

ABSTRAK

Jingga Putri Anggraini. 180541100023. Pengaruh *Self-Esteem* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Pengguna Media Sosial Instagram. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura. 2025.

Body dissatisfaction merupakan ketidakpuasan individu terhadap bentuk tubuhnya yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah self-esteem. Remaja sebagai pengguna aktif media sosial, terutama Instagram, lebih rentan mengalami body dissatisfaction akibat paparan standar kecantikan yang beredar di *platform* tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self-esteem terhadap body dissatisfaction pada remaja pengguna media sosial Instagram. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik analisis regresi sederhana. Sampel penelitian terdiri dari 100 remaja berusia 12–23 tahun yang aktif menggunakan Instagram, dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data berupa skala self-esteem dan skala body dissatisfaction. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara self-esteem terhadap body dissatisfaction pada remaja pengguna Instagram ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi self-esteem seseorang, semakin rendah tingkat body dissatisfaction yang dialami, dan sebaliknya. Temuan ini mengindikasikan pentingnya peningkatan self-esteem sebagai strategi untuk mengurangi body dissatisfaction pada remaja di era digital.

Kata kunci: *self-esteem, body dissatisfaction, remaja, Instagram, media sosial*

ABSTRACT

Jingga Putri Anggraini. 180541100023. The Influence of Self-Esteem on Body Dissatisfaction in Adolescents Who Use Instagram Social Media. Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo University Madura. 2025

Body dissatisfaction refers to an individual's dissatisfaction with their body shape, influenced by various factors, including self-esteem. Adolescents, as active social media users, particularly on Instagram, are more vulnerable to body dissatisfaction due to exposure to beauty standards circulating on the platform. This study aims to examine the effect of self-esteem on body dissatisfaction among adolescent Instagram users. The research employed a quantitative method with simple regression analysis. The sample consisted of 100 adolescents aged 12–23 years who actively use Instagram, selected using purposive sampling. Data collection instruments included a self-esteem scale and a body dissatisfaction scale. The results showed a significant influence of self-esteem on body dissatisfaction among Instagram users ($p < 0.05$). This indicates that higher self-esteem is associated with lower levels of body dissatisfaction and vice versa. These findings highlight the importance of enhancing self-esteem as a strategy to reduce body dissatisfaction among adolescents in the digital era.

Keywords: *self-esteem, body dissatisfaction, adolescents, Instagram, social media*