

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada umumnya untuk mencapai usia dewasa membutuhkan masa transisi yang cukup lama. Di era sekarang peralihan dari masa remaja ke dewasa disebut sebagai masa bertambah dewasa, yang terjadi pada usia sekitar 18 hingga 25 tahun (Arnett dalam Santrock, 2019). Santrock (2019), berpendapat bahwa masa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan berpasangan. Beberapa orang membutuhkan waktu lebih lama untuk mencapai usia dewasa dari yang mereka bayangkan. Pada masa ini orang menemukan lebih banyak hal dalam hidup mereka. Menjelajahi jalur karier mana yang ingin mereka ikuti, identitas apa yang mereka inginkan, dan gaya hidup seperti apa yang mereka ingin jalani (Arnett dalam Santrock, 2019).

Orang dewasa baru akan muncul setelah mengalami masa-masa sulit saat tumbuh dewasa, kedewasaan yang muncul mewakili saat mereka dapat mengarahkan kembali kehidupan mereka dan bergerak ke lintasan perkembangan yang lebih positif. Memang, bagi banyak individu, orang dewasa yang baru muncul memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi daripada remaja. Tetapi bagi orang lain, masa dewasa yang baru muncul adalah saat meningkatnya kecemasan, depresi, dan masalah, serta kekhawatiran besar tentang masa depan seseorang (Arnett dalam Santrock, 2019).

Mengambil tanggung jawab untuk diri sendiri mungkin merupakan tanda penting status dewasa bagi banyak orang (Smith dalam Santrock, 2019). Dalam sebuah penelitian, baik orang tua maupun mahasiswa sepakat bahwa mengambil tanggung jawab atas perilaku seseorang dan mengembangkan kontrol emosional adalah aspek penting dari kedewasaan (Nelson dalam Santrock, 2019). Menurut Hurlock (2002), individu yang telah mencapai usia dewasa awal telah belajar untuk menerima perubahan – perubahan fisik. Pada usia dewasa awal individu telah mampu menyadari kekurangan – kekurangan dirinya dan berusaha untuk memperbaiki penampilannya. Sejak kecil individu telah memiliki pemahaman bahwa penampilan yang menarik merupakan potensi yang kuat dalam suatu

pergaulan dan penampilan yang tidak menarik dapat menghambat pergaulan. Dari pengalaman, individu akan mengetahui bahwa harga diri, keberanian dalam menonjolkan diri, kemudahan berteman, kebahagiaan, dan penampilan yang menarik merupakan faktor-faktor yang saling terkait antara satu dengan yang lainnya dengan penampilan fisik yang menarik menjadi dasarnya (Hurlock, 2002).

Mahasiswi yang memasuki masa dewasa awal pada umumnya lebih memperhatikan penampilan fisiknya, terutama pada bentuk tubuhnya. Sebagian besar mahasiswi memperhatikan penampilan mereka dan ingin tampil menarik (Amalia, 2018). Pada masa inilah perkembangan fisik manusia berkembang mencapai puncaknya. Hal ini tentu memunculkan keinginan untuk memiliki penampilan menarik di hadapan orang lain khususnya pada lawan jenis (Santrock, 2002).

Wanita menyadari bahwa penampilan fisik sangat membantu statusnya dalam bidang bisnis maupun perkawinan (Hurlock, 2002). Zaman sekarang pun penampilan fisik menjadi hal yang penting bila dibandingkan dengan kecerdasan maupun pendidikan dalam mencari pasangan. Di negara berkembang, pernikahan lebih sering menjadi penanda penting untuk memasuki masa dewasa, dan ini biasanya terjadi jauh lebih awal daripada penanda dewasa di Amerika Serikat (Arnett dalam Santrock, 2019).

Sebuah survei yang melibatkan 68 ribu orang dan dilakukan oleh peneliti dari University of Gottingen dan tim peneliti Clue, menemukan bagi pria dan wanita heteroseksual penampilan fisik dan tipe tubuh sangat penting dalam mencari pacar. Kecerdasan dan kebaikan justru tidak terlalu banyak. Hasil penelitian menunjukkan hampir 90% wanita menginginkan pacar yang memiliki tinggi badan lebih dari diri mereka, dengan 11% mengatakan lelaki yang lebih tinggi adalah hal penting. Sedangkan bagi pria, penampilan fisik wanita, seperti bentuk tubuh (70%) dan wajah (68,8%) yang menarik, adalah fitur paling penting dalam mencari pacar. Justru masalah kebaikan, kepercayaan diri, dan kecerdasan memiliki persentase yang lebih rendah (Rahmawati, 2019). Dapat dikatakan bahwa penampilan fisik yang menarik sebagai potensi yang menguntungkan serta dapat dimanfaatkan dalam mencari teman maupun pasangan.

Mempunyai tubuh yang ideal tentu menjadi idaman bagi setiap individu, terutama wanita. Suseno & Dewi, (2014) menyatakan bahwa wanita pada umumnya memiliki kebutuhan yang relatif lebih besar untuk selalu tampil cantik dan menarik di depan orang lain. Anggapan ini membuat tubuh cantik dan menarik penting untuk seorang wanita dan mengurangi atau menghilangkan kecantikan fisik tidak diharapkan. Individu di awal masa dewasa percaya bahwa memiliki tubuh yang ideal dan menarik akan mengarah pada kehidupan cinta yang lebih baik dan partisipasi yang lebih mudah dalam hubungan asmara. Hal ini karena daya tarik fisik dalam hubungan asmara selalu menjadi sangat penting (Suseno & Dewi, 2014). Sehingga, individu pada masa dewasa awal berusaha untuk memenuhi standar tubuh ideal menurut pandangan masyarakat (Pratiwi, 2016).

Begitu pula mahasiswi, Girindra, Welangan, & Pardede (2019) berpendapat bahwa banyak mahasiswa yang menunjang penampilannya dengan menggunakan kosmetik agar terlihat cantik. Menurut Amalia (2018), beberapa mahasiswi tidak puas dengan penampilannya sendiri. Berat badan merupakan salah satu hal yang menjadi masalah bagi sebagian mahasiswi. Mereka merasa terlalu gemuk untuk ukuran tubuh mereka. Apalagi saat sekelompok mahasiswi berpose untuk foto dan berusaha agar foto tidak menonjolkan tubuhnya terlihat gemuk. Bukan hanya berat badan, hal-hal lain yang membuat mahasiswa merasa tidak puas seperti warna kulit, wajah, dan kurang percaya diri saat mengenakan pakaian tertentu.

Wanita mulai memperhatikan penampilan mereka dan mulai mencoba untuk merubah penampilan dengan lebih memperhatikan wajah, kulit, terutama bentuk tubuh agar terlihat lebih ideal (Suseno & Dewi, 2014). Banyak faktor yang memengaruhinya seperti media sosial, artis atau model, dan iklan. Tanpa disadari hal tersebut menjadi ukuran atau standar tubuh yang ideal bagi seseorang. Standar tubuh ideal tersebut akan membuat individu membandingkan tubuhnya sendiri dengan tubuh ideal masyarakat (Grogan dalam Marizka, Maslihah, & Wulandari, 2019). Amalia (2018), juga berpendapat bahwa kriteria cantik ideal yang berkembang pada masyarakat sebagai salah satu hal yang menciptakan kaum wanita akan selalu mengikuti tren cantik ideal yang berlaku.

Sunartio, Sukamto, & Dianovinina (2012) berpendapat bahwa kesenjangan antara standar kecantikan dalam masyarakat dalam memandang bentuk fisik wanita, menyebabkan banyak wanita merasa kurang puas dengan penampilan atau bentuk tubuhnya. Individu yang merasa tubuhnya tidak sesuai dengan standar akan selalu merasa kurang, sehingga melakukan berbagai cara untuk mencapai standarnya. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya wanita yang mengikuti program diet, diikuti dengan *skin care* yang selalu ramai dipasaran, dan banyaknya pengguna produk *makeup*. Hasil survei di Amerika Serikat yang diproduksi oleh situs gaya hidup, Glamour menunjukkan bahwa 89% wanita tidak puas dengan berat badan mereka. Kemudian, sebanyak 39% mengaku akan merasa gelisah saat berat badannya terus naik (Usihana, 2016). Penelitian lainnya yang dilakukan di STIKES Karya Husada Semarang pada 12-15 Februari 2014, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 141 mahasiswi, sebanyak 89 (63,12%) mahasiswi melakukan diet penurunan berat badan karena takut berat badan bertambah dan ingin mendapatkan bentuk tubuh yang menarik. Studi tersebut juga mewawancarai 10 mahasiswi, dua diantaranya mengaku telah menjalani diet penurunan berat badan hingga mereka dirawat di rumah sakit (Astuty, Lestari & Dita, 2018). Belum lagi anoreksia yang disebabkan oleh rencana diet yang ekstrim, dan situasi lain di mana orang melakukan sesuatu secara berlebihan tanpa memperhatikan kesehatan akibat ketidakpuasan pada tubuhnya (Hastuti, 2018).

Berdasarkan fenomena di atas, wanita yang mengalami perilaku tersebut kemungkinan mengalami masalah. Hal ini terlihat dengan adanya beberapa perilaku yang tidak puas dengan diri sendiri, yaitu seperti memiliki penilaian negatif terhadap tubuhnya, perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuh bagian tertentu, dan merasa tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada. Dapat dikatakan bahwa seseorang dengan perilaku di atas mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh.

Pengertian ketidakpuasan bentuk tubuh menurut Hall (2009) adalah ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya. Ketidakpuasan bentuk tubuh dapat diartikan sebagai bentuk perasaan negatif terhadap tubuh, perbedaan persepsi sebenarnya terhadap ukuran tubuh yang ideal (Ogden dalam Marizka, Maslihah, & Wulandari, 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sukamto (2020),

banyak perempuan yang mengalami ketidakpuasan pada bentuk tubuh secara keseluruhan maupun bagian-bagian tertentu. Khususnya paha, perut, dan lengan. Sehingga sebagian besar melakukan perilaku mengendalikan berat badan dengan cara yang tidak sehat. Menurut Andini (2020), individu yang mempersepsikan dirinya terhadap bentuk dan berat tubuh serta perilaku yang mengarah pada evaluasi terhadap penampilan fisiknya disebut dengan citra tubuh. Persepsi tersebut bisa dalam bentuk evaluasi positif maupun negatif. Jika individu merasa puas dengan kondisi fisiknya maka akan mendapat evaluasi yang positif dan kepuasan tubuh (*body satisfaction*) akan meningkat. Sebaliknya, ketika persepsi tentang tubuh negatif dan terdapat kesenjangan antara evaluasi individu terhadap tubuh aslinya dan citra tubuh ideal, maka ketidakpuasan bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) terjadi (Grogan dalam Andini, 2020).

Individu yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh akan merasa tidak nyaman dengan tubuhnya karena cenderung merasa bentuk tubuhnya tidak sempurna dan menginginkan bentuk tubuh yang lain. Kritikan berlebihan terhadap kondisi fisik sendiri, perasaan bahwa tubuh sendiri tidak berharga, dan membandingkan dengan kondisi fisik orang lain, kecemburuan terhadap teman, kondisi fisik orang – orang di sekitar bahkan selebriti semua menunjukkan hal tersebut (Littleton & Ollendick dalam Andini 2020). Menurut Sarwer, Wadeen dan Foster dalam Kartikasari (2013), ketidakpuasan bentuk tubuh dapat dilihat dari penilaian seseorang terhadap bagian-bagian tubuhnya seperti berat badan, tinggi badan, dan bagian-bagian tubuh lainnya.

Ketidakpuasan bentuk tubuh dapat memberikan dampak negatif bagi orang-orang yang mengalami perilaku ini, diantaranya stres, rendahnya harga diri, anoreksia, bulimia, dan dampak-dampak lainnya (Kartikasari, 2013). Obsesi terhadap suatu hal secara berlebihan akan mendatangkan dampak yang tidak baik. Seseorang dapat mengalami gangguan kesehatan, kekurangan nutrisi, dan gangguan-gangguan lainnya baik secara fisik maupun psikis (Amalia, 2018). Dalam fenomena ini mahasiswa yang tidak puas terhadap tubuhnya cenderung mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dan mengambil keputusan

untuk merubah dirinya (Yosephine dalam Meiliana, Valentina, & Retnaningsih, 2018).

Faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh, salah satunya adalah perbandingan sosial. Jones (dalam, Hastuti 2018), berpendapat bahwa perbandingan sosial (*social comparison*) merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam pembentukan citra tubuh (*body image*) yang selanjutnya akan memengaruhi kepuasan dan ketidakpuasan bentuk tubuh seseorang. Teori perbandingan sosial yang dijelaskan oleh Festinger (dalam Myers & Crowther, 2009), menyatakan bahwa orang memiliki dorongan untuk menentukan kemajuan dan posisi mereka dalam hidup. Sebagai hasil dari dorongan untuk menentukan kemajuan seseorang, orang-orang akan cenderung mencari standar yang dengannya mereka dapat menjadi objek perbandingan. Teori ini membedakan dua jenis perbandingan sosial, yaitu perbandingan sosial ke atas dan perbandingan sosial bawah. *Upward comparison* adalah tindakan yang diambil oleh individu yang membandingkan dirinya sendiri dengan orang yang dianggap lebih baik dari dirinya disebut perbandingan ke atas. Sebaliknya, *downward comparison* ketika seseorang membandingkan dirinya dengan orang yang sedang dinilai tidak ada perbandingan sosial yang lebih baik yang disebut ke bawah. Diantaranya bentuk perbandingan sosial ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Putra, Achmad, dan Atrizka (2019), dalam penelitian tersebut, beberapa subjek membandingkan dirinya dengan artis dan teman-teman yang dianggap memiliki penampilan yang ideal. Proses membandingkan diri sendiri mengakibatkan subjek merasa tidak puas dengan tubuhnya.

Mahasiswi akan terobsesi dan melihat wanita lain dengan penampilan ideal akan terlihat lebih menarik sehingga mereka termotivasi untuk memenuhi standar tersebut (Amalia, 2018). Artinya perilaku membandingkan diri dengan orang lain maupun standar cantik ideal dapat menjadi salah satu faktor munculnya ketidakpuasan bentuk tubuh seseorang. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sunartio, Sukamto, & Dianovinina (2012), yang menyatakan bahwa variabel *social comparison* dengan *body dissatisfaction* memiliki korelasi yang signifikan. Berarti terdapat hubungan antara *social comparison* dengan *body*

dissatisfaction pada wanita dewasa awal. Hal ini juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2018), berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui besarnya koefisien korelasi perbandingan sosial (*social comparison*) dan ketidakpuasan bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) pada mahasiswi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *social comparison* dan *body dissatisfaction* pada mahasiswi Universitas X di Yogyakarta. Penelitian yang sama menemukan jika rasa ketidakpuasan terhadap tubuh yang dimiliki diakibatkan seringnya seseorang melakukan perbandingan sosial berdasarkan penampilan (Putra, Achmad, dan Atrizka, 2019). Penelitian tersebut juga menemukan jika responden dengan ketidakpuasan bentuk tubuh sangat tinggi kerap merasa jika dirinya ditertawakan dan dijadikan bahan *bully* dikarenakan penampilannya yang menurutnya tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada disekitarnya.

Menurut Hall (2009), lingkungan sosial dan media menjadi bagian penting dari perbandingan antara diri dan persepsi seseorang tentang tubuh ideal. Mayoritas media sering menampilkan artis dan model berpenampilan menarik dengan tubuh tinggi dan kurus dan terus – menerus meyakinkan wanita bahwa kecantikan, kesuksesan, kebahagiaan, dan harga diri dapat dicapai jika wanita memiliki bentuk tubuh seperti itu (Ambarani, 2019). Di era yang serba digital seperti sekarang, citra cantik ideal tidak hanya dimuat di media televisi maupun media cetak seperti majalah dan koran. Tetapi media sosial yang sangat populer pada masa ini berdasarkan laporan terbaru We Are Social, pada tahun 2020 disebutkan bahwa ada 175,4 juta pengguna internet di Indonesia (Haryanto, 2020). Berdasarkan total populasi Indonesia yang berjumlah 272,1 juta jiwa, maka itu artinya 64% setengah penduduk RI telah merasakan akses ke dunia maya. Dalam laporan tersebut juga diketahui bahwa 160 juta dari pengguna internet adalah pengguna aktif media sosial. Pengguna terbanyak media sosial di Indonesia berdasarkan usia dan gender ialah usia 18 – 34 tahun (Annur, 2020).

Salah satu media sosial yang sedang populer di dunia dan banyak digunakan adalah Instagram. Berdasarkan data statistik per Oktober 2019 jumlah pengguna Instagram Indonesia sebesar 60 juta tiga peringkat di bawah pengguna Instagram

Amerika Serikat sebesar 116 juta. Perusahaan analisis Sosial Media Marketing yang berbasis di Warsawa, Polandia, Napoleon Cat mencatat dengan jumlah pengguna Instagram Indonesia per November 2019 yakni sebanyak 61.610.000 juta. Napoleon Cat merinci pengguna Instagram berdasarkan jenis kelamin. Dari 61.610.000 juta, mayoritas pengguna Instagram adalah wanita yakni 50,8%. Dan grup pengguna paling besar usia 18-24 tahun sebanyak 23 juta pengguna (Hamdan, 2019).

Instagram merupakan media sosial yang muncul pada 6 Oktober 2010. Instagram ini dirancang oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger. Instagram adalah aplikasi berbagi foto yang memungkinkan pengguna mengambil foto, menerapkan filter digital, dan berbagi dengan berbagai layanan jejaring sosial termasuk instagram itu sendiri (Merri dalam Zakirah 2017). Interaksi di dalam Instagram adalah dengan menjadi pengikut (*followers*) akun pengguna instagram lain. Interaksi dengan akun – akun yang tidak di private pun dapat dilakukan tanpa harus menjadi *followers*. Instagram menjadi media sosial yang banyak digunakan tak terkecuali artis maupun model. Tidak hanya sebagai media untuk membagikan foto maupun video nyatanya instagram juga memuat banyak iklan, dan tidak sedikit iklan yang menampilkan model – model yang memiliki tubuh ideal. Menurut Merri dalam Zakirah (2017), instagram juga merupakan tempat terbentuknya *self-image*. Dalam beberapa foto pemilik akun, semakin banyak *followers* atau pengikut dan orang yang menyukainya, maka akan semakin banyak pengguna yang melihat bahwa pengguna tersebut memiliki citra diri yang lebih tinggi (Merri dalam Zakirah 2017).

Tidak hanya digunakan oleh orang biasanya, namun instagram juga banyak digunakan kalangan selebritis dan artis. Unggahan foto artis atau selebriti yang memiliki *followers* cukup banyak dan berdampak cukup besar dengan menunjukkan standar kecantikan dan citra tubuh yang ideal (Kharizta dalam Rizkiyah, 2020). Tanpa disadari hal itu menjadi tolak ukur seseorang.

Laporan perusahaan media asal Inggris, We Are Social mengungkapkan laporan "Digital 2021: The Latest Insights Into The State of Digital" yang diterbitkan pada 11 Februari 2021. Rata-rata orang Indonesia menghabiskan 3 jam

14 menit sehari untuk mengakses media sosial. Jumlah pengguna media sosial di Indonesia sama dengan 61,8 persen dari total populasi pada Januari 2021. Angka ini juga meningkat 10 juta, atau sekitar 6,3 persen dibandingkan tahun lalu. Nama Indonesia sendiri tercatat dalam daftar 10 besar negara yang kecanduan media sosial. Posisi Indonesia berada di peringkat sembilan dari 47 negara yang dianalisis. Dirangkum *We Are Social*, waktu yang dihabiskan orang Indonesia untuk mengakses internet per hari rata-rata yaitu 8 jam 52 menit. Menurut laporan, waktu yang dihabiskan pengguna WhatsApp di Indonesia yaitu sekitar 30,8 jam per bulan, Facebook 17 jam per bulan, Instagram 17 jam per bulan, TikTok 13,8 jam per bulan, kemudian Twitter 8,1 jam per bulan (Rizal, 2021).

Intensitas penggunaan media sosial adalah besarnya perhatian dan ketertarikan seseorang dalam menggunakan media sosial, atau kekuatan mereka dalam menggunakan media sosial (Al Aziz, 2020). Dalam penelitian kali ini ialah penggunaan media sosial instagram. Pada penelitian yang dilakukan oleh Walker, Krumhuber, Dayan, & Furnham (2019) pada 118 wanita di Inggris dan Amerika, ditemukan bahwa ada korelasi antara waktu yang dihabiskan di media sosial dan ketidakpuasan bentuk tubuh. Penelitian menunjukkan bahwa semakin banyak individu bermain media sosial, semakin tinggi ketidakpuasan terhadap tubuh individu itu.

Media sosial Instagram tentu memberikan kemudahan bagi penggunanya dalam menjalin komunikasi dan menampilkan diri kepada orang lain. Namun penggunaan media sosial Instagram juga memiliki dampak negatif, seperti krisis kepercayaan diri, persaingan kehidupan mewah, tidak menerima realita dan kenyataan (Mahardika dalam Ambarani, 2019). Penelitian Pepin dan Natalie dalam Ambarani (2019), menemukan bukti bahwa paparan situs internet berhubungan dengan ketidakpuasan berat badan, yaitu munculnya keinginan untuk menjadi kurus. Pada penelitian tersebut menemukan fakta bahwa pengguna media sosial merasa tertekan dan menimbulkan keinginan untuk menurunkan berat badan, memiliki otot, dan merubah penampilan agar terlihat menarik.

McLean (2015) dalam penelitiannya menemukan bahwa perilaku menggunakan media sosial khususnya berbasis foto memiliki hubungan positif dengan ketidakpuasan bentuk tubuh. Semakin tingginya intensitas individu dalam mengakses media sosial instagram, semakin tinggi pula peluang individu melihat foto maupun video yang menampilkan seseorang maupun model dengan bentuk tubuh yang ideal menurut individu tersebut. Dari sinilah seseorang dapat mempersepsikan standar tubuh yang ideal dan membandingkan dengan dirinya. Apabila individu merasa tidak mampu mencapai standar yang dipersepsikan maka akan timbul ketidakpuasan bentuk tubuh. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andini (2020), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sosial media dengan ketidakpuasan bentuk tubuh (*body dissatisfaction*). Hubungan yang terjadi merupakan hubungan positif dimana ketika kegiatan pada sosial media tinggi maka ketidakpuasan bentuk tubuh juga akan tinggi. Lebih lanjut, aktivitas yang dapat memengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh adalah jenis media sosial yang digunakan, respon terkait unggahan yang didapatkan baik komentar atau *likes*, juga durasi penggunaan sosial media. Pengaruh media sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh dapat timbul karena individu membandingkan dirinya dengan standar tubuh ideal yang berkembang di media sosial.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat disimpulkan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh adalah evaluasi negatif terhadap tubuh yang terjadi karena ukuran dan bentuk tubuh yang dimiliki tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang dianggap ideal. Pengaruh media sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh dapat timbul karena individu membandingkan dirinya dengan standar tubuh ideal yang berkembang di media sosial. Untuk itu peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram dan perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dalam penelitian ini, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi
- 1.2.2 Bagaimana pengaruh perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi
- 1.2.3 Bagaimana pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram dan perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- 1.3.1 Untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi
- 1.3.2 Untuk mengetahui pengaruh perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi
- 1.3.3 Untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram dan perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya penelitian mengenai ketidakpuasan bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) dengan variabel – variabel yang memengaruhinya. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan bagi psikologi, khususnya bidang Psikologi Sosial, Psikologi Klinis dan Psikologi Perkembangan agar dapat menjadi pertimbangan bagi penelitian dalam bidang sejenis di masa mendatang.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi subjek

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram dan perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi. Melalui penelitian ini diharapkan subjek mampu mengendalikan intensitas penggunaan media sosial instagram dan mengurangi perbandingan sosial sehingga subjek dapat meminimalisir adanya ketidakpuasan bentuk tubuh yang dialami subjek.

b. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi dan bahan kajian bagi peneliti selanjutnya untuk menggali lebih dalam mengenai intensitas penggunaan media sosial dan perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi, sehingga peneliti selanjutnya mampu mengembangkan penelitian dengan lebih baik.