

**PERAN TEKANAN TEMAN SEBAYA DAN HARGA DIRI TERHADAP
KETIDAKPUASAN TUBUH PADA WANITA DEWASA AWAL
PENGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Mencapai Derajat Magister Psikologi**

TESIS



Disusun Oleh:

**Hilmatun Zakiyah
15000120420008**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

2023

**PERAN TEKANAN TEMAN SEBAYA DAN HARGA DIRI TERHADAP
KETIDAKPUASAN TUBUH PADA WANITA DEWASA AWAL
PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM**

Hilmaturun Zakiyah

15000120420008

ABSTRAK

Masa dewasa awal merupakan masa yang rentan mengalami stres, depresi, harga diri rendah, kecemasan, kurang percaya diri serta permasalahan ketidakpuasan pada tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tekanan teman sebaya dan harga diri terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram. Subjek penelitian ini melibatkan ($n = 251$) mahasiswi Fakultas Ekonomi Bisnis, Universitas Muria Kudus. Teknik *sampling* dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Metode pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala-skala psikologis sebagai instrumen pengambilan data, di antaranya: Skala ketidakpuasan tubuh (16 aitem, $\alpha = 0,868$), Skala tekanan teman sebaya (17 aitem, $\alpha = 0,882$), dan Skala harga diri (25 aitem, $\alpha = 0,894$). Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis regresi berganda, dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tekanan teman sebaya dan harga diri terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram ($R = 0,591$, $F = 66,512$, $p < 0,001$). Tekanan teman sebaya berkorelasi positif terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram ($r = 0,466$, $p < 0,001$). Harga diri berkorelasi negatif terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram ($r = -0,436$, $p < 0,001$). Tekanan teman sebaya dan harga diri memberikan sumbangan efektif sebesar 34,9% terhadap ketidakpuasan tubuh.

Kata kunci: tekanan teman sebaya, harga diri, ketidakpuasan tubuh, mahasiswi

**THE ROLE OF PEER PRESSURE AND SELF-ESTEEM ON BODY
DISSATISFACTION IN EARLY ADULT USERS OF INSTAGRAM SOCIAL
MEDIA**

Hilmatun Zakiyah

15000120420008

ABSTRACT

Early adulthood is a period that is vulnerable to stress, depression, low self-esteem, anxiety, lack of confidence and problems with body dissatisfaction. This study aims to determine the relationship between peer pressure and self-esteem on body dissatisfaction in early adult women using Instagram social media. The subject of this research involved ($n = 251$) female students of the Faculty of Business Economics, Muria Kudus University. The measurement method in this study uses psychological scales as data collection instruments, including: the body dissatisfaction scale (16 items, $\alpha = 0.868$), the peer pressure scale (17 items, $\alpha = 0.882$), and the self-esteem scale (25 items, $\alpha = 0.894$). The data analysis technique in this study was multiple regression analysis, with the results showing that there was a significant relationship between peer pressure and self-esteem on body dissatisfaction in early adult women using Instagram social media ($R = 0,591$, $F = 66.512$, $p < 0.001$). Peer pressure has a positive correlation with body dissatisfaction in early adult women using Instagram social media ($r = 0.466$, $p < 0.001$). Self-esteem has a negative correlation with body dissatisfaction among early adult women using Instagram social media ($r = -0.436$, $p < 0.001$). Peer pressure and self-esteem made an effective contribution of 34.9% to body dissatisfaction.

Keyword: *peer pressure, self-esteem, body dissatisfaction, college student.*

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Masa dewasa awal adalah tahap ketika individu diharapkan menjadi lebih bijak tentang tanggung jawab baru dan hidup mandiri (Meimner & Satwika, 2021). Masa dewasa awal merupakan peralihan individu dari masa remaja ke masa dewasa, antara usia 18 tahun dan usia 25 tahun (Santrock, 2012). Masa dewasa awal adalah ketika individu mulai menghadapi tahapan perkembangan yang berbeda terkait dengan cinta, keluarga, kekeluargaan, pekerjaan dan tuntutan perubahan lingkungan yang cepat. (Resky dkk., 2021).

Transformasi masyarakat di era teknologi internet dan informasi berkecepatan tinggi telah memungkinkan untuk mengakses berbagai jenis informasi di seluruh dunia dengan menggunakan ponsel pintar (Cohen dkk., 2019). Popularitas internet mendorong individu beralih menggunakan media sosial sebagai sumber informasi penting tentang tren budaya dan gaya penampilan (Rahmadi, 2020). Secara keseluruhan total pengguna media sosial mencapai 3,8 miliar pada Januari 2020 dan terus bertambah secara konsisten. Pengguna media sosial tersebar di berbagai platform seperti Facebook, Instagram, Twitter, YouTube, Pinterest, Tik Tok, dan WhatsApp (Situs web We Are Social, 2021).

Kebutuhan untuk bersosialisasi menjadi salah satu alasan utama individu beralih ke media sosial karena kemudahan bertukar informasi dengan keluarga, pasangan, dan berbagai acara sosial, baik untuk menjalin

pertemanan baru atau membina hubungan persahabatan. Media sosial juga menawarkan kesempatan kepada pengguna untuk terhubung dengan orang lain, terutama bagi mereka yang memiliki minat yang serupa (Christian dkk., 2020). Media sosial merupakan tempat penyebaran informasi berupa gambar, rekaman, berita, dan audio kepada siapapun di mana saja (Kotler & Keller, 2012). Tidak hanya sebagai *viewer*, pengguna juga dapat membagikan momen favorit mereka dalam bentuk gambar dan video (Yuanita & Sukamto, 2013).

Salah satu jejaring sosial yang paling populer dan banyak digunakan saat ini adalah Instagram. Indonesia memiliki 94,5 juta pengguna Instagram pada Januari 2023, tercatat mayoritas pengguna Instagram di Indonesia adalah dari kelompok usia 18-24 tahun, yakni sebanyak 35,9 juta. Rinciannya, sebanyak 20,1% pengguna aplikasi tersebut adalah perempuan, sedangkan 17,9% merupakan laki-laki (Napoleon, 2023). Instagram adalah layanan jejaring sosial yang memungkinkan individu berbagi video dan foto di seluruh dunia, mempromosikan tubuh ideal mereka kepada jutaan pengguna lain (Sukamto dkk., 2019). Foto-foto yang diunggah merupakan foto terbaik dari pemilik akun dan sudah diedit sebanyak mungkin sebelum membagikan foto atau video tersebut (Tunliu dkk., 2019). Secara umum diyakini bahwa bentuk tubuh ideal merupakan tujuan utama wanita untuk menunjukkan kepercayaan publik (Suseno & Dewi, 2014). Faktanya, sebagian besar wanita senang berbagi selfie di media sosial untuk mendapatkan pujian dari pengguna lain (Suseno & Dewi, 2014).

Penggunaan media sosial Instagram didasarkan pada pemenuhan

kebutuhan informasi tentang konten yang diunggah oleh pengguna lain, keinginan untuk mendapatkan pengalaman baru dengan konten orang lain. Selain itu juga mengungkap keinginan untuk menerima tanggapan atas konten yang diunggah, keinginan untuk membagikan gambar akun tersebut sebagai bentuk pengakuan dan rasa aman berupa rasa damai saat menggunakan Instagram (Intan, 2019). Hal ini didasarkan pada fitur dan kemudahan yang tersedia bagi pengguna Instagram (Nasiha, 2017). Instagram memiliki *filter* yang mengubah tubuh, seperti bentuk dagu, bentuk hidung, bentuk lengan dan badan, serta membuat wajah lebih cerah dari aslinya (Ghaznavi & Taylor, 2015). Menurut penelitian yang dilakukan (Diedrichs dkk., 2021), sekitar 60% wanita merasa cemas ketika penampilan fisiknya tidak sesuai dengan versi *online*, sehingga semakin banyak wanita yang menggunakan *filter* Instagram untuk mempercantik wajah dan bentuk tubuhnya.

Di sisi lain, reaksi terhadap konten unggahan yang menarik diwujudkan dalam bentuk *like*. Menurut Aristantya dan Helmi (2019), jumlah *like* menandakan konten yang diunggah menarik bagi pengguna lain. Hal ini didukung oleh Chua dan Chang (2016) yang menemukan bahwa jumlah *like* dan *followers* suatu akun Instagram berhubungan dengan apresiasi terhadap penampilan orang lain.

Dari hasil wawancara pada tanggal 08 September 2022 dengan tiga subjek diketahui fenomena yang terjadi selama ini adalah munculnya penilaian di kalangan wanita yang lebih memperhatikan bentuk tubuh seperti penampilan fisik dan bentuk tubuh ideal. Hal ini membuat wanita tidak percaya diri dan

menyebabkan mereka mendapat kritik terkait bentuk tubuh oleh orang lain. Wanita menggunakan media sosial Instagram cenderung untuk melihat konten video dan foto tentang topik kecantikan, yang menggugah keinginan untuk memiliki wajah yang ideal, misalnya wajah putih, tanpa jerawat, dll. Pendapat subjek mendukung bahwa penampilan tumbuh berdasarkan dari rasa percaya penilaian orang lain dengan melalui media instagram, mereka yang di wawancara melihat gambaran kecantikan ideal adalah seperti dalam bentuk gambar dan video yaitu gambaran kecantikan ideal yang dilihat dari konten kecantikan di media sosial instagram. Dampak dari paparan gambaran kecantikan ideal di media sosial mengakibatkan wanita cenderung melakukan upaya untuk mendapatkan kecantikan ideal sehingga terpaksa untuk mengikuti tren kecantikan yang ada (Yuanita & Sukanto, 2013).

Sejalan dengan uraian di atas, paparan media sosial berdampak pada gambaran tubuh ideal pada wanita, menurut Ghaznavi dan Taylor (2015) penggunaan jejaring sosial Facebook dan Instagram mengarah pada fakta bahwa muncul perasaan iri pada unggahan pengguna lain yang lebih menarik, merasa kesal karena kurangnya komentar atau jumlah suka dan saran yang diterima, serta munculnya rasa kesepian pada individu.

Orang Indonesia rata-rata menghabiskan tiga jam 23 menit sehari untuk mengakses media sosial (Situmorang, 2021). Menurut Kusin dkk. (2014) beberapa alasan yang mempengaruhi penggunaan media sosial yaitu; menjadi terkenal atau mengikuti media viral, mengubah suasana hati, kepuasan/kegembiraan setelah membuka media sosial, cemas ketika tidak

menggunakan media sosial, konflik antar pengguna dengan orang lain tentang media sosial.

Intensitas atau frekuensi pengguna media sosial dapat mempengaruhi citra tubuh mereka, dan semakin banyak menggunakan media sosial, mereka semakin tertekan terhadap tubuhnya (Maimunah & Satwika, 2021). Ungkapan “*Sexy is beauty*” sering diartikan sebagai standar kecantikan baru dimana wanita kurus dianggap cantik (Yuanita & Sukamto, 2013). Perilaku wanita yang sering membandingkan dirinya dengan wanita lain meningkatkan perasaan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya (Arshuha & Amalia 2019). Wanita mengalami ketidakpuasan fisik karena evaluasi tubuh yang negatif, menyebabkan kesenjangan antara evaluasi tubuh aktual seseorang dan konsep diri yang ideal (Grogan, 2008). Hal ini menimbulkan perbedaan antara citra tubuh ideal dan citra diri, sehingga menimbulkan ketidakpuasan wanita terhadap bentuk tubuhnya, atau biasa disebut ketidakpuasan tubuh (Santrock, 2012).

Definisi ketidakpuasan tubuh adalah kekecewaan terhadap bentuk dan ukuran tubuh, karena terdapat kesenjangan antara tinggi ideal dan tinggi aktual (Ogden, 2010). Wanita yang tidak bahagia dengan tubuhnya, tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya dan menginginkan tubuh yang berbeda merasa tubuhnya tidak sempurna dan ada jarak antara dirinya dengan ukuran ideal Littleton (Andini, 2020). Ketidakpuasan fisik juga berdampak signifikan terhadap kesehatan mental seseorang (Sharma dkk., 2022). Menurut Badmin (dalam Turnip & Fachrurrozi, 2020), ketidakpuasan tubuh dapat menyebabkan

orang menilai tubuhnya secara negatif, menyebabkan harga diri rendah, depresi, kepuasan hidup, kesehatan berkurang, dan malnutrisi. Sementara itu, Quick dkk. (2013), ketidakpuasan tubuh pada masa dewasa awal dapat menimbulkan banyak akibat negatif, seperti masalah gizi dan kesehatan yang buruk.

Akibat dari ketidakpuasan terhadap tubuh adalah upaya merubah penampilannya melalui operasi dan lain-lain. Menurut *World Health Organization* (Hendarko, 2016), individu yang tidak puas dengan tubuhnya berupaya mengubah bentuk tubuhnya dan menjadi cantik untuk memenuhi kebutuhannya. Rasa tidak puas secara fisik mendorong wanita mencoba mengubah tubuhnya sesuai kebutuhan, misalnya pada wajah, tubuh, warna kulit, warna rambut, dll (Hendarko, 2016). Menurut Sukanto dkk. (2019) wanita yang menggunakan media sosial cenderung membandingkan tubuhnya dengan tubuh orang lain.

Pada awalnya perkembangan ketidakpuasan tubuh terkait masalah berat badan dipaparkan oleh media majalah dan surat kabar, kini terungkap melalui media sosial online yang menampilkan bentuk tubuh ideal dengan berbagai cara melalui konten kecantikan yang ada (Ricciardelli dkk., 1997). Pengaruh media sosial Facebook membuat wanita cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain, yang meningkatkan ketidakpuasan fisik (Cohen & Blaszczynski, 2015). Hingga saat ini, di era perkembangan teknologi, ketidakpuasan tubuh di media sosial sering dikaitkan dengan bentuk tubuh yang ideal (Heider dkk., 2017).

Upaya individu yang tidak puas dengan tubuhnya akan menjadi konsumen berbagai produk kecantikan untuk mempercantik penampilannya. Penggunaan produk kecantikan dipandang sebagai peluang untuk meningkatkan kecantikan seseorang dengan cara yang dapat memberikan dampak yang signifikan, baik negatif maupun positif. Sudut pandang ini membuat orang merasa kecewa dengan tubuhnya karena apa yang ingin dicapai tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya. Misalnya orang yang berkulit sawo matang menginginkan kulit putih (Audrey dik., 2020).

Model sosial budaya telah menonjol dalam menjelaskan perkembangan ketidakpuasan citra tubuh di kalangan wanita dewasa awal. Model-model ini mengusulkan bahwa masyarakat mempromosikan budaya penampilan yang menyoroti keinginan daya tarik fisik dan kecantikan untuk pria dan wanita. Kecantikan wanita terkait erat dengan bentuk tubuh ramping, berat badan rendah yang menjadi kunci dari daya tarik fisik. Wanita merespon dengan intensitas yang lebih besar untuk bentuk tubuh ini, dan akibatnya mengalami ketidakpuasan citra tubuh yang lebih besar daripada pria (Lawler & Nixon, 2011).

Berdasarkan pendapat para ahli ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan tubuh diantaranya budaya, hubungan interpersonal, keluarga, dan teman sebaya. Kehadiran teman mempengaruhi sangat penting dalam ranah mencapai identitas dirinya. Identitas diri dapat dicapai apabila bergabung dengan teman sebaya (Babu & Daspurkayastha, 2020). Menurut Shaw (2004), untuk diakui dan termasuk dalam kelompok sebaya, seseorang

harus mampu berperan dan berperilaku sesuai dengan harapan dan tuntutan kelompok sebaya. Sulit bagi individu yang tidak memenuhi harapan kelompok akan diakui oleh kelompok. Kebutuhan dan harapan kelompok menciptakan tekanan pada individu yang dikenal sebagai konformitas.

Kelompok teman sebaya dapat bersikap positif dan mendukung serta saling membantu mengembangkan keterampilan baru, atau merangsang minat baru namun, teman sebaya juga dapat memiliki pengaruh negatif sehingga dapat mendorong masing-masing perilaku tertentu atau terlibat dalam kegiatan berisiko lainnya. (Babu & Daspurkayastha, 2020).

Tekanan teman sebaya adalah dorongan atau tekanan yang diberikan pada individu dari kelompok sosial yang sama di mana konformitas diharapkan (Babu & Daspurkayastha, 2020). Tekanan teman sebaya berarti bahwa orang tersebut mulai berperilaku dengan cara berdandan, atau membentuk pendapat atau sikap, sehingga ia dapat diterima sebagai bagian dari kelompok atau kelompok sebaya. Ada kalanya orang tersebut tidak merasa nyaman atau ingin mengikuti teman sebayanya, tapi dia merasa sangat sulit untuk menyimpang ini dikenal sebagai tekanan teman sebaya. Tekanan teman sebaya, meskipun telah dipandang sebagian besar memaksa seseorang untuk melakukan perilaku yang tidak sehat, namun juga dapat menjadi positif. Pengaruh teman sebaya ternyata sangat kuat, bahkan lebih kuat dari anggota keluarga. Ketika teman sebaya mementingkan tubuh berat badan dan citra tubuh, maka individu menjadi lebih peduli tentang bentuk tubuh mereka (Sapra & Bhatt, 2021).

Perkembangan dewasa awal rentan akan kritik dan ejekan terkait

penampilan teman sebaya dapat dianggap sebagai sarana di mana norma dan harapan budaya penampilan teman sebaya diidentifikasi, dibagikan, dan diakui dikalangan wanita. Komentar negatif tentang penampilan teman sebaya terkait bentuk tubuh tertentu berdampak pada diri individu yang cenderung melakukan evaluasi negatif secara berlebihan pada dirinya. Dengan demikian, ejekan teman sebaya juga dapat mempromosikan internalisasi cita-cita budaya dengan memperkuat nilai penampilan kepada rekan-rekan. Dengan kata lain, internalisasi merupakan proses psikologis kunci yang menghubungkan tekanan teman sebaya dengan ketidakpuasan tubuh (Lawler & Nixon, 2011). Menurut penelitian Giles (2013) mengungkapkan pengaruh teman sebaya seperti percakapan tentang tubuh ideal dan komentar mengenai bentuk tubuh memiliki hubungan negatif dengan ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa perguruan tinggi.

Tekanan dan komentar yang diperoleh dari teman sebaya menjadi salah satu nilai inti mereka berkaitan dengan bentuk tubuh dan penghayatannya, kemudian lambat laun menjadi konsep tersendiri dan sudut pandang. Prosedur ini dikenal sebagai internalisasi. Karena internalisasi ini, wanita dewasa awal cenderung kurang percaya diri, ingin mengubah situasi saat ini, dan mencapai standar citra tubuh yang lebih tinggi dengan demikian, banyak wanita memilih untuk mengubah bentuk tubuh mereka (Berg dkk., 2002).

Wanita dewasa awal lebih fokus pada tekanan dalam kaitannya dengan citra tubuh dan lebih terkena lingkungan dimana setiap orang mengklaim bahwa berat badan yang lebih sedikit layak mendapat perhatian lebih dan

penghargaan. Saat mereka kehilangan kepercayaan pada bentuk dan berat tubuh, mereka kehilangan harga diri dan tidak menganggap diri mereka sebagai orang yang berharga dan menawan. Karena kurangnya harga diri, lebih banyak wanita melakukan evaluasi negatif pada dirinya (Quick dkk., 2013).

Memiliki konsep diri yang memperhitungkan pentingnya pilihan individu mempengaruhi harga diri individu melalui tindakan dan evaluasi yang terkoordinasi dalam komunikasi dengan diri sendiri. Evaluasi yang sering dilakukan orang-orang ini disebut harga diri (Coopersmith, 1967). Selain kepercayaan diri yang tinggi, orang dengan status sosial ekonomi tinggi juga memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk mencapai kesuksesan dan cita-cita yang diinginkan dengan dukungan psikologis dari keluarganya dapat meningkatkan harga diri seseorang (Ashali dkk., 2015).

Harga diri adalah salah satu topik yang paling banyak dibahas dalam Psikologi, dan ini adalah evaluasi umum dan sikap yang bergerak dari pesimisme ke evaluasi (Rosenberg dkk., 1995). Menurut Branden (Rozika & Ramdhani, 2018), harga diri adalah penilaian diri tentang cara individu memikirkan, menilai, dan menilai dirinya secara utuh dapat berupa negatif atau positif. Project dan Burke (2002) menunjukkan bahwa harga diri adalah cara individu menilai diri mereka sendiri. Tafarodi dan Swann (2001) menginterpretasikan harga diri sebagai variabel mental yang mencakup dua aspek, yaitu: aspek kompetensi diri, yaitu aspek yang berkaitan dengan cara individu melihat kemampuan mereka sebagaimana mereka melihat diri

mereka sendiri cocok atau tidak, aspek *self-love*, yaitu aspek yang berkaitan dengan cara memandang diri sendiri, sekalipun menyukai diri sendiri. Rosenberg (Mruk, 2006) berpendapat bahwa kekecewaan adalah penolakan diri, kekecewaan terhadap apa yang dimiliki, harga diri yang pesimis, dan harga diri yang rendah.

Harga diri rendah terjadi ketika individu mengukur dan mengevaluasi dirinya sendiri sebagai individu yang tidak kompeten, dan individu tersebut memandang dirinya sebagai pribadi yang buruk. Individu dengan harga diri rendah seringkali membutuhkan keberanian dan tidak dapat menilai kemampuan mereka sendiri. Harga diri yang rendah ini membuat individu kurang bersosialisasi dalam hubungan sosial karena merasa tidak aman (Burn dalam Widodo & Pratitis, 2010).

Media sosial adalah tempat nyaman bagi orang-orang dengan harga diri rendah (Rozika & Ramdhani, 2018). Orang dengan kepercayaan diri rendah cenderung lebih tertekan, menolak kontak dengan realitas saat ini, dan menghindari hidup dalam kehidupan virtual di mana mereka bisa menjadi siapa pun yang mereka inginkan (Kircaburan, 2016). Raeli dkk. (2018) menyatakan individu dengan harga diri rendah cenderung menjadi lebih egois dan berusaha untuk berkolaborasi dengan pengguna media sosial lainnya untuk mendapatkan pengalaman positif yang diinginkan. Menurut Raymer (2015), individu dengan harga diri rendah menggunakan media sosial untuk mempromosikan dirinya, sedangkan orang dengan harga diri tinggi, individu menggunakan hiburan virtual untuk mempromosikan media sosial. Hasil studi

oleh Valkenburg dkk. (2006) menunjukkan bahwa harga diri pengguna Facebook berhubungan dengan kesehatan mental mereka. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri, semakin baik kondisi kesehatan mentalnya

Ketidakpuasan tubuh juga terkait dengan harga diri seseorang (Russello, 2009). Penelitian oleh Berg dkk. (2010) menunjukkan hubungan positif antara harga diri dan ketidakpuasan tubuh. Hanum dkk. (2014) menemukan bahwa mahasiswi yang tidak puas dengan tubuhnya dapat meningkatkan perilaku makannya karena harga diri yang rendah. Menurut hasil penelitian Nourmalita (2016), remaja putri yang kurang percaya diri merasa kecewa dengan realitasnya dan memiliki harga diri yang negatif, yang berujung pada kekecewaan pada tubuhnya.

Berdasarkan pemaparan diatas ditarik kesimpulan bahwa tekanan teman sebaya dan harga diri berkorelasi dengan ketidakpuasan tubuh. Hal tersebut diperkuat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nyeon (2020) menunjukkan bahwa tekanan penampilan dari teman sebaya berupa ejekan tentang bentuk tubuh dapat menyebabkan munculnya perilaku diet atau kekhawatiran berlebihan tentang bentuk tubuh yang berdampak pada kesehatan fisik dan psikologis. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fortes dkk. (2014) mengenai harga diri signifikan mempengaruhi ketidakpuasan tubuh, individu dengan harga diri negatif cenderung merasa tidak puas dengan kondisi bentuk tubuh dan memandang rendah diri sehingga memicu perilaku beresiko seperti gangguan makan.

Kebanyakan penelitian berfokus pada berat badan dan belum banyak yang dikaitkan dengan media sosial, pada penelitian ini tekanan teman sebaya dan harga diri dengan ketidakpuasan tubuh dikaitkan media sosial instagram dengan konten kecantikan dan fitur yang ada sehingga secara keseluruhan belum ada penelitian yang menghubungkan secara bersama-sama antara variabel tekanan teman dan harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pengguna instagram.

Kesenjangan antara harapan dan realita yang sedang dihadapi wanita dewasa terkait bentuk tubuh di era digital dapat diatasi dengan perkembangan teknologi media sosial instagram yaitu fitur *filter* yang mempermudah penggunanya bisa tampil cantik di sosial media. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai peran tekanan teman sebaya dan harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna sosial media instagram.

Rumusan Masalah

- a. Apakah ada hubungan tekanan teman sebaya terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram.
- b. Apakah ada hubungan harga diri terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram.
- c. Apakah ada hubungan tekanan teman sebaya dan harga diri terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram.

- d. Seberapa besar peranan tekanan teman sebaya dan harga diri terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram.

Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui hubungan antara tekanan teman sebaya terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram.
- b. Untuk mengetahui hubungan antara harga diri terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram.
- c. Untuk mengetahui hubungan tekanan teman sebaya dan harga diri terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram.
- d. Untuk mengetahui seberapa besar peranan tekanan teman sebaya dan harga diri terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal pengguna media sosial Instagram.

Manfaat Penelitian

- 1. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat menambah referensi dalam ranah Psikologi Perkembangan dan Psikologi Klinis.

- 2. Manfaat praktis

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi masukan yang berharga

bagi wanita dewasa muda pengguna Instagram terkait pentingnya harga diri untuk mereduksi paparan media dan tekanan teman sebaya terkait kecantikan tubuh ideal.

Keaslian Penelitian

Penelitian dengan judul “peran tekanan teman sebaya dan harga diri dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal” berdasarkan tinjauan literatur, belum ada penelitian yang dilakukan pada wanita dewasa muda yang menggunakan Instagram dengan menggunakan ketiga variabel tersebut secara bersamaan.

Tabel di bawah ini menunjukkan hasil penelusuran literatur yang peneliti lakukan pada penelitian terdahulu dengan menggunakan variabel yang sama untuk melihat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya.

Tabel 1. Keaslian penelitian

Judul Penelitian (Peneliti)	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan dengan penelitian ini
<i>Self-esteem and body-image dissatisfaction among adolescents: A cross-sectional study</i> George dkk. (2020)	1. Metode penelitian: Kuantitatif 2. Subjek penelitian: Partisipan adalah remaja N 183, mulai dari usia 11 hingga 19 tahun 3. Instrument: Rosenberg Self	Dalam penelitian ini, sebagian besar siswa memiliki harga diri tinggi (93; 50,8%) dan harga diri sedang (62; 33,9%). Dari 183 sampel, 53 (29%) puas	- Usia subyek 18-25 tahun - Mahasiswi, aktif pengguna sosial instagram - Variabel penelitian Ketidakpuasan tubuh Tekanan teman sebaya

	Esteem Scale (RSES) - Current Body Size (CBS), Ideal Body Size (IBS), Degree of Dissatisfaction with their Body Size (DDBS) 4. Analisis penelitian: Regresi	dengan kontur tubuh berdasarkan skala DDBS. Pada mereka yang kurus, terlihat bahwa 48 (54,5%) ingin menambah berat badan mereka, dan dalam kategori indeks massa tubuh (BMI) normal, 50% dari peserta ingin menurunkan berat badan mereka. Usia dan BMI secara signifikan terkait dengan harga diri dan persepsi citra tubuh.	Harga diri - Instrumen: <i>body satisfaction situational scale (BSSC)</i> <i>Peer pressure inventory (PPI)</i> <i>Coperstmith self esteem scale (CSES)</i>
<i>Predicting clothing behaviors of generation Y men through self esteem and body-dissatisfaction</i> Sung dan Yan (2020)	1. Metode penelitian: Kuantitatif 2. Subjek penelitian: remaja putri awal n = 440, dan putra n = 366 dan remaja putri pertengahan n = 946, dan anak laki-laki n = 764 3. Instrument:	Hasil dari penelitian ada hubungan antara harga diri dengan ketidakpuasan tubuh dengan hipotesis ketidakpuasan tubuh merupakan faktor risiko untuk suasana hati depresi	- Usia subyek 18-25 tahun - Mahasiswi, aktif pengguna sosial instagram - Variabel penelitian Ketidakpuasan tubuh Tekanan teman sebaya Harga diri - Instrumen: <i>body</i>

	- Male Body Attitude Scale (MBAS) - Rosenberg Self Esteem Scale (RSES)	dan harga diri yang rendah pada remaja wanita dan laki-laki	- <i>satisfaction situational scale (BSSC)</i> - <i>Peer pressure inventory (PPI)</i> - <i>Coperstmith self esteem scale (CSES)</i>
	4. Analisis penelitian:		
	Multiple Regretion		- Analisa penelitian menggunakan JASP
<i>Effect of Family Pressure, peer pressure , and Media Pressure on Body Image Dissatisfaction among Women</i> Akbar dkk. (2022)	1. Metode penelitian: Kuantitatif 2. Subjek penelitian: 250 karyawan wanita 3. Instrument: - Sociocultural Attitude toward Appearance Questionnaire Ketidakpuasan tubuh Scale 4. Analisis penelitian: Multiple Regretion	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan keluarga memiliki pengaruh hubungan positif pada ketidakpuasan citra tubuh. Temuan menunjukkan bahwa tekanan teman sebaya memiliki hubungan positif pada ketidakpuasan citra tubuh. Temuan menunjukkan bahwa media-tekanan memiliki hubungan positif pada ketidakpuasan citra tubuh	- Usia subyek 18-25 tahun - Mahasiswi, aktif pengguna sosial instagram - Variabel penelitian Ketidakpuasan tubuh Tekanan teman sebaya Harga diri - Instrumen: <i>body satisfaction situational scale (BSSC)</i> <i>Peer pressure inventory (PPI)</i> <i>Coperstmith self esteem scale (CSES)</i> - Analisa penelitian menggunakan JASP

<i>A prospective study on the impact of peer and parental pressure on body dissatisfaction in adolescent girls and boys</i> Healfert dan Warschburger, (2011)	1. Metode penelitian: Kuantitatif 2. Subjek penelitian: remaja wanita 236, laki-laki 1953 selama preode satu tahun. Usia 11-16 tahun. 3. Instrument: - Appearance related Social Preassure Questionere - Ketidakpuasan tubuh Scale, Eating Disorder inventory (EDI-2) - Drive for Muscularity Scale (DMS) 4. Analisis penelitian: Hierarchical multiple regression	Hasil penelitian menunjukkan perbedaan ketidakpuasan tubuh dari wanita dan pria terkait pengaruh variabel teman sebaya dimana wanita mengalami peningkatan signufikan terhadap ketidakpuasan tubuh dan pria hanya mengalami tingkat perubahan yang tidak signifikan.	- Usia subyek 18-25 tahun - Mahasiswi, aktif pengguna sosial instagram - Variabel penelitian Ketidakpuasan tubuh Tekanan teman sebaya Harga diri - Instrumen: <i>body satisfaction situational scale (BSSC)</i> <i>Peer pressure inventory (PPI)</i> <i>Coperstmith self esteem scale (CSES)</i> - Analisa penelitian menggunakan JASP
--	--	--	--

Berdasarkan tinjauan pustaka, belum ada penelitian yang menggabungkan ketiga variabel tersebut menjadi satu penelitian. Seperti dijelaskan di atas, penelitian ini menguji hubungan antara tekanan teman sebaya dengan ketidakpuasan tubuh, harga diri dengan ketidakpuasan tubuh, dan tekanan teman sebaya dan harga diri dengan ketidakpuasan tubuh. Dalam penelitian ini dilakukan analisis regresi berganda terhadap variabel tekanan teman sebaya (X1), harga diri (X2) dan ketidakpuasan tubuh (Y).

Sistematika Tesis

Penulisan tesis menggunakan struktur yang meliputi Bab I, II, III, IV, V, referensi dan lampiran. Bab I berisi pengantar penelitian sejarah masalah, masalah, tujuan penelitian, hasil penelitian, sejarah penelitian, pekerjaan, dll. Bab II juga mencakup tinjauan literatur tentang keluhan, hubungan teman sebaya, dan harga diri. Bab III mencakup analisis variabel studi, definisi operasional, populasi, model praktik, proses pengumpulan data, dan analisis data. Bab IV berupa hasil dan pembahasan yang di dalamnya terdapat orientasi kancan penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan hasil penelitian. Bab V berisikan kesimpulan, implikasi, dan keterbatasan dari temuan penelitian berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Terakhir, rekomendasi berupa daftar referensi penelitian dan lampiran untuk menyiapkan perangkat penelitian yang akan digunakan.