remaja, baik berupa webinar maupun pendampingan untuk mengatasi rasa ketidakpuasan mereka terhadap tubuh yang dimiliki.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penelitian mengenai *internalization of appearance ideals* dan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan sendiri menarik untuk dilakukan. Penulis tertarik untuk meneliti hal tersebut karena pengaruh dari *internalization of appearance ideals* terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh ini sendiri masih belum banyak diteliti. Oleh karena itu, secara sistematis maka peneliti akan mengambil judul penelitian yaitu “***Pengaruh Internalization and Social Pressure of Appearance Ideals terhadap Body Dissatisfaction pada Remaja Perempuan***”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah

1. Apakah terdapat pengaruh *internalization of appearance ideals* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan?
2. Apakah terdapat pengaruh *social pressure* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh antara *internalization of appearance ideals* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan.
2. Untuk mengetahui pengaruh *social pressure* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pijakan maupun referensi dalam melakukan pengembangan dibidang psikologi sosial dan dapat digunakan untuk mengkaji secara lebih lanjut lagi penelitian yang berhubungan dengan internalisasi tubuh ideal terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, serta pemahaman yang lebih lagi terkait pengaruh *internalization and social pressure of appearance ideals* terhadap

body dissatisfaction yang terjadi pada remaja perempuan. Selain itu, dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan remaja dapat menerima bentuk tubuhnya dengan baik serta tidak melakukan hal-hal yang dapat membahayakan dirinya sendiri agar dapat memenuhi standar tubuh ideal yang ada di masyarakat.

b. Bagi Pembaca

Diharapkan dari penulisan tugas akhir ini dapat menambah wawasan pada remaja untuk memahami kecantikan pada diri mereka terutama mengenai bentuk tubuh yang mereka miliki sehingga dapat meminimalisir rasa ketidakpuasan mereka terhadap diri mereka sendiri.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini sendiri ditulis dan disusun oleh penulis guna memperluas hasil dari penelitian terdahulu. Sudah tentu penelitian yang akan dilakukan ini tidak terlepas dengan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya sehingga peneliti diharapkan dapat melihat persamaan serta perbedaan yang terdapat pada penelitian-penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya. Berikut merupakan beberapa penelitian yang menjadi rujukan penulis dalam menyusun penelitian ini:

1. Penelitian yang dilakukan Muhammad (2023) dengan judul “*Gratitude Sebagai Moderator Thin Ideal Internalization terhadap Body Dissatisfaction pada Perempuan Dewasa Awal di Kota Makassar*”. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *thin ideal*

internalization terhadap *body dissatisfaction* pada perempuan dewasa awal dan untuk mengetahui *gratitude* berperan sebagai moderator antara *thin ideal internalization* terhadap *body dissatisfaction* pada perempuan dewasa awal. Populasi dan sampel yang digunakan merupakan perempuan dengan rentang 18-25 tahun dan berjumlah 406 responden. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *thin ideal internalization* dengan *body dissatisfaction*, sementara *gratitude* tidak dapat menjadi moderator antara pengaruh *thin ideal internalization* terhadap *body dissatisfaction*. Kebaharuan pada penelitian ini terletak pada subjek penelitian, alat ukur, serta lokasi penelitian. Pada penelitian diatas subjek yang digunakan merupakan perempuan dewasa awal, sedangkan pada penelitian ini menggunakan subjek perempuan yang masih berada pada masa remaja. Alat ukur untuk variabel internalisasi sendiri penelitian di atas menggunakan SATAQ-4R, sedangkan pada penelitian ini menggunakan SATAQ-4. Kemudian untuk lokasi penelitian sendiri berada di Makassar, sedangkan pada penelitian ini akan dilakukan di Jember, Jawa Timur.

2. Penelitian yang dilakukan Aminah (2022) dengan judul “Hubungan Intensitas Penggunaan *Instagram* dengan *Body Dissatisfaction* pada Remaja Perempuan”. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan *instagram* dengan *body dissatisfaction* pada perempuan. Populasi dan sampel yang digunakan merupakan remaja perempuan yang mengikuti *instagram beauty*

influencer @Wellisnaa dengan rentang usia 18-22 tahun sebanyak 348 responden. Hasil dari penelitian menunjukkan adanya korelasi positif, yaitu semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial *instagram*, maka akan semakin tinggi pula *body dissatisfaction*. Kebaharuan pada penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas dan alat ukur yang akan digunakan. Pada penelitian diatas, variabel bebas yang digunakan adalah “Intensitas Penggunaan *Instagram*”, sedangkan pada penelitian ini menggunakan variabel “*Internalization of Appearance Ideal*”. Selain itu, pada variabel *body dissatisfaction* menggunakan skala yang disusun oleh Fajar Ayu Hastuti (2018 dalam Aminah 2022), sedangkan pada penelitian ini menggunakan skala BSQ-34 yang disusun Cooper et al. (1987).

3. Penelitian yang dilakukan oleh Niswah (2021) dengan judul “Hubungan antara Internalisasi Sosiokultural dengan Kualitas Citra Tubuh pada Remaja Penggemar Korean Wave di JABODETABEK”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara internalisasi sosiokultural dengan kualitas citra tubuh pada remaja penggemar *korean wave* di JABODETABEK, dimana populasi dan sampel yang digunakan adalah 140 remaja yang merupakan penggemar korean wave serta berdomisili di JABODETABEK. Hasil penelitian yang dilakukan sendiri menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara internalisasi sosiokultural dengan kualitas citra tubuh. Kebaharuan pada penelitian yang akan dilakukan sendiri terletak pada fokus serta subjek

penelitian yang digunakan. Jika pada penelitian diatas berfokus pada internalisasi sosiokultural melalui *korean wave*, sedangkan pada penelitian ini sendiri lebih fokus pada internalisasi yang berasal dari orang tua, teman sebaya, dsb. Selain itu, subjek penelitian yang digunakan pada penelitian ini sendiri adalah remaja secara umum.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Hartati & Novianty (2021) dengan judul “Ketidakpuasan Tubuh dan Internalisasi Media pada Remaja”. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat hubungan antara ketidakpuasan dengan pesan yang disampaikan oleh media pada remaja, dimana populasi dan sampel dalam penelitian diatas terdiri dari 188 orang remaja dengan rentang usia 18-24 tahun. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan, dimana nilai koefisien sebesar 0.001 ($p < 0.05$) dan nilai koefisien korelasi 0.244 ($r < 1$). Kebaharuan pada penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebas serta alat ukur yang digunakan. Pada penelitian di atas, variabel bebas yang digunakan adalah “Internalisasi Media”, sedangkan pada penelitian ini menggunakan variabel “*Internalization of Appearance Ideals*”, dimana variabel ini tidak hanya berfokus pada media saja, tetapi juga melalui orang tua dan teman sebaya. Selain itu, alat ukur yang digunakan sendiri SATAQ-3 dan Skala Ketidakpuasan Tubuh dari Mutale et al (2016 dalam Hartati & Novianty, 2021) untuk mengukur internalisasi serta ketidakpuasan tubuh, sedangkan pada penelitian ini menggunakan SATAQ-4 dan BSQ-34.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Nursyaifuddin (2016) dengan judul “Pengaruh Perbandingan Sosial, *Self-Esteem*, dan *Thin Ideal Internalization* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Ibu di Jakarta”. Populasi dan sampel yang digunakan sendiri adalah 183 orang Ibu di wilayah Jakarta Selatan yang pernah melahirkan serta berada di rentang usia dewasa awal hingga dewasa madya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *upward* dan *downward comparison*, *physical appearance self-esteem* dan *thin ideal internalization* terhadap *body dissatisfaction* ibu. Kebaharuan pada penelitian yang akan dilakukan terletak pada subjek dan alat ukur yang digunakan. Alat ukur yang digunakan pada variabel *thin ideal internalization* dan *body dissatisfaction* pada penelitian di atas sendiri SATAQ-3 dan BIRS, sedangkan pada penelitian ini menggunakan alat ukur SATAQ-4 dan BSQ-34. Selain itu, subjek pada penelitian di atas menggunakan ibu yang pernah melahirkan dengan rentang usia dewasa awal hingga dewasa madya, sedangkan pada penelitian ini menggunakan subjek remaja di rentang usia 12-21 tahun.