



## Peran Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan di Denpasar Yang Menggunakan Media Sosial Tiktok

Ni Ayu Diah Kusumawati<sup>1</sup>, Adijanti Marheni<sup>2</sup>, Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

### Abstract

Received: 20 Agustus 2025  
Revised: 27 Agustus 2025  
Accepted: 01 September 2025

*Self-confidence is one of the important things in the growth and development process, especially in adolescents. This is because self-confidence is one of the developmental tasks in adolescence. where at this stage individuals will experience various changes in themselves, starting from physically and psychologically, not infrequently these changes cause adolescents' self-confidence to decrease. Body image at this time is often based on stereotypes or certain beauty standards such as having a good body shape, being thin, having a tall body and white skin which are spread through TikTok social media. This study aims to determine the role of body image on self-confidence in female students in Denpasar who use TikTok. This type of research is quantitative using cluster sampling techniques. The measuring instrument used in this study uses a scale of self-confidence and body image. The total number of subjects in this study was 197 respondents. Data analysis in this study used a simple linear regression technique. The results of the study showed that appearance evaluation played a role of 11.3% on self-confidence, appearance orientation played a role of 8.6% on self-confidence, satisfaction with body parts played a role of 6.4% on self-confidence, anxiety about having a fat body played a role of 0.3% so it was considered not to play a role on self-confidence and body size categorization played a role of 2.3% on self-confidence.*

**Keywords:** *Body Image, Self-Confidence, Teenagers, Tiktok*

(\*) Corresponding Author: [avu.kusumawati@student.unud.ac.id](mailto:avu.kusumawati@student.unud.ac.id)

**How to Cite:** Kusumawati, N. A., Marheni, A., & Suarya, L. M. (2025). Peran Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan di Denpasar Yang Menggunakan Media Sosial Tiktok. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 11(9.C), 462-470. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/12891>

## PENDAHULUAN

Citra tubuh pada saat ini banyak yang berpatokan terhadap stereotip atau standar kecantikan tertentu seperti memiliki bentuk tubuh yang bagus, berbadan kurus, mempunyai tubuh yang tinggi serta kulit tubuh yang putih (Chinta et al. 2023). Hal ini sesuai dengan survei yang dilakukan oleh MarkPlus Inc. & ZAP Clinic (2021) yang menyatakan bahwa sebanyak 73,6% perempuan Indonesia mendefinisikan perempuan cantik berupa perempuan yang memiliki kulit putih, bersih dan cerah. Memiliki kulit putih ini disebabkan dari masuknya kebudayaan populer dari negara-negara Asia Timur seperti Korea Selatan, Jepang dan Cina (Zumarthana et al, 2024). Hal ini tercermin dari perubahan mengenai *image* iklan produk perawatan kulit (*skin care*) antara dekade 1990-2000 dan pada 2001-sekarang, dimana iklan pada awal 1990-an mempromosikan produk yang masih berorientasi pada kulit wanita Indonesia yang berwarna kecoklatan (Puspitasari & Suryadi, 2020). Kemudian sejak masuknya film, drama, musik asal Jepang, Cina

dan Korea Selatan yang banyak diminati oleh masyarakat, dimana aktris dan idol yang membintangi drama dan grup musik tersebut umumnya memiliki kulit yang putih dan cerah (Mutmainah, 2021).

Alhasil sejak saat itu, mulai terdapat pergeseran mengenai orientasi kecantikan warna kulit di Indonesia. Hal ini dapat dibuktikan dari masih maraknya bermunculan berbagai jenis produk-produk kecantikan saat ini yang menggunakan klaim “*whitening*” atau “dapat mencerahkan/memutihkan kulit” untuk menarik minat masyarakat, apalagi dengan menggunakan berbagai model-model yang memiliki bentuk tubuh yang bagus, berbadan kurus, memiliki tubuh yang tinggi dan memiliki kulit tubuh yang putih yang “dianggap cantik” dalam iklan pemasaran produknya akan membuat masyarakat semakin kuat persepsinya bahwa citra tubuh yang cantik yaitu memiliki penampilan yang seperti itu. Karena iklan produk-produk ini masih menekankan pada kulit putih bersih dan cerah sebagai standar kecantikan ideal bagi wanita di Indonesia (Arsitowati, 2018)

Keinginan untuk selalu tampil dengan baik ini memberikan pengaruh terhadap kehidupan sosial pada masa remaja. Salah satunya yaitu pada jenjang pendidikan SMA dan SMK, dimana remaja pada masa ini menjadikan penampilan fisik sebagai aspek yang sangat penting dalam kehidupan. Remaja akan memikirkan, mengatur dan mengenakan mengenai tampilan dari penampilan dirinya, tujuannya yaitu agar remaja dapat beradaptasi dengan norma-norma yang berlaku pada kelompok yang diinginkan agar remaja dapat diterima dalam kelompok tersebut (Damayanti & Susilawati, 2018).

Remaja perempuan sering mengalami permasalahan yang berkaitan dengan pembentukan citra tubuhnya seperti pada beberapa remaja yang memiliki proporsi tinggi badan dan berat badan yang masuk dalam kategori normal berdasarkan penghitungan indeks massa tubuh (IMT), namun remaja cenderung memiliki penilaian negatif mengenai tubuh yang dimilikinya karena membandingkan dengan model-model pada berbagai media yang dianggap ideal. Berdasarkan dari keinginan remaja perempuan mengenai berat badan terdapat 55 dari 84 orang remaja (46,42%) menginginkan berat badan yang ideal dan terdapat 55 dari 84 orang remaja (65,47%) setuju bahwa berat badan ideal mempengaruhi penampilan fisik (Suantara & Rumiati, 2011). Salah satu media tersebut yaitu berasal dari internet. Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengemukakan bahwa jumlah pengguna internet Indonesia tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi sebanyak 278.696.200 jiwa penduduk Indonesia pada tahun 2023. Dari hasil survei penetrasi internet Indonesia 2024 yang telah dirilis APJII, terjadi peningkatan penetrasi internet Indonesia yang menyentuh angka 79,5%. Apabila dibandingkan dengan periode sebelumnya, dimana terjadi peningkatan sebanyak 1,4% (APJII, 2024).

Salah satu media internet yang dapat diakses oleh remaja yaitu media sosial TikTok. Menurut data dari *We Are Social* pada bulan Januari 2023 pengguna aplikasi ini di dunia diprediksi telah mencapai 1,05 miliar, dimana negara Indonesia menempati posisi kedua dengan total jumlah pengguna sebanyak 109,90 juta pengguna menyusul dari negara Amerika Serikat sebagai pengguna terbanyak dengan total 113,25 juta pengguna (Sadya, 2023). Jumlah dari populasi pengguna aplikasi media sosial Tiktok ini belum dapat diklasifikasikan berdasarkan data per wilayah di Indonesia. Namun, berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Provinsi

Bali (2024) menerangkan bahwa pada daerah Provinsi Bali, daerah yang memiliki pengguna internet terbanyak diduduki oleh Kota Denpasar yang mencapai 87,54% dibandingkan dengan daerah-daerah lainnya di Provinsi Bali. Berdasarkan hal ini peneliti memutuskan memilih Kota Denpasar sebagai daerah pengambilan data dibandingkan dengan daerah-daerah lainnya yang memiliki pengguna internet yang lebih rendah.

Berdasarkan data dari *We Are Social* pada bulan Juli 2022 waktu rata-rata yang dihabiskan oleh pengguna aplikasi Tiktok di Indonesia yaitu sebanyak 23,1 jam per bulan (Rizaty, 2022). Sedangkan survei yang dilakukan oleh *databoks* pada tahun 2021 didapatkan hasil bahwa rata-rata durasi penggunaan aplikasi ini terbagi menjadi beberapa golongan antara lain; sebanyak 47,4% pengguna menggunakan aplikasi dengan durasi lebih dari 2 jam per harinya, sebanyak 5,6% diantaranya menyatakan menggunakan aplikasi lebih dari 8 jam per harinya, serta terdapat golongan yang menggunakan aplikasi selama 2-5 jam per harinya dengan persentase sebanyak 31,8% (Databoks, 2022).

Dilansir dari *App Annie App User Behavior Analysis* didapatkan informasi terkait pengguna TikTok sebagai berikut (Ginee, 2021): Pertama, aktivitas yang dilakukan oleh pengguna aplikasi mayoritasnya berupa menonton video di *FYP* TikTok sebanyak 95%, kemudian aktivitas lainnya berupa menyukai konten video, mengomentari video, membagikan video ke pengguna lainnya, serta memposting video. Kedua, persentase golongan usia dari pengguna aplikasi ini yaitu: yang terbanyak sebesar 40% dari rentang usia 18-24 tahun, posisi kedua pada rentang 25-34 tahun sebanyak 37%, pada posisi ketiga sebesar 13% dari rentang usia 13-17 tahun, serta golongan usia lainnya dibawah 10%. Ketiga, demografi pengguna TikTok antara perempuan dan laki-laki memiliki perbandingan 68:32, dimana mayoritas penggunanya adalah perempuan.

Berdasarkan pada data diatas, banyak remaja perempuan yang menggunakan media sosial TikTok dengan durasi yang lama untuk menonton video dari orang lain. Salah satu konten video yang sering ditemui yaitu mengenai kecantikan, dimana video tersebut membahas tentang *trend-trend make up*, cara agar tampil cantik, cara memutihkan kulit, cara untuk memiliki tubuh yang ramping serta terdapat *trend- trend glow-up* dimana video tersebut memuat bagaimana perubahan dirinya dari yang jelek hingga menjadi cantik. Adanya konten-konten video tersebut dapat menyebabkan para remaja memiliki keinginan untuk menirunya dan mendapatkan tubuh yang ideal serta menarik sesuai dengan persepsi yang remaja miliki yang juga sesuai dengan persepsi masyarakat pada daerah setempat mengenai tubuh ideal. Dengan memiliki citra tubuh yang baik dimana sesuai dengan persepsi yang diinginkan oleh individu, maka individu akan memiliki penerimaan diri yang positif sehingga menyebabkan dirinya memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi, remaja yakin bahwa remaja bisa mendapatkan berbagai kemudahan seperti mudah dalam mendapatkan pasangan yang diinginkan, mendapatkan kemudahan dalam mendapatkan suatu pekerjaan tertentu seperti selebgram, model atau artis.

Tentunya penggambaran citra tubuh remaja terhadap standar sosial mengenai tampilan tubuh secara fisik ini juga dialami oleh remaja di daerah Denpasar, Bali. Studi pendahuluan penelitian ini dilakukan pada tanggal 23-30 Mei 2023 kepada 5 orang responden yang berada pada tingkat Sekolah Menengah Atas

(SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di kota Denpasar. Studi pendahuluan ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana persepsi remaja mengenai kepercayaan diri yang remaja miliki dan untuk mengetahui bagaimana persepsi remaja tersebut mengenai citra tubuhnya. Studi pendahuluan dilakukan dengan wawancara langsung atau tatap muka, yang melibatkan responden sebanyak 3 orang remaja perempuan dan 2 orang remaja laki-laki. Berdasarkan jawaban wawancara dalam studi pendahuluan ini maka dapat dinyatakan bahwa kelima subjek memiliki kepercayaan diri yang baik, hal ini dapat dilihat dari masing-masing kasus-kasus yang dialami oleh subjek sebagai penggambaran subjek dalam mengambil suatu keputusan dalam hidupnya. Dalam pengambilan keputusan tersebut, terdapat penggambaran dari aspek kepercayaan diri seperti yakin terhadap kemampuan diri sendiri, berfikir optimis, berfikir objektif, bertanggungjawab serta berfikir realistis. Kelima subjek memiliki persepsi yang sama bahwa penampilan diri dapat mempengaruhi kepercayaan diri pada diri seseorang. Terutama apabila subjek tersebut membandingkan dirinya sendiri dengan orang lain, baik itu yang ditemui secara langsung maupun secara tidak langsung melalui media sosial.

Penggambaran citra tubuh remaja ini juga didukung beberapa penelitian, seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Yundarini pada tahun 2015, yang dilakukan pada subjek responden remaja perempuan di SMA Dwijendra Denpasar sebanyak 140 orang remaja didapatkan hasil bahwa sebanyak 66,43% (93 dari 140 orang) memiliki kecenderungan sedang mengalami gangguan makan dan memiliki citra tubuh yang positif, sedangkan sebanyak 18,57% (26 dari 140 orang) remaja memiliki kecenderungan tinggi untuk mengalami gangguan makan dan memiliki citra tubuh yang negatif. Gangguan makan ini dapat terjadi karena pada usia remaja sangat memperhatikan perubahan-perubahan fisik pada dirinya sehingga berpengaruh terhadap perilaku makan dan asupan nutrisinya.

Selanjutnya terdapat penelitian yang dilakukan oleh C. Blair Burnette, Melissa A. Kwitowski & Suzanne E. Mazzeo pada tahun 2017 yang berjudul *"I don't need people to tell me I'm pretty on social media: a qualitative study of social media and body image in early adolescent girls"* yang dilakukan pada Amerika Serikat, ditemukan bahwa media sosial berkontribusi terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja.

Berdasarkan urgensi permasalahan dan data-data yang telah dipaparkan, hal inilah yang menjadi dasar penelitian ini yaitu peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai bagaimana peran citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial tiktok.

## **METODE PENELITIAN**

Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja perempuan yang berada pada masa tahapan remaja madya, dimana pada tahapan remaja madya berada pada rentang usia 15-17 tahun. Pada rentang usia tersebut banyak didominasi oleh anak usia SMA dan SMK, sehingga untuk memudahkan dalam pengambilan data dipilihlah populasi remaja perempuan yang bersekolah SMA dan SMK yang berada di daerah Denpasar. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling*, salah satu jenis teknik *probability sampling* yang selanjutnya akan digunakan dalam penelitian ini adalah *teknik two stage cluster sampling*. Berdasarkan data populasi jumlah siswa SMA/MA/SMK

menurut jenis kelaminnya dari Dinas Pendidikan Kepemudaan dan Olahraga Kota Denpasar (Profil Statistik Gender Kota Denpasar, 2019), jumlah total siswa yang berjenis kelamin perempuan ada sebanyak 17.235 orang. Penentuan jumlah minimal sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin (Siregar, 2017). Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan hasil sebesar 99,423 dengan tingkat kesalahan 10% yang kemudian penulis bulatkan menjadi 99. Sehingga jumlah pengambilan sampel yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu minimal sebanyak 99 subjek penelitian. Alat mengumpulkan data pada penelitian ini menggunakan skala. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Hasil Penelitian*

#### Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan metode analisis regresi linear sederhana, dengan menggunakan bantuan perangkat lunak *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 26.0 for Windows*. Citra tubuh merupakan konstruk multidimensional yang masing-masing dimensi menghasilkan skornya sendiri (Cash, 2011). Sehingga pengujian hipotesis skala citra tubuh pada penelitian ini menggunakan nilai total dari masing-masing aspeknya, sedangkan pada skala kepercayaan diri menggunakan nilai total secara keseluruhan. Dengan demikian, dalam pengujian hipotesis penelitian ini berdasarkan dari nilai koefisien regresi linear antara skala masing-masing aspek skala citra tubuh terhadap kepercayaan diri. Penentuan dari pengujian hipotesis diambil berdasarkan dari nilai signifikansi, yaitu apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka variabel bebas secara signifikan berpengaruh terhadap variabel terikat dan begitu pula sebaliknya (Santoso, 2016). Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada lampiran 16 dan telah dirangkum pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis Data

			<b>Df</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
Citra Tubuh: Aspek Evaluasi Penampilan terhadap Kepercayaan Diri			(1, 195)	24,884	0,000	Signifikan
Citra Tubuh: Aspek Orientasi Penampilan terhadap Kepercayaan Diri			(1, 195)	18,279	0,000	Signifikan
Citra Tubuh: 'Aspek Kepuasan terhadap Bagian Tubuh' terhadap Kepercayaan Diri			(1, 195)	13,345	0,000	Signifikan
Citra Tubuh: Aspek Kecemasan yang Memiliki Tubuh yang Gemuk terhadap Kepercayaan Diri			(1, 195)	0,599	0,440	Tidak Signifikan

Citra Pengkategorian Tubuh terhadap Kepercayaan Diri	Tubuh: Ukuran terhadap	(1, 195)	4,677	0,032	Signifikan
--	------------------------	----------	-------	-------	------------

Berdasarkan pada tabel 1 diatas dapat diketahui penjabaran hasil dari masing-masing pengujiannya yaitu sebagai berikut:

- nilai F hitung variabel citra tubuh: aspek evaluasi penampilan dengan kepercayaan diri sebesar 24,884 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, dimana nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka variabel citra tubuh: aspek evaluasi penampilan secara signifikan berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri.
- nilai F hitung variabel citra tubuh: aspek orientasi penampilan dengan kepercayaan diri sebesar 18,279 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, dimana nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka variabel citra tubuh: aspek orientasi penampilan secara signifikan berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri.
- nilai F hitung variabel citra tubuh: aspek kepuasan terhadap bagian tubuh dengan kepercayaan diri sebesar 13,345 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, dimana nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka variabel citra tubuh: aspek kepuasan terhadap bagian tubuh secara signifikan berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri.
- nilai F hitung variabel citra tubuh: aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk dengan kepercayaan diri sebesar 0,599 dengan nilai signifikansi sebesar 0,440, dimana nilai signifikansi lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ) maka variabel citra tubuh: aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk tidak signifikan berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri.
- nilai F hitung variabel citra tubuh: aspek pengkategorian ukuran tubuh dengan kepercayaan diri sebesar 4,677 dengan nilai signifikansi sebesar 0,032, dimana nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka variabel citra tubuh: aspek pengkategorian ukuran tubuh secara signifikan berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri.

Berdasarkan pada penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa variabel citra tubuh: aspek evaluasi penampilan, aspek orientasi penampilan, aspek kepuasan terhadap bagian tubuh dan aspek pengkategorian ukuran tubuh berperan terhadap variabel kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok. Sedangkan, variabel citra tubuh: aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk tidak berperan terhadap variabel kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok. Hasil uji regresi linear sederhana ini juga dapat digunakan untuk melihat seberapa besar peranan variabel bebas yaitu masing-masing aspek citra tubuh terhadap variabel terikat yaitu kepercayaan diri. Besar peranan tersebut dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2. Besar Peranan Secara Partial Masing-Masing Aspek Variabel Bebas Terhadap Variabel Terikat

	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
--	---	----------	-------------------	----------------------------

Citra Tubuh: Aspek Evaluasi Penampilan terhadap Kepercayaan Diri	0,336	0,113	0,109	8,526
Citra Tubuh: Aspek Orientasi Penampilan terhadap Kepercayaan Diri	0,293	0,086	0,081	8,657
Citra Tubuh: 'Aspek Kepuasan terhadap Bagian Tubuh' terhadap Kepercayaan Diri	0,253	0,064	0,059	8,759
Citra Tubuh: Aspek Kecemasan Memiliki Tubuh yang Gemuk terhadap Kepercayaan Diri	0,055	0,003	-0,002	9,040
Citra Tubuh: Aspek Pengkategorian Ukuran Tubuh terhadap Kepercayaan Diri	0,153	0,023	0,018	8,947

Berdasarkan pada data tabel 2 mengenai besar peranan variabel bebas yaitu masing-masing aspek citra tubuh terhadap variabel terikat yaitu kepercayaan diri dijabarkan sebagai berikut: Pada aspek evaluasi penampilan terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai korelasi (R) sebesar 0,336 dan nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,113, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek evaluasi penampilan memberikan peranan sebesar 11,3% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 88,7% terhadap variabel kepercayaan diri.

Pada aspek orientasi penampilan terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai korelasi (R) sebesar 0,293 dan nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,086, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek orientasi penampilan memberikan peranan sebesar 8,6% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 91,4% terhadap variabel kepercayaan diri. Pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai korelasi (R) sebesar 0,253 dan nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,064, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek kepuasan terhadap bagian tubuh memberikan peranan sebesar 6,4% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 93,6% terhadap variabel kepercayaan diri.

Selanjutnya pada aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai korelasi (R) sebesar 0,055 dan nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,003, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk memberikan

peranan sebesar 0,3% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 99,7% terhadap variabel kepercayaan diri. Pada aspek pengkategorian ukuran tubuh terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai korelasi (R) sebesar 0,153 dan nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,023, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek pengkategorian ukuran tubuh memberikan peranan sebesar 2,3% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 97,7% terhadap variabel kepercayaan diri.

Berdasarkan uji regresi linear sederhana yang telah dilakukan, juga dapat diperoleh hasil untuk melihat peran masing-masing aspek citra tubuh terhadap kepercayaan diri. Hal ini dapat dilihat dari tabel 3, 4, 5, 6, dan 7.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis *Coefficients* dan Garis Regresi Linear Sederhana Pada Aspek Evaluasi Penampilan

Variabel	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	80,149	3,770		21,259	0,000
Aspek Evaluasi Penampilan	1,581	0,317	0,336	4,988	0,000

Hasil uji hipotesis pada tabel 3 menunjukkan bahwa nilai B pada bagian *unstandardized coefficients* aspek evaluasi penampilan sebesar 1,581 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang bermakna bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga terdapat peranan aspek evaluasi penampilan terhadap kepercayaan diri. Rumus regresi linear sederhana yang diperoleh dari hasil uji hipotesis dapat dituliskan dengan persamaan berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 80,149 + 1,581X$$

Keterangan:

a = nilai *constant*

b = nilai koefisien regresi

Y = Aspek Evaluasi Penampilan

Persamaan tersebut dapat diartikan sebagai berikut:

- Konstanta sebesar 80,149 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel kepercayaan diri adalah sebesar 80,149
- Koefisien regresi X sebesar 1,581 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai aspek evaluasi penampilan, maka nilai kepercayaan diri bertambah sebesar 1,581. koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah positif.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis *Coefficients* dan Garis Regresi Linear Sederhana Pada Aspek Orientasi Penampilan

Variabel	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig.
----------	-----------------------------	---------------------------	---	------

	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	84,113	3,470		24,243	0,000
Aspek Orientasi Penampilan	0,645	0,151	0,293	4,275	0,000

Hasil uji hipotesis pada tabel 4 menunjukkan bahwa nilai B pada bagian *unstandardized coefficients* aspek evaluasi penampilan sebesar 0,645 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $\rho < 0,05$ ), yang bermakna bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga terdapat peranan aspek orientasi penampilan terhadap kepercayaan diri. Rumus regresi linear sederhana yang diperoleh dari hasil uji hipotesis dapat dituliskan dengan persamaan berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 84,113 + 0,645 X$$

Keterangan:

a = nilai *constant*

b = nilai koefisien regresi

Y = Aspek Orientasi Penampilan

Persamaan tersebut dapat diartikan sebagai berikut:

- Konstanta sebesar 84,113 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel kepercayaan diri adalah sebesar 84,113.
- Koefisien regresi X sebesar 0,645 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai aspek orientasi penampilan, maka nilai kepercayaan diri bertambah sebesar 0,645. koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah positif.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis *Coefficients* dan Garis Regresi Linear Sederhana Pada Aspek Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh

Variabel	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	83,350	4,251		19,608	0,000
Aspek Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	0,768	0,210	0,253	3,653	0,000

Hasil uji hipotesis pada tabel 5 menunjukkan bahwa nilai B pada bagian *unstandardized coefficients* aspek kepuasan terhadap bagian tubuh sebesar 0,645 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $\rho < 0,05$ ), yang bermakna bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga terdapat peranan aspek kepuasan terhadap bagian tubuh terhadap kepercayaan diri. Rumus regresi linear sederhana yang diperoleh dari hasil uji hipotesis dapat dituliskan dengan persamaan berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 83,350 + 0,645 X$$

Keterangan:

a = nilai *constant*

b = nilai koefisien regresi

Y = Aspek Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh

Persamaan tersebut dapat diartikan sebagai berikut:

- Konstanta sebesar 83,350 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel kepercayaan diri adalah sebesar 83,350.
- Koefisien regresi X sebesar 0,768 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai aspek kepuasan terhadap bagian tubuh, maka nilai kepercayaan diri bertambah sebesar 0,768. koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah positif.

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis *Coefficients* dan Garis Regresi Linear Sederhana Pada Aspek Kecemasan Memiliki Tubuh yang Gemuk

Variabel	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	96,778	2,580		37,509	0,000
Aspek Kecemasan Memiliki Tubuh yang Gemuk	0,097	0,126	0,055	0,774	0,440

Hasil uji hipotesis pada tabel 6 menunjukkan bahwa nilai B pada bagian *unstandardized coefficients* aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk sebesar 0,097 dan nilai signifikansi sebesar 0,440 ( $p > 0,05$ ), yang bermakna bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak sehingga tidak terdapat peranan aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk terhadap kepercayaan diri. Rumus regresi linear sederhana yang diperoleh dari hasil uji hipotesis dapat dituliskan dengan persamaan berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 96,778 + 0,097X$$

Keterangan:

a = nilai *constant*

b = nilai koefisien regresi

Y = Aspek Kecemasan Memiliki Tubuh yang Gemuk

Persamaan tersebut dapat diartikan sebagai berikut:

- Konstanta sebesar 96,778 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel kepercayaan diri adalah sebesar 96,778.
- Koefisien regresi X sebesar 0,097 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk, maka nilai kepercayaan diri bertambah sebesar 0,097. koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah positif.

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis *Coefficients* dan Garis Regresi Linear Sederhana Pada Aspek Pengkategorian Ukuran Tubuh

Variabel	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	104,303	2,663		39,165	0,000

Aspek Pengkategorian Ukuran Tubuh	-0,430	0,199	-0,153	-2,163	0,032
-----------------------------------	--------	-------	--------	--------	-------

Hasil uji hipotesis pada tabel 7 menunjukkan bahwa nilai B pada bagian *unstandardized coefficients* pada aspek pengkategorian ukuran tubuh sebesar -0,430 dan nilai signifikansi sebesar 0,032 ( $p < 0,05$ ), yang bermakna bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga terdapat peranan aspek pengkategorian ukuran tubuh terhadap kepercayaan diri. Rumus regresi linear sederhana yang diperoleh dari hasil uji hipotesis dapat dituliskan dengan persamaan berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 104,303 - 0,430X$$

Keterangan:

a = nilai *constant*

b = nilai koefisien regresi

Y = Aspek Pengkategorian Ukuran Tubuh

Persamaan tersebut dapat diartikan sebagai berikut:

- Konstanta sebesar 104,303 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel kepercayaan diri adalah sebesar 104,303.
- Koefisien regresi X sebesar -0,430 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai aspek pengkategorian ukuran tubuh, maka nilai kepercayaan diri berkurang sebesar 0,430. koefisien regresi tersebut bernilai negatif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah negatif.

Rangkuman hasil uji hipotesis dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 8 dibawah ini.

Tabel 8. Rangkuman Hasil Uji Hipotesis Penelitian

Citra Tubuh	Kepercayaan Diri	
	Sig.	Kesimpulan
Aspek Evaluasi Penampilan	0,000 ( $p < 0,05$ )	Aspek evaluasi penampilan <b>berperan</b> terhadap kepercayaan diri
Aspek Orientasi Penampilan	0,000 ( $p < 0,05$ )	Aspek orientasi penampilan <b>berperan</b> terhadap kepercayaan diri
Aspek Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	0,000 ( $p < 0,05$ )	Aspek kepuasan terhadap bagian tubuh <b>berperan</b> terhadap kepercayaan diri
Aspek Kecemasan Memiliki Tubuh yang Gemuk	0,440 ( $p > 0,05$ )	Aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk <b>tidak berperan</b> terhadap kepercayaan diri
Aspek Pengkategorian Ukuran Tubuh	0,032 ( $p < 0,05$ )	Aspek pengkategorian ukuran tubuh <b>berperan</b> terhadap kepercayaan diri

## **PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial TikTok. Besaran peranan variabel citra tubuh terhadap variabel kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh koefisien korelasinya ( $R$ ), dimana nilai koefisien korelasi berfungsi untuk mengukur kekuatan hubungan antar variabel bebas dengan variabel terikat. Berdasarkan uji analisis diketahui bahwa koefisien korelasi ( $R$ ) masing-masing aspek citra tubuh terhadap variabel kepercayaan diri yaitu aspek evaluasi penampilan (0,336), aspek orientasi penampilan (0,293), aspek kepuasan terhadap bagian tubuh (0,253), aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk (0,055) dan aspek pengkategorian ukuran tubuh (0,153). Menurut Sugiyono (2012) terdapat kategori tingkatan kekuatan hubungan yang berdasarkan dari koefisien korelasinya yaitu kategori 0,00-0,199 (sangat rendah), kategori 0,20-0,399 (rendah), kategori 0,40-0,599 (sedang), kategori 0,60-0,799 (kuat), dan kategori 0,80-1,00 (sangat kuat). Berdasarkan hasil koefisien korelasi yang telah didapatkan dapat diketahui bahwa hubungan variabel aspek citra tubuh yaitu aspek evaluasi penampilan, aspek orientasi penampilan, dan aspek kepuasan terhadap bagian tubuh terhadap variabel kepercayaan diri tergolong dalam kategori rendah. Sedangkan dua aspek lainnya yaitu aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh memiliki hubungan yang tergolong kategori sangat rendah terhadap variabel kepercayaan diri. Temuan pada penelitian ini selaras dengan penelitian Wiranatha (2015) dengan judul "Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri di Kota Denpasar", kepada 492 subjek yang merupakan siswi dari lima SMA di Denpasar, mendapatkan hasil bahwa variabel citra tubuh memiliki hubungan yang lemah terhadap variabel kepercayaan diri, dimana variabel citra tubuh hanya mampu menjelaskan variabel kepercayaan diri sebesar 12,2% berdasarkan nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) yang diperoleh sebesar 0,122.

Uji hipotesis pada penelitian ini melalui metode uji analisis regresi linear sederhana antara masing-masing aspek variabel citra tubuh terhadap variabel kepercayaan diri. Dimana berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan hasil bahwa nilai signifikansi pada masing-masing aspek citra tubuh yaitu aspek evaluasi penampilan, aspek orientasi penampilan, aspek kepuasan terhadap bagian tubuh dan aspek pengkategorian ukuran tubuh memiliki nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ). Hal ini bermakna bahwa keempat aspek tersebut berperan terhadap variabel kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok, sehingga hipotesis dalam penelitian ini pada keempat aspek tersebut dapat diterima. Sedangkan pada variabel citra tubuh pada aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk memiliki nilai signifikansi lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ). Hal ini bermakna bahwa aspek ini tidak berperan terhadap variabel kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok, sehingga hipotesis dalam penelitian ini pada aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk ditolak.

Hasil uji hipotesis ini juga didukung dari hasil pengujian nilai koefisien determinasi atau  $R^2$  Square ( $R^2$ ), dimana nilai koefisien determinasi merupakan nilai besarnya peranan variabel masing-masing aspek citra tubuh terhadap variabel kepercayaan diri. Nilai koefisien determinasi merupakan penghitungan kuadrat dari

nilai koefisien korelasi, karena nilai koefisien korelasi variabel aspek citra tubuh dengan variabel kepercayaan diri tergolong kedalam kategori yang tidak cukup kuat maka hal ini akan berpengaruh terhadap nilai koefisien determinasinya. Berikut merupakan penjabaran masing-masing aspeknyanya: Pada aspek evaluasi penampilan terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,113, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek evaluasi penampilan memberikan peranan sebesar 11,3% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 88,7% terhadap variabel kepercayaan diri. Pada aspek orientasi penampilan terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,086, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek orientasi penampilan memberikan peranan sebesar 8,6% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 91,4% terhadap variabel kepercayaan diri. Pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,064, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek kepuasan terhadap bagian tubuh memberikan peranan sebesar 6,4% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 93,6% terhadap variabel kepercayaan diri.

Selanjutnya pada aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk terhadap kepercayaan diri menunjukkan besar nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,003, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk memberikan peranan sebesar 0,3% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 99,7% terhadap variabel kepercayaan diri. Pada aspek pengkategorian ukuran tubuh terhadap kepercayaan diri menunjukkan nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,023, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh aspek pengkategorian ukuran tubuh memberikan peranan sebesar 2,3% terhadap variabel kepercayaan diri, serta variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini memiliki peranan sebesar 97,7% terhadap variabel kepercayaan diri.

Hal ini menunjukkan variabel dari masing-masing aspek citra tubuh tidak mampu menjelaskan variabel kepercayaan diri secara keseluruhan dan per aspeknya hanya mampu menjelaskan sebesar: pada aspek evaluasi penampilan (11,3%), aspek orientasi penampilan (8,6%), aspek kepuasan terhadap bagian tubuh (6,4%), aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk (0,3%) dan aspek pengkategorian ukuran tubuh (2,3%). Hal ini membuktikan bahwa variabel kepercayaan diri tidak hanya dibentuk dari variabel citra tubuh saja, tapi juga dibentuk oleh variabel-variabel lainnya yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini. Menurut Lauster (2010) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu dapat digolongkan menjadi dua, yaitu berdasarkan faktor internal dan faktor eksternal. Berdasarkan faktor internal yaitu meliputi konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan pengalaman hidup. Sedangkan yang berdasarkan faktor eksternal terdiri dari pendidikan, pekerjaan serta lingkungan dan pengalaman (Sholiha, 2020). Pembentukan kepercayaan diri pada subjek tidak terjadi begitu saja, diperlukan waktu dan proses yang lama untuk membangun rasa kepercayaan diri yang baik.

Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Lauster yang menyatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup (Rosyida, 2013).

Adapun secara garis besar proses pembentukan rasa kepercayaan diri yang kuat pada diri individu terjadi melalui proses sebagai berikut (Hakim dalam Rosyida, 2013); pertama, terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangannya sehingga membentuknya suatu kelebihan-kelebihan tertentu; kedua, mampu memahami kelebihan-kelebihan yang dimilikinya sehingga menimbulkan keyakinan kuat untuk melakukan segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan yang dimilikinya; ketiga, memiliki pemahaman mengenai reaksi dari orang lain terhadap kelemahan yang dimilikinya, dimana apabila orang lain mencela kelemahannya ia dapat mengambalnya secara positif dan tidak menimbulkan rasa rendah diri; serta keempat, memiliki pengalaman dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang dimilikinya.

### **Pembahasan Hasil Kategorisasi Aspek-Aspek Kepercayaan Diri**

Hasil analisis kategorisasi kepercayaan diri pada penelitian ini diketahui bahwa mayoritas pada kategori sedang yakni sebanyak 127 dari 197 subjek dengan persentase 64,5% dan pada kategori tinggi yaitu sebanyak 70 dari 197 subjek dengan persentase 35,5%, dimana pada kategori rendah sebanyak 0 subjek. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri pada subjek dalam penelitian ini sedang, yang mengindikasikan bahwa remaja perempuan SMA dan SMK di Denpasar ini belum sepenuhnya merasa percaya diri. Menurut Lauster faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu dapat digolongkan menjadi dua, yaitu berdasarkan faktor internal dan faktor eksternal. Berdasarkan faktor internal yaitu meliputi konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan pengalaman hidup. Sedangkan yang berdasarkan faktor eksternal terdiri dari pendidikan, pekerjaan serta yang terakhir lingkungan dan pengalaman (Sholiha, 2020).

Tingkatan kepercayaan diri pada diri individu akan sangat berdampak pada kehidupan sehari-hari remaja. Semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya maka remaja akan semakin mampu dan optimal dalam menghadapi berbagai permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya. Begitu pula sebaliknya, apabila tingkat kepercayaan diri remaja rendah maka remaja akan mengalami kesulitan dalam menjalani permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya. Hal ini serupa dengan teori yang dikemukakan oleh Madya (Amri, 2018), dimana tingkatan kepercayaan diri dapat dibagi menjadi empat yaitu sangat percaya diri, cukup percaya diri, kurang percaya diri serta rendah diri. Pada individu yang sangat percaya diri, memiliki kepercayaan diri yang berlebihan sehingga memiliki keyakinan yang tinggi bahwa ia mampu mengatasi dan mengalahkan berbagai situasi yang sulit. Pada individu yang cukup percaya diri, ia memiliki keyakinan pada dirinya bahwa dengan kemampuan yang ia miliki saat ini ia dapat menghadapi situasi, merencanakan dan mengusahakan meraih apa saja yang ia inginkan. Pada individu yang kurang percaya diri, yaitu memiliki keraguan pada dirinya ketika dihadapkan dalam situasi tertentu bahkan memiliki kecenderungan untuk menghindari sesuatu yang memiliki resiko. Serta yang terakhir pada individu yang rendah diri, yaitu memiliki keyakinan pada diri sendiri bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan, serta kurang berharga yang disebabkan dari

ketidakmampuan psikologis maupun jasmani. Pada subjek responden penelitian ini yang berada pada kategori sedang dapat disimpulkan bahwa berdasarkan teori Madya termasuk kedalam kategori memiliki tingkatan cukup percaya diri.

### **Pembahasan Hasil Kategorisasi Aspek-Aspek Citra Tubuh**

#### **a. Kategorisasi Aspek Evaluasi Penampilan**

Hasil analisis kategorisasi menunjukkan bahwa pada variabel citra tubuh bagian aspek evaluasi penampilan mayoritas terdiri dari kategori tinggi, dimana terdapat 105 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 53,3%. Kemudian disusul dari kategori sedang, dimana terdapat 90 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 45,7%, dan yang terakhir pada kategori rendah dimana terdapat 2 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 1%. Hal ini mengindikasikan bahwa citra tubuh positif pada aspek evaluasi penampilan terhadap subjek, dapat dipengaruhi oleh perasaan bahwa evaluasi penampilan merupakan hal yang penting. Sehingga apabila terdapat ketidaksesuaian dengan penampilannya dan mulai membandingkan dengan orang lain terutama yang dianggap sebagai *role model* di media sosial, subjek akan berusaha untuk memperbaiki diri agar terlihat lebih menarik. Taraf evaluasi penampilan tinggi mengindikasikan bahwa mayoritas remaja perempuan merasa bahwa penampilan dirinya secara keseluruhan sudah menarik dan memuaskan (Cash, 2012). Evaluasi penampilan diartikan dengan ada atau tidaknya perasaan puas yang dirasakan individu mengenai penampilan dirinya. Sejalan dengan pernyataan Rahardja (2017) bahwa penampilan fisik individu mendorong perasaan puas atau tidak puas individu terhadap dirinya. Khususnya pada masa remaja, remaja lebih cenderung menunjukkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya, baik pada remaja perempuan maupun laki-laki memiliki ketidakpuasan tubuh pada bagian yang berbeda. Ganeçwari dan Wilani (2019) menjelaskan bahwa remaja perempuan cenderung memperhatikan area tubuh yang lebih kompleks, seperti warna kulit, wajah, ukuran perut, pinggul, paha, kaki, dan berat badan.

#### **b. Kategorisasi Aspek Orientasi Penampilan**

Hasil analisis kategorisasi menunjukkan bahwa pada variabel citra tubuh bagian aspek orientasi penampilan mayoritas terdiri dari kategori sedang, dimana terdapat 100 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 50,8%. Kemudian disusul dari kategori tinggi, dimana terdapat 86 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 43,7% dan yang terakhir pada kategori rendah dimana terdapat 11 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 5,6%. Hal ini mengindikasikan bahwa citra tubuh aspek orientasi penampilan merupakan keadaan subjek dimana subjek memiliki citra tubuh yang cukup positif pada aspek orientasi penampilan. Cash (2002) dan Levine dan Smolak (2002) menyatakan bahwa media massa menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingginya tingkat citra tubuh berdasarkan dimensi orientasi penampilan. Remaja mengubah perilaku mereka dan berusaha untuk memperbaiki diri agar terlihat lebih menarik seperti model yang remaja pilih, *role model* ini biasa ditemukan pada media sosial seperti tiktok. Tindakan yang dilakukan remaja bisa berupa mulai menirukan perilaku idola mereka, seperti pemakaian produk kecantikan dan kosmetik serta cara berbusana para idola (Kartika & Darminto, 2020; Niswah & Zahro, 2021).

#### **c. Kategorisasi Aspek Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh**

Hasil analisis kategorisasi menunjukkan bahwa pada variabel citra tubuh bagian aspek kepuasan terhadap bagian tubuh mayoritas terdiri dari kategori

sedang, dimana terdapat 109 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 55,3%. Kemudian disusul dari kategori tinggi, dimana terdapat 83 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 42,1%. dan yang terakhir pada kategori rendah dimana terdapat 5 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 2,5%. Hal ini mengindikasikan bahwa citra tubuh aspek kepuasan terhadap bagian tubuh bersifat cukup positif pada subjek, yaitu merupakan kondisi dimana subjek menerima setiap bentuk tubuhnya, meskipun masih terdapat beberapa bagian tubuh yang masih dirasa belum atau kurang ideal. Masih terdapat kemungkinan bahwa beberapa subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, karena belum mencapai tujuan bentuk tubuh yang ingin dicapai. Hasil penelitian Tumakaka et al (2022) bahwa kelima subjek dalam penelitiannya menyatakan ketidakpuasannya terletak pada area tubuh tertentu, seperti bentuk hidung, wajah berjerawat, pipi tembam, warna kulit, lemak di tubuh pada bagian lengan, paha, betis dan berat badan. Munculnya rasa kepuasan atau ketidakpuasan tersebut berkaitan dengan bagaimana gambaran diri yang individu bentuk, dan disertai juga dengan pemahaman mengenai penampilan diri atau bagian tubuh secara spesifik. Gambaran dan pemahaman diri berkaitan dengan pengetahuan individu mengenai dirinya, dimana pengetahuan diri mengarah pada salah satu komponen konsep diri. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Vartania dan Hayward (2017) bahwa konsep diri yang rendah atau negatif berkaitan dengan ketidakpuasan diri yang lebih besar. Campbell (1990) mengemukakan bahwa kurangnya pemahaman diri ini juga dapat membuat individu melihat berbagai sumber diluar diri sebagai sarana dalam mendefinisikan dirinya. Adapun sumber diluar diri yang dimaksud, seperti standar daya tarik masyarakat dan paparan media yang menimbulkan perbandingan sosial, sehingga muncul rasa tidak puas atau puas mengenai penampilan diri secara spesifik maupun menyeluruh (Vartania dan Hayward, 2017).

#### **d. Kategorisasi Aspek Kecemasan Memiliki Tubuh yang Gemuk**

Hasil analisis kategorisasi menunjukkan bahwa pada variabel citra tubuh bagian aspek memiliki tubuh yang gemuk mayoritas terdiri dari kategori sedang, dimana terdapat 114 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 57,9%. Kemudian disusul dari kategori tinggi, dimana terdapat 46 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 23,4%, dan yang terakhir pada kategori rendah dimana terdapat 37 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 18,8%. Berdasarkan dari faktor internal yaitu kondisi fisik, kondisi fisik yang dimiliki oleh responden cukup bervariasi. Dengan melakukan pengukuran melalui Indeks Massa Tubuh (IMT) didapatkan hasil yang beragam, dimana responden ada yang memiliki massa tubuh yang sangat kurus, kurus, normal, gemuk hingga obesitas. Walaupun tidak semua responden memiliki massa tubuh yang normal yang merupakan gambaran dari citra tubuhnya, tetapi secara keseluruhan para responden memiliki pandangan yang baik atau bagus terhadap citra tubuh yang dimilikinya.

Hal ini dapat dimaknai bahwa subjek dalam penelitian ini sudah merasa puas terhadap tubuh yang dimilikinya meskipun masih terdapat adanya beberapa kekurangan, yang dimana subjek tetap melakukan suatu upaya untuk memperbaiki bagian yang dianggap sebagai kekurangan tersebut. Citra tubuh yang tergolong sedang menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki persepsi serta penilaian yang tergolong sedang terhadap penampilan fisiknya, dimana subjek menaruh

kepedulian terhadap fisiknya secara tidak berlebihan dan berada pada kategori sedang (Dwinanda, 2016).

Aspek kecemasan menjadi gemuk, menurut Cash dan Pruzinsky (2002) mengenai tingkat kecemasan individu ketika mengalami peningkatan berat badan dan ukuran tubuh serta adanya perilaku diet. Neff dan McGehee (2009) mengemukakan bahwa tingginya tingkat kecemasan individu sangat berkaitan dengan penilaian diri yang negatif. Adapun faktor yang diduga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan menjadi gemuk yakni karakteristik fisik, bagi individu yang menginternalisasi standar ciri fisik yang tidak sesuai dapat mempengaruhi evaluasi individu terhadap dirinya (Cash, 2002).

#### **e. Kategorisasi Aspek Pengkategorian Ukuran Tubuh**

Hasil analisis kategorisasi menunjukkan bahwa pada variabel citra tubuh bagian aspek pengkategorian ukuran tubuh mayoritas terdiri dari kategori sedang, dimana terdapat 110 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 55,8%. Kemudian disusul dari kategori tinggi, dimana terdapat 62 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 31,5% dan yang terakhir pada kategori rendah dimana terdapat 25 subjek dari total 197 subjek dengan persentase 12,7%. Hal ini mengindikasikan bahwa subjek melakukan kewaspadaan terhadap berat badannya dengan melakukan penilaian terhadap diri sendiri secara berkelanjutan, apakah bentuk tubuhnya sudah termasuk kedalam kategori yang ideal atau belum. Apabila hasilnya belum sesuai dengan bentuk badan ideal yang diinginkan, maka akan menjadi patokan untuk mencari tahu dan mengusahakan mencapai bentuk badan ideal tersebut.

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002), bagaimana persepsi individu mengenai berat badannya merupakan penjelasan dari dimensi kategorisasi ukuran tubuh. Kesalahpahaman persepsi mengenai berat badan konsisten dialami oleh orang dewasa maupun remaja. Hal ini dibuktikan melalui penelitian oleh Sirirassamee et al (2018) terhadap 920 remaja berusia 13-24 tahun di Thailand, menunjukkan bahwa sekitar 70% remaja mengalami kesalahpahaman dalam mempersepsikan dirinya kelebihan berat badan, sehingga mencoba untuk menurunkan berat badannya. Puspasari (2019) menjelaskan bahwa gambaran individu mengenai tubuh yang ideal terkadang tidak sesuai antara persepsi dengan realitas tubuh, padahal proporsi tubuh ideal dapat dihitung dengan Indeks Massa Tubuh (IMT). Hal ini berarti, penilaian standar ideal didasari oleh proporsi perbandingan antara tinggi badan dan berat badan, sehingga akan dikategorisasikan kedalam berat badan kurang, normal, berlebih atau obesitas (Zahro, 2021).

Hasil analisis dimensi kategorisasi ukuran tubuh yang tergolong sedang ini mengindikasikan bahwa, remaja perempuan sudah cukup mampu dalam mempersepsikan dan mengategorisasikan berat badannya (Dinata & Pratama, 2022). Salah satu faktor yang diduga dapat mempengaruhi kategorisasi ukuran tubuh remaja penggemar adalah media massa. Tayangan dalam media cenderung menampilkan visualisasi model yang menarik, seperti yang ditampilkan dalam majalah Femina mengenai standar kecantikan perempuan Indonesia, yakni berkulit putih dan mulus, tubuh yang langsing serta kurus membuat remaja mulai mengukur tubuh sesuai dengan standar kecantikan yang ditayangkan dalam media (Islamey, 2020).

Hasil skoring akhir citra tubuh ini dapat dipengaruhi oleh faktor perkembangan usia subjek penelitian, dimana subjek dalam penelitian ini berkisar usia antara 15-18 tahun yang termasuk kedalam tahap perkembangan remaja. Pada tahapan remaja ini, individu menaruh perhatian lebih terhadap tubuh yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan pendapat Cash (2012), dimana pada rentang tahap perkembangan remaja individu akan lebih sering menaruh perhatian terhadap tubuhnya, khususnya pada usia remaja awal yang sedang mengalami pubertas. Pada tahapan perkembangan remaja, individu belum mampu secara keseluruhan untuk memiliki pandangan yang baik terhadap tampilan tubuhnya. Hal ini disebabkan karena individu masih belajar untuk menerima kondisi tubuhnya yang telah mengalami banyak perubahan dibandingkan ketika masa tahapan perkembangan anak-anak. Hal ini sejalan dengan salah satu tugas perkembangan remaja yang telah disampaikan oleh Hurlock (1980), yaitu remaja harus mampu untuk menerima keadaan fisiknya dengan baik dan hal ini memerlukan waktu yang berbeda-beda bagi tiap individu untuk belajar menerima dan memperbaiki dirinya agar lebih sesuai dengan apa yang telah ia dambakan.

Pada usia tahapan perkembangan remaja, remaja disebut sebagai masa-masa mencari identitas diri, yaitu masa ketika individu mulai mencari-cari identitas yang sesuai dengan dirinya (Santrock, 2007). Salah satu pencarian yang dapat dilakukan yaitu dengan menggunakan media sosial, dimana remaja suka untuk meniru apa yang dilakukan oleh sosok yang ia kagumi seperti artis atau idolanya serta memiliki keinginan untuk memiliki citra tubuh yang serupa dengan idolanya. Sehingga apabila remaja tidak dapat mewujudkan keinginannya untuk memiliki citra tubuh seperti idolanya, remaja akan membenci dan tidak dapat menerima citra tubuhnya yang kemudian akan berpengaruh terhadap kepercayaan dirinya yang menjadi rendah diri.

Berdasarkan dari pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini, diketahui bahwa ternyata subjek menggunakan media sosial TikTok bukan hanya untuk mendapatkan informasi dan inspirasi yang berkisar mengenai penampilan diri atau seputar konten kecantikan saja. Melainkan jenis konten yang sering dilihat oleh subjek sangat bervariasi seperti seputar kecantikan yaitu *makeup* dan *skincare*, *fashion*, *memes (jokes)*, lirik lagu yang sesuai dengan kondisi emosional responden, masakan, *games*, konten *vlog*, konten hewan peliharaan, konten editan *jedag jedug*, *kpop*, *dance*, edukasi dan tempat-tempat wisata. Hal ini dapat diartikan bahwa subjek memiliki perbedaan dalam menggunakan media sosial TikTok dalam kesehariannya, yang kemudian akan berpengaruh terhadap gaya hidup yang dimilikinya, dimana subjek tidak terfokus hanya pada memiliki citra tubuh serupa dengan standar kecantikan idola yang subjek dambakan karena subjek memiliki minat yang berbeda antara subjek satu dengan yang lain. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Sutisna (Asmawati et al, 2022) suatu gaya hidup pada individu dapat berbeda-beda, hal ini karena gaya hidup dipengaruhi oleh aktivitas, minat dan opini dari individu itu sendiri. Dimana aktivitas merupakan wujud aksi atau tindakan dari individu, sedangkan minat merupakan derajat kesenangan yang menyertai perhatian khusus pada individu, serta opini merupakan jawaban yang berupa tulisan atau pendapat yang diberikan individu sebagai respon terhadap stimulasi berupa pertanyaan.

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh Plummer (1998), yang mengatakan bahwa gaya hidup merupakan cara hidup individu yang dapat diidentifikasi melalui bagaimana individu tersebut menghabiskan waktu mereka (aktivitas sehari-hari), apa yang individu anggap penting dalam hidupnya (ketertarikan atau minat) dan apa yang individu pikirkan tentang dunia sekitarnya. Misalnya apabila individu tersebut menyukai *Korean wave*, maka kegiatan sehari-harinya akan mendengarkan musik korea, menonton drama, dan kegiatan lainnya yang berhubungan dengan kebudayaan korea (Putri et al, 2019).

Pada penelitian ini kurang membahas lebih jauh mengenai penggunaan media sosial tiktok yang dilakukan pada masing-masing subjek, beberapa hal yang dapat dikulik lagi lebih jauh yaitu frekuensi menggunakan aplikasi per harinya, durasi menggunakan aplikasi per harinya, apakah subjek aktif mengupload video atau hanya menggunakan tiktok untuk menonton saja. Menurut Aziz, intensitas penggunaan media sosial merupakan kuantitas perhatian dan ketertarikan yang dimiliki individu dalam menggunakan media sosial dapat dilihat dari kekuatannya dalam menggunakan media sosial. Aspek-aspek yang terdapat pada intensitas penggunaan media sosial tiktok yaitu penghayatan, perhatian, frekuensi dan durasi (Ardari dalam Dewi et al, 2020)

Berdasarkan data pertanyaan terbuka yang dilakukan pada penelitian Dewi dan kawan-kawan pada tahun 2020 mengenai kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial tiktok di masa pandemi, ditemukan bahwa 70% dari 98 orang responden menyatakan bahwa merasakan manfaat dari menggunakan aplikasi tik tok. Beberapa manfaatnya yaitu, mereka mendapatkan berbagai informasi yang dibutuhkan untuk tetap terkoneksi dengan orang disekitar, mengetahui hal-hal yang sedang terjadi dan mendapatkan hiburan dari konten yang lucu. Hal ini sejalan dengan teori *Uses and gratification* yaitu media yang bermanfaat akan tetap terus dipertahankan karena sesuai dengan teori motivasi Maslow bahwa seseorang akan memenuhi kebutuhannya tersebut karena terdapat motivasi dalam dirinya. Artinya, remaja memiliki motivasi untuk tetap mengakses media sosial tiktok karena berdasarkan kebutuhannya, yakni kebutuhan secara afektif maupun secara kognitif. Sehingga tidak terdapat kaitan apakah individu memiliki kepercayaan diri untuk menggunakan media sosial tiktok.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Annisa, Yuliadi dan Nugroho (2020) ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan yang negatif antara tingkat kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial terhadap subjek mahasiswa. Hal ini dapat terjadi dikarenakan individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi lebih cenderung mempertahankan bentuk komunikasi secara langsung (tatap muka) dan dalam penyampaian pesan-pesannya cenderung secara langsung dan bukan melalui perantara media sosial. Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Adawiyah pada tahun 2020 (Palupi et al, 2020), yang mengemukakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan media sosial tiktok terhadap kepercayaan diri remaja yaitu sebesar 54,5%, hal ini menandakan bahwa remaja yang aktif menggunakan media sosial tiktok memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik (Dewi et al, 2020).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan dari hasil analisis data mengenai penelitian Peran Citra Tubuh terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan di Denpasar yang Menggunakan Media Sosial Tiktok, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Aspek evaluasi penampilan pada variabel citra tubuh berperan sebanyak 11,3% terhadap kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok.
2. Aspek orientasi penampilan pada variabel citra tubuh berperan sebanyak 8,6% terhadap kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok.
3. Aspek kepuasan terhadap bagian tubuh pada variabel citra tubuh berperan sebanyak 6,4% terhadap kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok.
4. Aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk pada variabel citra tubuh tidak berperan terhadap kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok. Hal ini karena besaran peranannya hanya sebanyak 0,3%.
5. Aspek pengkategorian ukuran tubuh pada variabel citra tubuh berperan sebanyak 2,3% terhadap kepercayaan diri remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok.
6. Mayoritas remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok memiliki tingkat kepercayaan diri pada kategori sedang, yang mengindikasikan bahwa remaja perempuan SMA dan SMK di Denpasar ini belum sepenuhnya merasa percaya diri.
7. Mayoritas remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok memiliki tingkat citra tubuh pada aspek evaluasi penampilan yang tergolong kategori tinggi, yang dapat diartikan remaja memiliki citra tubuh yang positif dimana remaja merasa penampilan dirinya sudah menarik dan memuaskan.
8. Mayoritas remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok memiliki tingkat citra tubuh pada aspek orientasi penampilan yang tergolong kategori sedang, yang dapat diartikan remaja memiliki citra tubuh yang cukup positif, dimana remaja meniru dan memperbaiki diri sesuai dengan *role model* yang ditiru.
9. Mayoritas remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok memiliki tingkat citra tubuh pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh yang tergolong kategori sedang, yang dapat diartikan remaja memiliki citra tubuh cukup positif, dimana remaja menerima bentuk tubuhnya namun masih terdapat beberapa bagian tubuh yang masih dirasa belum ideal.
10. Mayoritas remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok memiliki tingkat citra tubuh pada aspek kecemasan memiliki tubuh yang gemuk tergolong kategori sedang, yang dapat diartikan remaja memiliki citra tubuh cukup positif, dimana remaja sudah merasa puas terhadap tubuhnya tapi tetap melakukan upaya untuk memperbaiki bagian yang dirasa kurang.
11. Mayoritas remaja perempuan di Denpasar yang menggunakan media sosial Tik Tok memiliki tingkat citra tubuh pada aspek pengkategorian ukuran tubuh yang tergolong kategori sedang, yang dapat diartikan remaja sudah cukup mampu dalam mempersepsikan dan mengkategorisasikan berat badannya dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, A. S. A. N., Yuliadi, I., & Nugroho, D. (2020). Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Whatsapp pada Mahasiswa Kedokteran 2018. *Wacana*. 12(1). 86-109.
- Asmawati, A., Adinda F. P. & Tasya R. A. (2022). Pengaruh Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja. *CICES: (Cyberpreneurship Innovative and Creative Exact and Social Science)*. 8 (2). 138-148.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2024). APJII jumlah pengguna internet Indonesia tembus 221 juta orang. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 538–549.
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-behavioral perspectives on body image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, 1, 334–342.
- Cash, T.F & Pruzinsky, T. (2002). *Understanding body image: Historical and contemporary perspective*. In T. F.
- Chinta, W. S., Afina, G. D. H. & Maria, L. A. (2023). Dampak standar kecantikan bagi perempuan di Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Negeri Surabaya*
- Damayanti, A. A. M. & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Peran citra tubuh dan penerimaan diri terhadap *self esteem* pada remaja putri di kota denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*. 5(2). 424-433.
- Databoks (2022). Warga RI Paling Banyak Habiskan Waktu Bermedia Sosial Di Whatsapp dan TikTok. Databoks. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/09/15/warga-ri-paling-banyak-habiskan-waktu-bermedia-sosial-di-whatsapp-dan-tiktok>.
- Dewi, C. M., Putri, A. S., Nugraha, M. P. Z. & Haq, A. H. B. (2020). Kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial tiktok di masa pandemi: studi korelasi. *Jurnal Fenomena*. 29(2). 18-24.
- Dinata, R. I., & Pratama, M. (2022). Hubungan antara social comparison dengan body image dewasa awal pengguna media sosial tiktok. *Ranah Reserach: Journal of Multidisciplinary Reserach and Development*, 4(3), 217-224
- Dwinanda, R. F. (2016). Hubungan gratitude dengan citra tubuh. *Jurnal ilmiah psikologi*. 9(1).
- Ganeçwari, A., & Wilani, N. (2019). Hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD) pada remaja akhir laki-laki di denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 67-75.
- Ginee (2021). Pengguna TikTok Indonesia Gempar, Potensi Cuan Menggelegar!. Ginee.com. <https://ginee.com/id/insights/pengguna-tiktok/>.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Islamey, G. (2020). Wacana standar kecantikan perempuan indonesia pada sampul majalah femina. *Jurnal Pikma Publikasi Ilmu Komunikasi Media dan Cinema*, 2(2), 110- 119.

- Kartika, T., & Darminto, E. (2020). Konsep diri remaja ditinjau dari kegemarannya terhadap musik pop Korea (korean pop). *Jurnal BK UNESA*, 11(4), 540-546.
- MarkPlus, Inc. & ZAP Clinic. (2021)' Zap Beauty Index. ZAP Clinic.', Puspitasari, D., and Suryadi, Y. (2020) 'Discourse on the shifting of local beauty: Concepts in an Easternization era.', *Masyarakat, Kebudayaan dan Politik*, 33(1), (36-46).
- Mutmainah. (2021) '*Pengaruh Korean Wave Terhadap Maraknya Produk dan Tren Kosmetik Korea Selatan (K-Beauty) di Indonesia Periode 2017- 2020.*', Skripsi. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Neff, K. D. & McGeehee, P. (2009). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9, 225-240.
- Niswah, F., & Zahro, E. B. (2021). Internalisasi sosiokultural, korean wave dan kualitas citra tubuh remaja. *Prosiding Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia*. 1(1), 141-158.
- Niswah, F., & Zahro, E. B. (2021). Internalisasi sosiokultural, korean wave dan kualitas citra tubuh remaja. *Prosiding Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia*. 1(1), 141-158.
- Palupi, N. D., Meifilina, A., Dyan, Y., & Harumike, N. (2020). The effect of using tiktok applications on self-confidence levels (study on communication science students of balitar Islamic university, class of 2016-2020). *Josar*. 5(2). 66-74.
- Plummer, R. 1983. *Life Span Development Psychology: Personality and Socialization*. New York: Academic Press.
- Rahardja, C. (2017). Hubungan penampilan fisik, kepuasan diri, media, dan self-esteem pada wanita. *Jurnal Manajemen Bisnis Indonesia*, 4(2), 261-271.
- Rizaty, M. A. (2022). Pengguna TikTok Indonesia Terbesar Kedua di Dunia. DataIndonesia.id. <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-tiktok-indonesia-terbesar-kedua-di-dunia>.
- Rosyida, I. (2013). Perbedaan tingkat kepercayaan diri (self confident) ditinjau dari posisi urutan kelahiran (birthorder) mahasiswa fakultas psikologi UIN Maliki Malang. *Undergraduate thesis*, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Perkembangan In Mm Wibi Hardani* (Ed.), *Child Development, eleventh edition* (John W. sa, p.20). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sholiha, (2020). Hubungan self concept dan self confidence. *Jurnal psikologi*. 7(1).
- Siregar, S. (2017). *Metode penelitian kuantitatif*. Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri.
- Santoso. (2016). *Metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif*. Jakarta: Prestasi Pustaka Lauster (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Sirirassamee, T., Phoolsawat, S., & Limkhunthammo, S. (2018). Relationship between body weight perception and weight-related behaviours. *Journal of international medical research*, 46(9), 3796-3808.
- Suantara, I. M. R. & Rumiati N. M. S. (2011). Persepsi remaja tentang *diet food supplement* dan *citra tubuh*. *Jurnal Ilmu Gizi*. 2(2). 156-165.

- Tumakaka, S. M., Dewi, E. M. P., & Hamid, H. (2022). Gambaran ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (body dissatisfaction) pada pengguna instagram. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(1), 12-24.
- Vartania, L.R., & Hayward, L. E. (2017). Self-concept clarity and body dissatisfaction. Self-concept clarity: *Perspectives on assesment, research, and applications*, 195- 218.