

**CHRONICALLY ONLINE DAN SELF ESTEEM TERHADAP BODY IMAGE
PADA MAHASISWI UNIVERSITAS X**

¹Selviana, ²Zalfanatya

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI, Jakarta, Indonesia

Email: ¹selviana.psikologi@gmail.com,

ABSTRAK

Body image menjadi hal yang sangat penting bagi remaja. Perempuan remaja akhir memiliki perhatian besar terhadap *body image* seperti pada penampilan bentuk tubuh. Remaja biasanya dalam membandingkan *body image* yang dimiliki dengan orang lain melalui sebuah media sosial dan kemudian berdampak pada *self esteem* rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image* mahasiswa Universitas X. Subjek penelitian merupakan mahasiswa yang berusia 18 sampai 21 tahun sebanyak 200 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *non probability sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *body image*, skala *chronically online*, dan skala *self esteem*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linear berganda. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil $b_1 = 0.287$ dan $b_2 = 0.756$ dengan signifikansi sebesar $<0.001 < 0.05$, maka dapat diartikan bahwa pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image* mahasiswa Universitas X tersebut signifikan, sehingga hipotesis diterima. Penelitian ini memberikan gambaran terkait pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image* mahasiswa Universitas X.

Kata Kunci : *Body image, Chronically Online, Self Esteem*

ABSTRACT

Body image is very important for teenagers. Late teenage girls have great attention to body image such as the appearance of body shape. Teenagers usually compare their body image with other people through social media and the results is low self-esteem. This study aims to determine the influence of chronically online and self-esteem on the body image of students at X University. The research subjects were 200 Diponegoro University nursing students aged 18 to 21. The sampling technique in this research used non-probability sampling. The measuring instruments used are the body image scale, the chronically online scale, and the self-esteem scale. This research uses multiple linear regression analysis techniques. Based on the results of data analysis, the results obtained were $b_1 = 0.287$ and $b_2 = 0.756$ with a significance of $<0.001 < 0.05$, so it can be interpreted that the influence of chronically online and self-esteem on the body image of nursing students at Diponegoro University is significant, so the hypothesis is accepted. This research provides an overview of the influence of chronically online and self-esteem on the body image of nursing students at X University.

Keywords : *Body image, Chronically Online, Self Esteem*

***Corresponding Author:**

Selviana,
Zalfanatya,
Email: selviana.psikologi@gmail.com (coresponden author)

Article History

Submitted: 28 November 2024

Accepted: 31 Desember 2024

Available online: 07 Januari 2025

PENDAHULUAN

Mahasiswa termasuk dalam kategori rentang usia remaja akhir yang memiliki karakteristik cenderung lebih memperhatikan dan menekankan penampilan fisik, terutama pada perempuan (MacNeill, 2017)

Masa remaja merupakan masa terjadinya perubahan perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang menyebabkan perubahan pada aspek biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrok, 2018). Tujuan perempuan untuk tampil cantik salah satunya untuk mencari pekerjaan, mencari pasangan, dan menumbuhkan rasa percaya diri. Perempuan cenderung memperhatikan setiap hal yang berhubungan dengan penampilan fisik meliputi bentuk tubuh, penggunaan make up, kecantikan wajah, dan gaya busana (Sumanty, 2018). Remaja akhir bersaing untuk memuaskan penampilan dengan berbagai cara dan merubah penampilan yang tidak diinginkan atau tidak sukai.

Menurut direktorat Jenderal Informasi dan Komunikasi Publik (IKP), dari hasil laporan statistik menyebutkan bahwa pengguna media sosial di Indonesia yang berusia 18-21 tahun sebanyak 14,2% perempuan. Tidak dapat dihindari lagi jika kehidupan manusia menjadi bergantung pada jaringan Internet. Salah satu aspek kehidupan manusia yang memanfaatkan jaringan internet adalah kehidupan media sosial. Istilah "*chronically online*" (kecanduaan media sosial) juga mengacu pada mereka yang menghabiskan banyak waktu online, selalu terhubung ke internet dan terus-menerus berinteraksi dengan media sosial, aplikasi *chat*, atau platform online lainnya. Dengan munculnya postingan kecantikan yang kerap beredar di media sosial dengan menampilkan tubuh ideal untuk mendapatkan respon dan *likes* yang banyak itu akan menciptakan *ideal self* yang menyebabkan lahirnya istilah "*body goals*" di kalangan perempuan remaja akhir (Alika dan Siti, 2022). Oleh karena itu, *body image* dianggap penting. Masa remaja merupakan masa dimana sedang mencari jati dirinya, namun cenderung cepat tertarik pada hal-hal baru dan ingin menampilkan identitas dirinya. Setiap orang tentu mempunyai pemikiran dan pendapat mengenai bagaimana cara memaknai dan memberikan penilaian tentang dirinya dari segi kelebihan dan kekurangannya sehingga hal tersebut menciptakan suatu *body image* (citra tubuh). Ketika ada kesenjangan antara tubuh dirinya dengan gambaran *ideal self* pada orang lain akan menyebabkan penilaian yang negatif terhadap tubuh dirinya dikarenakan terdapat persepsi terhadap "*body goals*". Dengan adanya istilah ini, Remaja perempuan menjadi suka membandingkan penampilan dirinya dengan penampilan orang lain yang

akan berefek kepada *body image* (citra tubuh). Masalah *body image* (citra tubuh) yang sering dihadapi remaja perempuan berkaitan dengan bentuk tubuh, berat badan, tinggi badan, wajah dan rambut, warna kulit, serta menganggap dirinya tidak menarik.

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada dua puluh perempuan remaja akhir yang usianya 18-21 tahun di Universitas X menunjukkan bahwa dua belas diantaranya suka membandingkan tubuhnya dengan tampilan tubuh orang lain setelah melihat foto atau video perempuan cantik di media sosial, sehingga perempuan remaja akhir melakukan diet, pola hidup sehat, dan olahraga agar mendapatkan tubuh yang ideal seperti perempuan cantik yang dilihat di media sosial. Sedangkan tujuh perempuan remaja akhir memiliki masalah pada wajahnya seperti timbul jerawat dan terdapat bekas luka pada tubuhnya yang membuat perempuan remaja akhir menggunakan *skincare* untuk mengobati jerawat dan bekas luka, menjadi kurang percaya diri dan merasa iri jika melihat perempuan dengan wajah mulus, putih, dan tanpa ada jerawat (Wawancara, 31 Juli 2024).

Dengan adanya penilaian bentuk tubuh yang dijadikan standar penampilan mengakibatkan perempuan remaja akhir merasa penampilan fisik menjadi suatu hal yang penting. Hal ini menyebabkan kurangnya rasa percaya diri dan menilai dirinya sendiri berdasarkan dari penilaian orang lain, sehingga memiliki *ideal self* yang dirasa harus dimiliki semua perempuan. *Self esteem* (harga diri) diartikan sebagai persepsi tentang bagaimana individu menilai dan menghargai dirinya sendiri secara keseluruhan dan diperlihatkan melalui sikap yang positif atau negatif terhadap dirinya (Akhrima dan Rinaldi, 2019). Banyak remaja perempuan akhir yang mempunyai *self esteem* (harga diri) rendah dikarenakan individu tersebut membandingkan dirinya dengan orang lain untuk mendapatkan standar kecantikan, seperti di media sosial.

Mahasiswi keperawatan merupakan calon tenaga kesehatan profesional yang harus bertanggung jawab terhadap peran dan fungsi keperawatan. Salah satu peran dan fungsi tersebut harus mampu mengembangkan dan menyebarluaskan ilmu kesehatan, khususnya ilmu keperawatan dalam upaya mencapai penyelesaian masalah kesehatan klien baik secara individu, maupun masyarakat secara luas. Perawat bertanggung jawab terhadap peningkatan derajat kesehatan seseorang tidak hanya berfokus pada masalah fisik tetapi juga dalam masalah psikologis. Apabila psikologis mahasiswi keperawatan terganggu, maka mahasiswi keperawatan akan mengalami hambatan dalam memberikan asuhan keperawatan. Sehingga sebagai calon perawat profesional dirinya terlebih dahulu

harus sehat secara fisik maupun psikologis termasuk salah satunya terhindar dari *chronically online* (kecanduan media sosial).

Dalam Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Kurnia dan Fadilla, 2019), mengenai pengaruh media sosial terhadap *body image* (citra tubuh) perempuan remaja akhir. Berdasarkan hasil uji analisis data, disimpulkan bahwa hasil menunjukkan penggunaan media sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* (citra tubuh) pada remaja khususnya perempuan. Hal ini terjadi ketika Perempuan remaja akhir, sadar atau tidak, membandingkan penampilannya dengan penampilan pengguna media sosial lain yang mereka anggap lebih menarik, cantik, lebih putih.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan dengan studi lintas bidang oleh (Robins, et al, 2018) bahwa pengaruh *self esteem* terhadap *body image* perempuan remaja akhir menunjukkan hasil *self esteem* (harga diri) cenderung menurun pada masa remaja dan secara bertahap meningkat pada masa dewasa. Remaja perempuan diketahui memiliki *self esteem* (harga diri) yang rendah di mana penurunan yang terjadi pada remaja perempuan lebih banyak berkaitan dengan kepuasan terhadap penampilan fisik. Rendahnya *self esteem* (harga diri) pada masa remaja dapat menyebabkan *body image* (citra tubuh) pada perempuan remaja akhir menurun. Hal ini disebabkan karena individu mempunyai *self esteem* (harga diri) yang rendah sehingga menyebabkan lemahnya *body image* (citra tubuh) dan menyebabkan individu mempunyai *body image* yang negatif.

Berdasarkan hasil pemaparan penelitian di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image* mahasiswi Universitas X untuk melihat apakah terdapat pengaruh di antara ketiga variabel tersebut.

LANDASAN TEORI

Menurut (Saptarini, 2019), *body image* yaitu persepsi dimana seseorang dapat mengomentari mengenai penampilan fisik dirinya sendiri. Persepsi mengenai penampilan fisik inilah yang disebut citra diri. Citra diri adalah bagian dari konsep diri maka dari itu perlu memiliki pemikiran yang nyata karena semakin seseorang bisa menerima dan mencintai tubuhnya, individu akan merasa lebih bebas dan aman dari sifat kecemasan berlebihan sehingga *self esteem*-nya akan meningkat. Gambaran individu pada tubuhnya memperlihatkan aspek penting dalam dirinya. Konsep positif menunjukkan harapan besar untuk dirinya dan akan menganggap dirinya berhasil dalam hidup termasuk penerimaan

dari aspek negatif dirinya sendiri.

Menurut (Widyastuti, 2020), Intensitas dalam mengakses media sosial, menjadi salah satu faktor yang memiliki pengaruh kuat terhadap *body image* remaja. Intensitas dalam mengakses media sosial dapat menimbulkan *body image* yang buruk pada remaja, dimana *body image* pada masa remaja akhir tergolong positif dan intensitas akses media sosial tergolong sedang. Remaja akhir menghabiskan lebih banyak waktu mengakses media sosial, yang berdampak pada meningkatnya ketidakpuasan terhadap tubuh. Hal ini tercermin dari keinginan remaja untuk tampil lebih menarik. Dengan mengubah penampilan dan berupaya memiliki tubuh ideal seperti yang dilihat di media sosial.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Coopersmith dalam Fatimah, dkk 2020). Mengatakan bahwa seseorang yang memiliki *self esteem* yang tinggi maka akan memunculkan *body image* yang positif begitupun sebaliknya, karena *self esteem* yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif pula terhadap bentuk tubuhnya, sehingga memunculkan kepuasan dalam dirinya termasuk saat melihat gambaran tubuhnya. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nnaemeka dan Solomon (Rahmi, 2022) menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara *body image* dengan *self esteem* yang menunjukkan bahwa *body image* secara signifikan berhubungan dengan *self esteem* pada remaja perempuan.

Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dikemukakan hipotesis sebagai berikut :

Hipotesis 1 : Ada pengaruh *Chronically Online* terhadap *Body Image* mahasiswa Universitas X.

Hipotesis 2 : Ada pengaruh *Self Esteem* terhadap *Body Image* mahasiswa Universitas X.

Hipotesis 3 : Ada pengaruh *Chronically Online* dan *Self Esteem* terhadap *Body Image* mahasiswa Universitas X.

METODE PENELITIAN

Partisipan

Dalam penelitian ini penulis mempersempit populasi yaitu mahasiswa keperawatan aktif yang berumur 18-21 tahun di Universitas X sebanyak 400 orang dengan menghitung ukuran sampel yang dilakukan dengan menggunakan teknik *Slovin*. Adapun penelitian ini menggunakan rumus *Slovin* karena dalam penarikan sampel, jumlahnya harus *representative* agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan perhitungannya pun

tidak memerlukan tabel jumlah sampel, namun dapat dilakukan dengan rumus dan perhitungan sederhana. Rumus Slovin untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut:

$$n: N1 + N(e)^2$$

n : Ukuran sampel/Jumlah responden

N : Ukuran populasi

E : Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir, $e=0,5$ (5%)

Hasil yang didapat sebesar 200 responden dari perhitungan rumus Slovin.

Desain

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang hendak melihat pengaruh langsung serta signifikansinya pada variabel bebas terhadap variabel terikat.

Prosedur

Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner yang dikembangkan sendiri oleh peneliti. Kuesioner menggunakan skala model Likert dengan 5 pilihan respon mulai dari "sangat sesuai", "sesuai", "cukup sesuai", "tidak sesuai" dan "sangat tidak sesuai" yang semua aitem-aitemnya disusun sendiri oleh peneliti.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan maka dapat diketahui bahwa nilai *Cronbach's Alpha* pada masing-masing aitem, memperoleh hasil nilai di atas nilai yang telah di isyaratkan yaitu 0,60. Perhitungan tersebut dikerjakan dengan menghitung rata-rata interkorelasi antara butir-butir pernyataan dalam kuesioner. Berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan pengolahan data statistik yaitu program SPSS 29.0 *for windows*, maka diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* pada variabel *body image* sebesar 0,788 (reliabel) dengan 16 aitem, variabel *chronically online* sebesar 0,903 (sangat reliabel) dengan 10 aitem, dan variabel *self esteem* sebesar 0,987 (sangat reliabel) dengan 10 aitem. Oleh karena itu instrumen penelitian ini dinyatakan valid dan reliabel digunakan karena mempunyai Tingkat keandalan yang baik.

Teknik Analisis

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Regresi Linear Berganda, yaitu menganalisa pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image* mahasiswa Universitas X. Analisis data pada penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 29.0 *version for windows*

Hasil dan Pembahasan

Pengujian Hipotesa 1

Berdasarkan hasil perhitungan menunjukkan bahwa untuk variabel *chronically online* diperoleh koefisien regresi sebesar 0.287. Uji keberartian koefisien regresi dengan uji t diperoleh thitung = 15.956 dengan signifikansi <0,001. Karena nilai signifikansi yang diperoleh kurang dari 0,05, menunjukkan bahwa nilai t yang diperoleh tersebut signifikan, hal ini berarti bahwa variabel *chronically online* (X1) berpengaruh secara signifikan terhadap *body image* (Y).

Pengujian Hipotesa 2

Berdasarkan hasil perhitungan menunjukkan bahwa untuk variabel *self esteem* diperoleh koefisien regresi sebesar 0.756. Uji keberartian koefisien regresi dengan uji t diperoleh thitung = 11.211 dengan signifikansi <0,001. Karena nilai signifikansi yang diperoleh kurang dari 0,05, menunjukkan bahwa nilai t yang diperoleh tersebut signifikan, hal ini berarti bahwa variabel *self esteem* (X2) berpengaruh secara signifikan terhadap *body image* (Y).

Pengujian Hipotesa 3

Pengaruh antara masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat dalam penelitian ini dapat diketahui dari koefisien korelasi secara parsial. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan program komputerisasi SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 29.0 *version for windows* diperoleh koefisien korelasi parsial antara *chronically online* dengan *body image* sebesar 0.287, dan koefisien korelasi antara *self esteem* dengan *body image* sebesar 0.756.

Hasil dalam penelitian ini pada analisis pertama adalah terdapat pengaruh positif antara *chronically online* dengan *body image*. Hasil perhitungan pada analisis pertama diperoleh koefisien regresi sebesar 0.287. Uji keberartian koefisien regresi dengan uji t diperoleh thitung = 15.956 dengan signifikansi <0,001. Karena nilai signifikansi yang diperoleh kurang dari 0,05, menunjukkan bahwa nilai t yang diperoleh tersebut signifikan, hal ini berarti bahwa variabel *chronically online* (X1) berpengaruh secara signifikan terhadap *body image* (Y). sesuai kerangka berpikir. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang berjudul "Dampak Media Sosial terhadap Body Image pada Remaja Putri" yang dilakukan oleh Ayu Endang (2023) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif antara mengakses media sosial dengan *body image* pada remaja putri. Dimana semakin tinggi mengakses media sosial maka semakin tinggi penilaian negative terhadap *body image*. Sebaliknya, semakin rendah mengakses media

sosial maka semakin rendah penilaian negatif terhadap *body image* pada remaja perempuan. Hasil analisis kedua diperoleh koefisien regresi sebesar 0.756. Uji keberartian koefisien regresi dengan uji t diperoleh thitung = 11.211 dengan signifikansi <0,001. Karena nilai signifikansi yang diperoleh kurang dari 0,05, menunjukkan bahwa nilai t yang diperoleh tersebut signifikan, hal ini berarti bahwa variabel *self esteem* (X2) berpengaruh secara signifikan terhadap *body image* (Y).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alike & Herdina (2022) yang mengatakan dalam penelitiannya bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self esteem* dengan *body image*. Pada analisis ketiga menggunakan metode analisis data *regression method enter* antar variabel *chronically online* dan *self esteem* dengan *body image* diperoleh nilai R sebesar 0.868 dan R square sebesar 0.752 dengan signifikansi sebesar <0,001 < 0,05.

Kesimpulannya adalah terdapat pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image* mahasiswi di Universitas X. *Chronically online* dan *self esteem* memberikan sumbangan sebesar 75,2% terhadap *body image*, Selebihnya sebesar 100% - 75,2% = 24,8% dijelaskan di variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini atau tidak diteliti.

Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini membuktikan adanya pengaruh positif dan signifikan antara variabel *chronically online* dan *self esteem* secara bersama-sama (simultan) berpengaruh signifikan terhadap *body image* mahasiswi Universitas X. Dengan tidak sering membuka media sosial dan memiliki *self esteem* yang tinggi mampu meningkatkan *body image* mahasiswi Universitas X.

Saran Teoritis

Saran teoritis dalam penelitian ini telah berhasil menguji pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image*. Namun demikian, disarankan agar pada penelitian selanjutnya dapat memperkaya variabel-variabel lain yang tidak sempat diteliti dalam penelitian ini seperti *body comparison*, kepercayaan diri, maupun *body dissatisfaction*. Dari hasil penelitian menjelaskan bahwa *chronically online* terbukti mempengaruhi *body image* dan dapat dilihat juga pengaruh langsung *self esteem* terhadap *body image*.

Selain itu, dikarenakan subjek dari penelitian ini adalah perempuan remaja akhir, belum dilakukan penelitian pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image* pada perempuan kelompok usia lain sehingga disarankan untuk melakukan penelitian kepada subjek perempuan remaja awal dan perempuan dewasa agar dapat diperoleh analisis yang lebih mendalam terkait pengaruh *chronically online* dan *self esteem* terhadap *body image* pada perempuan remaja awal maupun perempuan dewasa.

Saran Praktis

a) Bagi Perempuan Remaja Akhir

Disarankan agar menggunakan media sosial dengan durasi yang tidak berlebih untuk mengurangi potensi munculnya *self esteem* rendah yang menyebabkan *body image* negatif pada perempuan remaja akhir. Selain itu, disarankan juga untuk melakukan *filtering* terhadap konten maupun informasi yang diterima di media sosial. Adapun media sosial seperti Instagram, TikTok, Facebook, maupun Twitter mempunyai fitur *filtering content* untuk pengguna dalam mengurangi potensi konten yang tidak diinginkan muncul.

b) Bagi Orang Tua Perempuan Remaja Akhir

Disarankan untuk melakukan monitor penggunaan media sosial kepada perempuan remaja akhir dalam upaya melindungi terhadap rentannya pengaruh buruk yang ditimbulkan oleh media sosial serta meningkatkan kepedulian orang tua terhadap *body image* dan *self esteem* perempuan remaja akhir, dengan cara melakukan pendekatan dan bertukar pikiran dengan anak guna mengurangi potensi kecanduan terhadap media sosial. Memberikan edukasi dan konseling terhadap anak menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan *body image* perempuan remaja akhir.

Referensi

- Al-Menayes, J. (2015). Psychometric Properties and Validation of the Arabic Social Media Addiction Scale. *Journal of Addiction, 2015*, 1–6.
- Alwy Yusuf, M., Herman, H, T., Abraham, A., & Rukmana, H. (2024). Analisis Regresi Linier Sederhana dan Berganda Beserta Penerapannya. *Journal on Education, 6(2)*, 13331–13344.
- Ardi, Z., & Putri, S. A. (2020). The analysis of the social media impact on the millennial generation behavior and social interactions. *Southeast Asian Journal of Technology and Science, 1(2)*, 70–77.
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP), 5(2)*, 114–128.

- Asriwati, & Irawati. (2019). *Buku Ajar Antropologi Kesehatan dalam Keperawatan*. Grup Penerbitan CV Budi Utama.
- Ayu Febriani, R., & Rahmasari, D. (2022). Hubungan antara Body Image dengan Penerimaan Diri pada Remaja Perempuan Pengguna Tiktok. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4).
- Byron Hyacinth, & Thomas, S. (2023, November 21). *Maslow's Hierarchy of Needs and Self Esteem Needs Examples*. Study.com. Retrieved August 4, 2024, from <https://study.com/academy/lesson/esteem-needs-in-maslowshierarchy-examples-definition>.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. Guilford Press.
- Chandra Sari, N. (2022). Determinan Kualitas Sumber Daya Manusia dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Pegawai. *Prosiding Seminar Nasional Ekonomi Dan Bisnis ke-II*.
- Chronically online: Ketika main internet bikin lupa dunia nyata. (2023, February 5). Vice.com. Retrieved October 2, 2023, from <https://www.vice.com/id/article/xgybvk/chronically-online-ketika-maininternet-bikin-lupa-dunia-nyata>.
- Chronically Online: What the phrase means, and some examples. (2021, September 9). Cnet.com. Retrieved October 2, 2023, from <https://www.cnet.com/culture/internet/chronically-online-what-the-phrasemeans-and-some-examples/>.
- Daria J, K., & Mark D, G. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311.
- Fadhillah, A. S. A., & Indrijati, H. (2022). Hubungan antara Self-Esteem dan Body Image Pada Remaja Akhir Perempuan Pengguna Instagram. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 201–211.
- Hartinah, S., Sriati, A., & Kosasih, C. E. (2019). Gambaran Tingkat Gejala Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(1).
- Jauhari, W. (2022, May 22). *Ketergantungan media sosial apakah dapat disembuhkan?*. Kompasiana. Retrieved February 7, 2024, from <https://www.kompasiana.com/wildanjauhari8229/62890c04c01a4c0874251512/ket-ergantungan-media-sosial-apaakah-dapat-disembuhkan>.
- Megawati, S. B., & Nurhayati, S. R. (2022). Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap *Body Image* pada Mahasiswi. *Acta Psychologia*, 4(2), 65–71.
- Muhtar, Z. (2022). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap *Body Image* Pada Mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(2).
- Novarima, D. S. H., & Munawaroh, E. (2023). Hubungan *Body Image* dengan Self-Esteem Pengguna Media Sosial Instagram pada Mahasiswa FIP UNNES. *EMPATI-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 71–86.
- Pengguna internet di Indonesia sentuh 212 juta pada 2023. (2023, February 3). Dataindonesia.id. Retrieved March 10, 2023, from <https://dataindonesia.id/Digital/detail/pengguna-internet-di-indonesiasentuh-212-juta-pada-2023>.
- Purwati, A. E. (2023). Dampak Media Sosial Terhadap *Body Image* Remaja Putri. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 553–568.
- Putri, N. B. A., & Wahyudi, N. H. (2022). Hubungan Antara Problematic Internet Use

- dengan Subjective Well Being Anak dan Remaja. *Jurnal Riset Psikologi*, 2(1), 13–20.
- Sahin, C. (2018). Social Media Addiction Scale-Student Form: The Reliability and Validity Study. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 17(1), 169–182.
- Salsabila Rahma, A., & Qodariah, S. (2022). Pengaruh *Self Esteem* terhadap *Body Image* Remaja Akhir Putri Pengguna Tiktok. Bandung Conference Series: Psychology Science, 2(2), 221–228.
- Sigelman, C. K., De George, L., Cunial, K., & Rider, E. A. (2018). *Life span human development*. Cengage Learning.
- Wika Permata Sari, I. A., & Karisma Sukmayanti Suarya, L. M. (2018). Hubungan antara social comparison dan harga diri terhadap citra tubuh pada remaja perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 40–52.
- Yusinta, D. H., Pradigdo, S. F., & Rahfiluddin, M. Z. (2019). Hubungan Body Image dengan Pola Konsumsi dan Status Gizi Remaja Putri di SMPN 12 Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 47–53.

CC BY 4.0 You can share, copy and modify this dataset so long as you give appropriate credit, provide a link to the CC BY license, and indicate if changes were made, but you may not do so in a way that suggests the rights holder has endorsed you or your use of the dataset. Note that further permission may be required for any content within the dataset that is identified as belonging to a third party.

