

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi yang semakin maju memberikan kemudahan dalam mengakses berbagai informasi dari beragam media, salah satunya adalah media sosial. Kietzmann, dkk. (2011) menyebutkan bahwa media sosial menawarkan banyak keuntungan, seperti kemudahan berinteraksi dan kemudahan berbagi informasi. Namun penelitian yang lebih baru menunjukkan bahwa media sosial bisa membawa dampak yang negatif, terutama terkait dengan ketidakpuasan pada tubuh (Moran, 2017). Hal ini berdampak pada penyebaran informasi yang sangat mudah mempengaruhi sikap dan perspektif masyarakat terhadap sesuatu termasuk mengenai standart ideal bagi pria maupun wanita. Individu yang merasa bahwa dirinya tidak memenuhi standar ideal tersebut cenderung untuk mengalami ketidakpuasan pada tubuh yang dapat merusak kesejahteraan fisik dan psikologis mereka (NEDC, 2016).

Tubuh adalah bagian utama dari penampilan fisik yang merupakan cermin diri dari seseorang. Tubuh dapat dilihat dan sangat mudah dinilai oleh diri sendiri bahkan orang lain. Menurut Breakey (1996) tubuh adalah representasi diri yang pertama dan paling mudah untuk dilihat. Hal tersebut mendorong seseorang termasuk remaja untuk memiliki tubuh yang ideal. Masa remaja merupakan fase peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dan merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi maupun fisik. Remaja juga seringkali diartikan tumbuh untuk mencapai kematangan. Pandangan ini didukung oleh Piaget (dalam Hurlock, dkk., 1990) yang mengatakan secara psikologis, remaja adalah suatu usia ketika anak tidak merasa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua, melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar.

Setiap tahapan perkembangan meliputi tugas perkembangan yang berbeda-beda. Salah satu tahap yang penting adalah masa remaja (*adolescence*), karena pada masa ini, remaja mengalami masa pubertas, yaitu proses mencapai

kematangan seksual dan kemampuan untuk melakukan reproduksi (Papalia dkk., 2009). Pada masa pubertas, banyak perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja baik secara fisik, biologis, psikologis dan sosial. Perubahan fisik yang paling kelihatan tampak nyata, seperti pada bertambahnya tinggi dan berat badan (Sarwono, 2011). Perubahan ini yang sering menimbulkan masalah pada remaja. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja berkaitan dengan masalah penampilan. Perubahan fisik yang dialami remaja dapat mempengaruhi keadaan psikologis remaja yaitu pada pembentukan citra tubuh seseorang.

Citra tubuh menurut Schilder (dalam Bell & Rushforth, 2008) adalah gambaran tubuh individu yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri. Sedangkan Cash & Pruzinsky (2002) menyatakan bahwa citra tubuh merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Remaja putri memberikan penilaian secara positif ataupun negatif kepada tubuhnya. Maka dari dua ahli diatas dapat disimpulkan bahwa citra tubuh adalah pandangan individu (remaja putri) mengenai diri mereka ditinjau dari bagaimana keadaan tubuh atau kondisi fisik yang akan menjadi positif atau negatif tergantung bagaimana penilaian individu itu sendiri. Apabila seseorang merasa kurang menerima atau menolak keadaan tubuhnya bisa dikatakan bahwa orang tersebut memiliki citra tubuh negatif.

Remaja yang dapat menerima kondisi atau penampilan fisiknya sebagaimana adanya, dikatakan memiliki citra tubuh yang positif. Sebaliknya, remaja kurang menyukai penampilan fisik yang dimilikinya berkaitan dengan citra tubuh yang negatif. Banyak dampak yang akan dialami oleh remaja terkait dengan cara ia menilai sosok tubuhnya, salah satunya adalah dampak psikologis. Melliana (2006) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki citra tubuh negatif biasanya mengalami *distorsi body image*, yaitu ketidakpuasan seseorang dalam menilai tubuhnya sendiri secara benar yang diakibat dari kesenjangan yang terjadi antara keadaan tubuh secara nyata dengan konsep tubuh ideal yang ada di dalam pikiran seseorang tentang persepsi tubuh ideal yang sebelumnya dipengaruhi oleh penilaian masyarakat.

Pada umumnya, memiliki tubuh yang ideal merupakan impian bagi semua orang. Tetapi nyatanya tidak semua orang memiliki tubuh yang ideal, angka kegemukan penduduk Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan hasil penelitian Riskesdas (2018) pada tahun 2007, 2013 dan 2018, prevalensi angka kegemukan di setiap tahunnya mengalami peningkatan. Prevalensi pada tahun 2007 sebanyak 8,6% menjadi 10,5%. Pada tahun 2013 sebanyak 11,5% meningkat menjadi 14,8%. Pada tahun 2018 sebanyak 13,6% meningkat menjadi 21,8%. Provinsi dengan prevalensi berat badan berlebih tertinggi adalah Sulawesi Utara (30,2%) dan terendah adalah Nusa Tenggara Timur (10,3%). Sedangkan 16 provinsi dengan prevalensi berat badan berlebih di atas prevalensi nasional, yaitu Banten, Jawa Timur, Jawa Barat, Bali, Bangka Belitung, Riau, Aceh, Gorontalo, Maluku Utara, Sumatera Utara, Kepulauan Riau, Papua Barat, Kalimantan Timur, DKI Jakarta, dan Sulawesi Utara. Jawa timur termasuk salah satu 16 provinsi di atas yang memiliki prevalensi berat badan berlebih sekitar 22% di atas rata-rata persentase nasional sebesar 21,8%. Kegemukan merupakan kelebihan berat badan dari ukuran normal yang sebenarnya atau biasa disebut dengan *overweight*. Terdapat perbedaan arti antara *overweight* dan obesitas, mereka yang kegemukan belum tentu obesitas, tetapi mereka yang obesitas sudah pasti kegemukan (Dariyo, 2004).

Menurut Purwanti, dkk. (2017) kegemukan atau obesitas bisa diketahui dengan mengukur Indeks Massa Tubuh (IMT). Indeks Massa Tubuh adalah berat badan dalam kilogram (kg) dibagi tinggi dalam meter kuadrat (m^2). Indeks Massa Tubuh adalah sebuah indikator untuk ukuran berat terhadap tinggi badan yang umum digunakan untuk menggolongkan orang dewasa ke dalam kategori *underweight* (kekurangan berat badan), kegemukan (kelebihan berat badan), dan obesitas (kegemukan). Menurut WHO standar normal/ideal yang digunakan adalah IMT antara 18,5 dan 25 kg/m^2 . Berat badan kurang (*underweight*) bila IMT $<18,5 kg/m^2$, berat badan lebih (*overweight*) bila IMT antara 25 dan 29,9 kg/m^2 dan obesitas bila IMT $\geq 30kg/m^2$. Klasifikasi berat badan berdasarkan IMT Asia Pasifik dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1.1 Klasifikasi Berat Badan Berdasarkan IMT Asia Pasifik

Klasifikasi	IMT
<i>Underweight</i>	$\leq 18,5$
<i>Normal</i>	18,5 – 24,9
<i>Overweight</i>	25,0 – 29,9
<i>Obese class I</i>	30,0 – 34,9
<i>Obese class II</i>	35,0 – 39,9
<i>Obese class III</i>	$\geq 40,0$

Sumber: WHO (2004)

Menurut *World Health Organization* atau WHO (2018) dampak dari individu yang mengalami kegemukan dapat menimbulkan dampak negatif pada orang yang mengalaminya yaitu dapat berdampak buruk bagi kesehatan, seperti penyakit kardiovaskuler, hipertensi, diabetes, gangguan tulang, dan kanker. Pada tahun 2016, WHO melaporkan bahwa orang dewasa berusia 18 tahun ke atas yang mengalami kegemukan sebanyak 1,9 miliar. Bukan hanya pada orang dewasa, WHO juga melaporkan bahwa 340 juta anak-anak dan remaja yang berusia 5-19 tahun mengalami kegemukan. Beberapa penyebab terjadinya kegemukan adalah dikarenakan terlalu sedikitnya aktivitas fisik dan juga disebabkan karena kebiasaan makan yang berlebihan sehingga makanan yang dikonsumsi menjadi sumber energi yang berlebih.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2012) menunjukkan bahwa dari 103 mahasiswa FIB UI yang mengalami kegemukan lebih banyak memiliki citra tubuh yang negatif atau tidak puas yakni dengan hasil 52,4% dari jumlah total responden. Bestiana (2012) juga menemukan bahwa citra tubuh mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya cenderung bersifat negatif atau tidak puas. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri (2012), gangguan citra tubuh ini akan menimbulkan kepercayaan diri yang rendah. Hal ini dibuktikan oleh penelitian Tarigan (2007) bahwa dari 191 remaja yang mengalami kegemukan sebanyak 182 remaja (91%) mengalami gangguan citra tubuh dinyatakan dengan perasaan tidak puas dengan ukuran tubuhnya sehingga menimbulkan rasa tidak percaya diri. Saat ini, tidak sedikit wanita yang menaruh perhatian lebih pada penampilan mereka sehingga membuat mereka membandingkan tubuhnya dengan tubuh orang lain (Sunartio, dkk., 2012).

Remaja putri selalu membandingkan antara tinggi badan, berat badan dan bentuk tubuhnya dengan teman-teman sebaya (Iswari, dkk., 2005). Timbulnya kesenjangan antara bentuk tubuh ideal berdasarkan budaya, dengan bentuk tubuh aktual menyebabkan perempuan mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh (Asri & Setiasih, 2004). Ketidakpuasan pada bentuk tubuh menurut Rosen & Reiter (1996) adalah keterpakuan pikiran akan penilaian yang negatif terhadap tampilan fisik dan adanya perasaan malu dengan keadaan fisik ketika berada di lingkungan sosial. Bagi seseorang yang mengalami hal ketidakpuasan terhadap beberapa bagian tubuh tertentu membuat mereka merasa terganggu dan tidak nyaman dengan penampilan fisik. Ketidakpuasan terhadap tubuh bisa saja mengarah pada gangguan makan seperti *anorexia* dan *bullemia* serta gangguan klinis yang lebih parah yaitu *body dysmorphic disorder* (Melliana, 2006). Remaja mulai mengupayakan berbagai usaha dilakukan agar dapat mengubah penampilan fisik sesuai dengan yang diharapkannya. Pada umumnya mereka melakukan diet, berolahraga, melakukan perawatan tubuh, mengkonsumsi obat pelangsing dan lain-lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Field, dkk. (dalam Santrock, 2007), menemukan bahwa remaja perempuan sangat memedulikan berat tubuhnya dan berusaha keras agar dapat menyamai tokoh di media yang berjenis kelamin sama dengannya. Terlihat bahwa melalui media, remaja membuat patokan seperti apa tubuh impian atau konsep tubuh idealnya. Menurut Putri, dkk. (2016) remaja adalah kelompok yang tergolong tinggi dalam menggunakan media sosial khususnya dalam hal berkomunikasi dengan teman di situs jejaring sosial, mencari hiburan, dan informasi. Remaja yang paling banyak menggunakan *internet* adalah remaja usia 15-19 tahun yakni sebesar 64%.

Berdasarkan data dari Kementerian Kominfo (2015) yang bekerjasama dengan UNICEF pada Februari 2014 menemukan fakta bahwa setidaknya 30 juta anak dan remaja di Indonesia merupakan pengguna *internet* dan media digital yang saat ini menjadi pilihan utama saluran komunikasi yang digunakan. Disamping itu *We Are Social* bekerjasama dengan *Hootsuite* melaporkan bahwa pada tahun 2018 Indonesia menempati peringkat keempat dunia dengan durasi rata-rata

penggunaan *internet* selama 8 jam 51 menit setiap harinya, penggunaan *internet* tersebut didominasi oleh aktivitas bersosialisasi di dunia maya. Menurut (Kementerian Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi RI (2012) media sosial adalah media berbasis *internet* yang bersifat dua arah (Web2.0) dan terbuka bagi siapa saja, yang memungkinkan para penggunanya dengan mudah berinteraksi, berpartisipasi, berdiskusi, berkolaborasi, berbagi, serta menciptakan berbagai isi.

Hadirnya media sosial tidak jarang memberikan gambaran kecantikan yang sering ditampilkan melalui iklan. Salah satu kontributor eksternal yang paling umum terhadap ketidakpuasan tubuh adalah adanya pengaruh media. Mayorita media sosial sering kali menampilkan gambar-gambar wanita berpenampilan menarik bertubuh langsing dan tinggi semampai. Isi dari media sosial dapat menjadi pengaruh terhadap perkembangan sosial budaya pada citra tubuh individu. Hal ini disebabkan karena media dapat memainkan peran dalam berkomunikasi dan memperkuat gambaran tubuh ideal yang disenangi oleh masyarakat (Kim & Chock, 2015).

Remaja perempuan yang memiliki sikap yang mendukung terhadap persuasi untuk bertubuh ideal menurut ukuran media akan lebih mudah mengalami ketidakpuasan terhadap citra tubuh (Mukhlis, 2013). Mitos kecantikan yang dibuat oleh media dapat menimbulkan masalah psikologis, sosial, dan kesehatan bagi individu. Beberapa kasus *bullying* dan pelecehan sering dialami oleh wanita yang memiliki tubuh jauh dari standar ideal, terutama bagi mereka yang mengalami kegemukan dan obesitas (Bestiana, 2012). Citra tubuh terbentuk dari perbandingan yang dilakukan oleh seseorang atas tubuhnya sendiri dengan standar kecantikan yang berlaku di lingkungan sosial dan budayanya serta merupakan pengaruh dari interaksi sosial seseorang sepanjang waktu dalam lingkungannya, yang berubah sepanjang rentang kehidupan dalam responnya terhadap umpan-balik (*feedback*) dari lingkungan (Rice dalam Melliana, 2006). Konsep yang dibentuk tersebut dapat menimbulkan adanya kesenjangan atau ketidaksesuaian antara kenyataan pada kondisi tubuh dengan konsep ideal tersebut. Besarnya kesenjangan yang dialami remaja antara citra tubuh ideal dengan citra tubuh riil merupakan indikator

adanya ketidakpuasan terhadap sosok tubuhnya. Pada umumnya, remaja ingin menampilkan dirinya sebaik mungkin karena sangat memperhatikan penampilan fisik. Namun, ketertarikan terhadap tampilan fisik dapat memicu adanya perbandingan penampilan baik dengan orang lain di sekitarnya maupun dengan figur-figur tubuh ideal yang sering ditampilkan di media (Aristantya & Helmi, 2019).

Daya tarik fisik menjadi hal yang penting bagi remaja putri dibanding pada remaja putra. Ketika remaja putri memiliki gambaran ideal tentang penampilan tubuh yang berbanding terbalik dengan tubuhnya, ia memunculkan reaksi bahwa betapa ia mengalami ketidakpuasan pada tubuhnya sendiri. Kebanyakan perempuan memiliki gambaran tidak memuaskan dalam memandang tubuhnya, semua ini secara dominan dipicu oleh idealisasi pencitraan tubuh tentang perempuan cantik di masyarakat (Melliana, 2006). Eksperimen Stice dan Shaw (dalam Maria, dkk., 2001) mengatakan perempuan yang melihat gambar model yang bertubuh kurus merasa bersalah, depresi, stres, malu, tidak aman, dan tidak puas terhadap sosok tubuhnya. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan yang dirasakan oleh perempuan menjadikannya tidak merasa yakin terhadap dirinya karena merasa gemuk, besar ataupun kurus yang membuatnya malu seakan semua orang memperhatikan ketidaksempurnaannya. Gambar-gambar model dan artis tersebut banyak dijumpai melalui media sosial yang sudah banyak digunakan oleh para remaja. Media sosial yang sedang banyak digemari dan diminati oleh pengguna *internet* khususnya remaja saat ini adalah *facebook* dan *instagram*.

Pengguna *instagram* di dunia, diketahui mencapai 800 juta pengguna pada 2018. Menurut hasil survey (*We Are Social & Hootsuite*, 2019) *facebook* menjadi *platform* media sosial dengan jumlah pengguna sebanyak 2,27 miliar pengguna pada tahun 2019. Sementara itu, *instagram* menjadi *platform* media sosial dengan jumlah pengguna terbanyak ke tujuh di dunia. *Instagram* di Indonesia menempati urutan ke empat setelah *youtube*, *facebook*, dan *whatsapp*. Pengguna aktif *instagram* paling banyak terdapat dari Amerika Serikat yaitu sebanyak 110 juta, lalu di Brazil dengan pengguna aktif mencapai 57 juta pengguna. Indonesia

menempati urutan ketiga dengan jumlah pengguna aktif 55 juta pengguna (Jayani, 2020).

Dari penelitian sebelumnya yang dilakukan (Putri, 2012) tentang hubungan obesitas dengan gambaran citra tubuh pada mahasiswa FIB UI menyatakan bahwa obesitas berpengaruh secara signifikan terhadap citra tubuh citra tubuh mahasiswa. Jadi dapat disimpulkan pada penelitian tersebut dipengaruhi oleh faktor internal dalam tubuh yang menyebabkan obesitas sehingga mempengaruhi citra tubuhnya. Hal tersebut dapat dikembangkan oleh penelitian ini berfokus pada pengukuran pengaruh penggunaan media sosial sebagai faktor eksternal yang dapat mempengaruhi citra tubuh pada remaja putri yang mengalami kegemukan. Selain itu, terdapat penelitian sebelumnya yang membahas terkait media sosial dan citra tubuh yaitu penelitian yang dilakukan oleh Fardouly, dkk. (2015) menemukan bahwa penggunaan *facebook* yang berlebihan dapat menyebabkan kekhawatiran akan citra tubuh yang lebih besar pada penggunanya, dan berdasarkan dari penelitian yang tersebut juga ditemukan bahwa individu yang menggunakan lebih banyak waktu untuk mengakses *facebook* memiliki keinginan yang lebih besar untuk melakukan perubahan pada area tubuh seperti wajah, rambut, dan kulit. Penelitian Sukanto, dkk. (2019) menemukan bahwa media sosial berpengaruh terhadap citra tubuh seseorang. Penggunaan media sosial pada remaja putri dapat membuat mereka secara sadar tidak sadar membandingkan penampilannya dengan orang lain. Remaja putri lebih cenderung membandingkan diri dengan teman sebaya atau selebriti yang lebih menarik, cantik, langsing, dan lebih tinggi. Perbandingan penampilan yang menyebabkan mereka memiliki citra tubuh negatif. Selain itu Hilman (2019) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap bagaimana seseorang memandang tubuhnya. Media sosial juga berpengaruh terhadap gangguan makan dan *anorexia* karena menciptakan suatu lingkungan yang tidak sehat terhadap pencitraan tubuh. Marizka, dkk. (2019) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan penggunaan media sosial terhadap ketidakpuasan pada tubuh. Interaksi antara penggunaan media sosial dan *self-compassion* meningkatkan tingkat ketidakpuasan pada tubuh dewasa awal.

Menurut White, dkk. (2006) perbandingan sosial dengan frekuensi yang tinggi memiliki dampak negatif bagi individu, yakni perasaan tidak bahagia, sedih dan selalu merasa lebih buruk daripada orang lain. Pengaruh media massa seolah-olah menyatakan semakin kurus seseorang semakin menarik membuat banyak wanita berlomba-lomba untuk menurunkan berat badan, padahal sesungguhnya gaya superkurus para model ini tidak realistis bagi sebagian besar wanita. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan variabel yang sama, yaitu terletak pada karakteristik subjek penelitian yang diteliti. Dimana subjek penelitian ini difokuskan kepada remaja putri yang mengalami kegemukan. Selain ini, perbedaan lainnya penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan subjek penelitian yang sama adalah terletak pada lokasi pengambilan data, usia, jenis kelamin (rata-rata menggunakan remaja putri yang mengalami kegemukan) dan karakteristik subjek penelitian yang ditetapkan setiap penelitiannya.

Berdasarkan uraian di atas, maka remaja putri, khususnya yang mengalami kegemukan, yang mengakses konten-konten yang menampilkan sosok perempuan langsing atau memiliki berat badan yang ideal, akan dapat memicu remaja putri tersebut untuk membandingkan tubuhnya dengan sosok yang dianggapnya ideal tersebut. Sebagai contoh, dengan melihat *insta story* atau unggahan foto seseorang di *facebook* yang menampilkan bentuk tubuh yang langsing, akan dapat memicu ketidakpercayaan diri dari remaja putri tersebut dengan tubuhnya sendiri. Hal ini kemudian akan membuat dirinya memiliki citra yang negatif terhadap tubuhnya sendiri. Kondisi ini akan diperparah dengan komentar-komentar tentang kondisi tubuhnya, yang didapat oleh remaja putri yang mengalami kegemukan tersebut, dari teman-temannya ataupun bahkan orang-orang terdekatnya melalui media sosial. Komentar-komentar tersebut akan membuat remaja putri tersebut akan semakin merasa tidak percaya diri dengan kondisi tubuhnya saat ini.

Gambaran seseorang mengenai tubuhnya lebih bersifat subjektif. Apabila seseorang menganggap kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka individu tersebut akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Keadaan seperti itu yang sering

membuat seseorang tidak dapat menerima kondisi fisiknya secara apa adanya sehingga citra tubuhnya menjadi negatif. Jika seorang wanita merasa gemuk dan memiliki berat badan yang berlebih, mereka cenderung merasa tidak puas dengan kondisi tubuhnya dan menginginkan berat tubuhnya berkurang. Kesenjangan yang terlalu jauh antara tubuh yang dipersepsi dengan gambaran idealnya akan menyebabkan penilaian yang negatif terhadap tubuhnya, hal ini menyebabkan munculnya perilaku menyimpang seperti melakukan diet ekstrem, olahraga berlebihan, dan mengonsumsi obat-obatan pelangsing tubuh. Oleh karena itu, peneliti ingin mengkaji variabel yang terkait dengan penggunaan media sosial terhadap citra tubuh pada remaja putri yang mengalami kegemukan secara umum.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat disampaikan rumusan masalah yang akan dijadikan pokok kajian dalam penelitian ini, yaitu:

“Apakah terdapat pengaruh penggunaan media sosial terhadap citra tubuh pada remaja putri yang mengalami kegemukan?”

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial terhadap citra tubuh pada remaja putri yang mengalami kegemukan.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan akan dapat memberikan manfaat-manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pengetahuan dalam bidang Psikologi, khususnya Psikologi Sosial, Psikologi Kepribadian, Psikologi Perkembangan dan Psikologi Klinis tentang bagaimana gambaran citra tubuh, baik citra tubuh positif maupun yang negatif yang dimiliki individu.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait pengaruh pengguna media sosial terhadap citra tubuh pada remaja putri yang mengalami kelebihan berat badan dan gambaran citra tubuh, baik citra tubuh positif maupun negatif agar subjek lebih memahami gambaran citra tubuhnya sendiri.

- b. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan remaja khususnya remaja putri tentang pengaruh penggunaan media sosial terhadap citra tubuh.

- c. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis terkait tentang penggunaan media sosial dan citra tubuh.