



Ranah Research : Journal of Multidisciplinary Research and Development



+62 821-7074-3613



ranahresearch@gmail.com



<https://jurnal.ranahresearch.com/>



Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Body Image* Dewasa awal Pengguna Media Sosial Tiktok

Rahayu Intan Dinata¹, Mario Pratama²

¹ Universitas Negeri Padang, Indonesia, Rahayuintandinata2000@gmail.com,

² Universitas Negeri Padang, Indonesia, m.pratama024@gmail.com

Corresponding Author: Rahayuintandinata2000@gmail.com

Abstract: *The Tiktok application is a social media that is currently viral in Indonesia and those who use it the most are from the ages of 15-24, where early adults enter it. In this Tiktok application, we can only upload videos in video format, so many of them feature videos of women or men who have ideal bodies. This causes those who see social comparisons as a form of self-evaluation related to the way a person describes his body image. The purpose of this study was to determine the relationship between social comparison and body image of early adult users of the Tiktok application with a study population of 206 people. This research method uses a quantitative approach. This study uses bivariate analysis to determine the relationship between the two variables. In the hypothesis test, it was found that there was a significant positive relationship between social comparison and body image ($r_{xy}=0.167$, $p<0.05$). This shows that there is a positive significant relationship between social comparison and body image.*

Keyword: *Tiktok, Social comparison, Body image, Early adulthood*

Abstrak: Aplikasi Tiktok merupakan media sosial yang tengah viral di Indonesia dan yang paling banyak menggunakannya adalah dari umur 15-24 yang dimana dewasa awal masuk kedalamnya. Pada aplikasi Tiktok ini, kita hanya dapat mengunggah dalam bentuk format video, sehingga banyak yang menampilkan video wanita atau pria yang bertubuh ideal. Hal ini menyebabkan yang melihat melakukan perbandingan sosial sebagai bentuk evaluasi diri yang berkaitan dengan cara seseorang menggambarkan citra tubuhnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dan citra tubuh dewasa awal pengguna aplikasi Tiktok dengan populasi penelitian sebanyak 206 orang. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan analisis bivariate untuk mengetahui hubungan kedua variabel. Pada uji hipotesis didapatkan bahwa terdapat hubungan signifikan positif antara perbandingan sosial dan citra tubuh ($r_{xy}=0.167$, $p<0.05$). Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan signifikan positif antara social comparison dengan body image.

Kata Kunci: Tiktok, Perbandingan sosial, Citra tubuh, Dewasa awal.

PENDAHULUAN

Aplikasi Tiktok menawarkan fitur yang menarik dan hal berbeda jika dibandingkan dengan Instagram dan Facebook. Instagram dan Facebook dalam postingannya menawarkan banyak hal yang dapat diunggah seperti foto, status, teks, ataupun video. Namun, pada aplikasi Tiktok ini kita hanya dapat mengunggah dalam bentuk format video sehingga ini yang menjadi daya tarik dari aplikasi ini. Aplikasi Tiktok juga tidak hanya sekedar mengunggah video seperti biasa namun pengguna Tiktok diajak untuk dapat memberikan video yang unik, menarik dengan iringan beragam *soundtrack* lagu Tiktok (Ciputra, 2020).

Namun media sosial tidak hanya memiliki aspek positif, semakin berkembangnya media sosial maka dapat berbahaya bagi kesehatan mental kaum muda diberbagai cara. Salah satu masalah yang paling menonjol adalah pengaruh media sosial terhadap persepsi citra tubuh generasi muda yang dapat berbahaya bagi kesehatan (Stein&Ohler, 2019). Sesuai dengan hasil penelitian Zahra&Shanti (2021), Tiktok merupakan urutan kedua dari sosial media yang berpengaruh pada *body image* yaitu Instagram (78,7%), Tiktok (6,7%), Youtube (5,3%), dan Facebook (5,3%).

Pada masa dewasa awal individu akan mempergunakan waktunya untuk mulai menarik lawan jenis, mencari pekerjaan, dan siap berumah tangga (Santrock, 2019). Sesuai dengan perkataan Hurlock (1997), tugas perkembangan pada masa dewasa awal salah satunya adalah memilih pasangan hidup dan mendapatkan perkerjaan. Menurut Calasanti (2001) pada beberapa penelitian terdahulu lebih banyak ditemukan bahwa wanita lebih mementingkan penampilannya dibandingkan pria. Sesuai dengan hasil penelitian Rief (2010) yang dilakukan di Jerman mendapatkan hasil bahwa 27% pria dan 41% wanita memperhatikan penampilannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa wanita lebih mementingkan penampilannya dibandingkan pria. Pria memprioritaskan penampilan fisik dalam mengevaluasi calon pasangannya, sedangkan wanita tidak puas dengan bentuk tubuh mereka dan berakibat rentan terkena gangguan makan dikarenakan wanita ingin terlihat menarik di hadapan pria. Disamping itu, pria kurang peduli dengan penampilan mereka dikarenakan wanita tidak memprioritaskan penampilan fisik melainkan kepribadian, status, kekuasaan, dan pendapatan (Siever, 1994). Berdasarkan hasil survei dari Maharani (2016), dari 72% pria juga menginginkan bentuk tubuh yang ideal atau atletis namun tidak dengan otot yang berlebihan seperti binaragawan.

Body image merupakan cakupan yang luas dikarenakan *body image* mencakup mengenai perilaku, presepsi, kognitif dan afektif (Thompson, 2001). Menurut Grogan (2008), *Body image* adalah presepsi mengenai bentuk tubuh, pikiran tentang bentuk tubuh, dan perasaan seseorang tentang bentuk tubuhnya. *Body image* juga diartikan dengan gambaran tubuh pada dirinya yang dia bentuk dalam pikirannya sendiri, yaitu cara dimana dia memberikan penilaian terhadap penampilannya sendiri (Schilder, 2013).

Individu yang memiliki *body image* yang baik maka dia akan mempunyai pandangan positif terhadap tubuhnya. Begitupun sebaliknya, seseorang yang mempunyai *body image* negatif maka dia akan melakukan penilaian negatif atau terdapat gangguan presepsi, merasa tidak puas dan tidak suka dengan tubuhnya (Bell&Rushforth, 2008). Menurut Cash&Pruzinsky (2002), seseorang yang memiliki *body image* negatif cenderung akan menghadapi hambatan sosial seperti isolasi sosial. Cash&SmoLak (2011) mengatakan bahwa *body image* negatif akan memiliki dampak seperti gangguan makan dan depresi.

Dalam penelitian Astuti (2021), sekitar 68 orang wanita dewasa awal masih merasa tidak puas dengan tubuhnya. Fenomena ini dikarenakan sosial media memberikan informasi tentang orang lain yang dapat digunakan untuk perbandingan sosial (Vogel et al., 2015).

Perbandingan sosial ini adalah salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* akan menjadi *negatif* ataupun *positif* (Yager, 2016). *Social comparison* merupakan teori yang memperlihatkan adanya dorongan bawaan yang dimiliki individu untuk membandingkan diri mereka dengan orang lain untuk mengevaluasi kemajuan individu tersebut dan dapat unggul

dari berbagai aspek kehidupan mereka. Perbandingan sosial ini terbagi dua yaitu membandingkan diri dengan orang yang lebih baik (*Upward comparison*) dan membandingkan diri dengan orang yang lebih rendah (*Downward comparison*) dibandingkan diri sendiri (Festinger, 1954). *Downward comparison* umumnya dilakukan untuk membuat seseorang merasa lebih baik dan meningkatkan persepsi individu terhadap dirinya (Guyer&Johnston, 2018). *Upward comparison* adalah tipe perbandingan sosial yang banyak terjadi dalam konteks media sosial saat ini dan hal ini kebanyakan terjadi pada perempuan (Sandy, 2021). Hasil penelitian Wang (2017) menunjukkan bahwa perbandingan sosial ke atas dikaitkan dengan evaluasi diri dan kesejahteraan psikologi mereka.

Hasil penelitian O'Brien (2009) menunjukkan bahwa *downward comparison* dengan *upward comparison* berbeda dalam menentukan penampilan. *Downward comparison* secara positif berhubungan dengan evaluasi penampilan, sedangkan *upward comparison* berhubungan negatif dengan evaluasi penampilan.

METODE

Pendekatan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Variabel dari penelitian ini yaitu *social comparison* sebagai variabel bebas dan *body image* sebagai variabel terikat. Populasi penelitian ini merupakan dewasa awal pengguna aplikasi Tiktok. Sampel penelitian ini berjumlah 206 orang dan teknik pemilihan sampelnya yaitu *purposive sampling* dengan kriteria dewasa awal (18-40) tahun, belum mempunyai anak, berdomisili di Kota Padang, menggunakan aplikasi Tiktok.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Skala *Social Comparison* dan Skala *Body Image* yang dimodifikasi. Kedua instrumen telah diuji coba kepada 59 orang dewasa awal sehingga didapatkan validitas dan reliabilitasnya. Pada Skala *Social Comparison* didapatkan 13 item valid dengan koefisien korelasi item berkisar antara 0,493 - 0,788 dan koefisien reliabilitasnya 0,925. Sedangkan pada Skala *Body Image* didapatkan 4 item gugur dari 31 item, sehingga total item yang dapat digunakan dalam penelitian ini sebanyak 27 item dengan koefisien korelasi item 0,238 - 0,738 dan koefisien reliabilitasnya 0,912.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung dan dengan menyebarkan *link google form* melalui media sosial Whatsapp dan Instagram. Setiap subjek diminta untuk mengisi kuesioner dari Skala *Social Comparison* dan Skala *Body Image*. Berikut deskripsi subjek secara umum:

Tabel 1. Deskripsi responden berdasarkan usia (N=206)

Usia	N	%
18	7	3%
19	28	14%
20	58	28%
21	42	20%
22	41	20%
23	12	6%
24	10	5%
25	5	2,4%
26	1	0,5%
32	1	0,5%
33	1	0,5%

Berdasarkan tabel 1, didapatkan bahwa dari 206 responden ini terdapat jumlah responden yang memiliki usia 18 tahun 7 orang (3%), 19 tahun 28 orang (14%), 20 tahun 58 orang (28%), 21 tahun 42 orang (20%), 22 tahun 41 orang (20%), 23 tahun 12 orang (6%), 24 tahun 10 orang (5%), 25 tahun 5 orang (2.4%), 26 tahun 1 orang (0.5%), 32 tahun 1 orang (0.57%), 33 tahun 1 orang (0.5%).

Tabel 2. Tingkat *body image* dan *social comparison* dewasa awal pengguna media social

Kategori	Tiktok			
	<i>Body Image</i>		<i>Social Comparison</i>	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	1	0.5%	30	15%
Sedang	145	70.3%	153	74.2%
Tinggi	59	29%	23	11.1%
Total	206	100%	206	100%

Dari tabel 2, dapat dilihat bahwa, secara umum subjek yang memiliki tingkat *body image* rendah sebanyak 1 orang (0.5%), subjek yang memiliki tingkat *body image* sedang sebanyak 145 orang (70.3%), dan pada kategori tinggi sebanyak 59 orang (29%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian secara umum memiliki *body image* dalam kategori sedang. Dari tabel 2, dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki *social comparison* rendah sebanyak 30 orang (15%), subjek yang memiliki tingkat *social comparison* sedang sebanyak 153 orang (74.2%), dan pada kategori tinggi sebanyak 23 orang (11.1%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian secara umum memiliki *social comparison* dalam kategori sedang.

Berdasarkan uji Normalitas dengan menggunakan rumus *Kolmogrov-Smirnov Test* melalui bantuan program SPSS versi 25 for Windows diperoleh nilai signifikan sebesar 0.200 ($p > 0.05$) yang memiliki arti bahwa data penelitian berdistribusi normal. Selanjutnya berdasarkan hasil pengolahan data, nilai linearitas *social comparison* dan *body image* sebesar $F = 6.738$ dengan $p = 0,010 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa linearitas dalam penelitian ini terpenuhi. Setelah dilakukan uji normalitas dan linieritas, maka kemudian dilakukan uji korelasi. Berdasarkan hasil analisis statistik yang diperoleh data besarnya koefisien korelasi antara kedua variabel adalah $r = 0,167$ dengan $p = 0,017$ ($p < 0,05$). Hasil yang didapat menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara variabel *social comparison* dengan *body image*, sehingga hipotesis diterima.

Riset ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan *social comparison* dengan *body image* dewasa awal pengguna aplikasi Tiktok di Kota Padang. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti, hasil uji analisis menggunakan korelasi *product moment* diketahui adanya hubungan positif antara *social comparison* dengan *body image* dewasa awal pengguna aplikasi Tiktok di Kota Padang. Pada kategori *social comparison* berada pada kategori sedang dan pada *body image* berada pada kategori sedang. Sehingga dapat diartikan dengan semakin tinggi tingkat *social comparison* subjek maka akan semakin tinggi juga tingkat *body image* subjek, begitupun sebaliknya. Sejalan dengan penelitian Septianingsih (2021) yang menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan positif antara *social comparison* dengan *body image*, yang mana pada penelitian Septianingsih menjelaskan bahwa semakin tinggi *social comparison* maka semakin tinggi *body image*.

Berdasarkan hasil kategorisasi secara umum variabel *body image* berada dalam kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek pada penelitian ini sudah memiliki *body image* yang cukup baik. Dewasa awal pengguna aplikasi Tiktok yang memiliki tingkat *body image* sedang bukan berarti tidak merasakan adanya ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Sejalan dengan penelitian Setiawati (2020) ditemukan tingkat *body image* sedang cenderung memiliki rasa tidak puas terhadap bagian tubuhnya, namun belum mengganggu sehingga tidak menyebabkan rasa cemas berlebihan terhadap kegemukan dan perilaku diet.

Pada aspek *Appearance Evaluation* berada pada kategori sedang yang artinya individu merasa cukup puas dengan penampilannya. Pada aspek *Appearance Orientation* berada pada kategori tinggi yang artinya individu dalam penelitian ini melakukan usaha untuk memperbaiki penampilan dan meningkatkan diri individu. Pada aspek *Body Areas Satisfaction* berada pada kategori sedang yang artinya individu cukup puas dengan bagian anggota tubuh individu. Pada aspek *Overweight Preoccupation* berada pada kategori sedang yang artinya individu cukup merasa cemas saat memiliki berat badan yang berlebih. Pada aspek *Self-Classified Weight* berada pada kategori sedang yang artinya individu cukup menilai dan mempresepsikan berat badanya. Cara seseorang untuk menggambarkan mengenai persepsi, kognitif, perasaan dan tindakan mengenai penampilannya disebut dengan *body image* (Cash&Pruzinsky, 2002).

Sehingga dapat disimpulkan subjek merasa cukup puas dengan penampilannya dan beberapa bagian anggota tubuhnya, walaupun masih ada perasaan untuk memperbaiki penampilan dan cukup merasa cemas saat memiliki berat badan yang berlebih. Sedangkan untuk social comparison yang dilakukan oleh subjek berada pada kategori sedang, yang artinya subjek sudah cukup mampu mengendalikan diri untuk melakukan social comparison. Sesuai dengan yang disampaikan Jones (2001) faktor yang berkontribusi membentuk citra tubuh adalah perbandingan sosial. Diperkuat dengan hasil penelitian Hendrickse (2017) yang mengemukakan adanya hubungan yang kuat antara perbandingan sosial dengan citra tubuh. Kemudian menurut Meier dan Schafer (2018) para pengguna instagram cenderung merasakan iri hati setelah membandingkan diri dengan orang lain, sehingga menimbulkan efek negatif pada diri individu, namun hal tersebut juga dapat memotivasi seseorang untuk menjadi individu yang lebih baik.

Pada penelitian ini mayoritas responden memiliki tingkat social comparison sedang yang artinya subjek melakukan perbandingan sosial dengan pengguna aplikasi Tiktok. Pada aspek upward comparison, berada pada kategori sedang yang artinya subjek cukup mampu mengontrol dirinya untuk melakukan perbandingan sosial ke atas. Aspek downward comparison, berada pada kategori sedang yang artinya subjek cukup mampu mengontrol dirinya untuk melakukan perbandingan sosial ke bawah.

Hasil penelitian Sukamto (2019) ini menunjukkan bahwa semua partisipan menggunakan lebih dari satu aplikasi media sosial, seperti Line, Instagram, YouTube, WhatsApp, dan Facebook. Aktivitas yang sering mereka lakukan di media sosial, seperti upload foto, melihat foto orang lain, men-follow teman atau selebgram, mendorong mereka melakukan upward appearance comparisons dan lebih cenderung menyebabkan citra tubuh yang negatif, walaupun ada partisipan yang tetap memiliki citra tubuh positif.

Penelitian Septianningsih (2021) menunjukkan bahwa social comparison berpengaruh terhadap body image pada wanita atau dapat dikatakan semakin tinggi social comparison maka semakin tinggi body image pada wanita.

Hasil Penelitian Wahyuni & Wilani (2019) menunjukkan terdapat hubungan yang searah antara komparasi sosial dengan citra tubuh pada remaja laki-laki di Denpasar yang berarti semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin tinggi citra tubuh pada remaja laki-laki, sebaliknya jika perbandingan sosial rendah maka citra tubuh pada remaja laki-laki rendah.

KESIMPULAN

Penelitian ini memperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut, yaitu berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum dewasa awal pengguna media sosial Tiktok secara umum memiliki tingkat *body image* sedang, berdasarkan hasil penelitian menunjukkan secara umum dewasa awal pengguna media sosial Tiktok memiliki *social comparison* sedang, serta berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *social comparison* dan *body image* dewasa awal pengguna media sosial Tiktok memiliki hubungan signifikan positif.

REFERENSI

- Aprilia, F. (2018). *Dampak positif dan negatif dari fenomena aplikasi “Tik-Tok” bagi remaja*. Diakses pada 25 April 2022 dari
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra tubuh pada remaja pengguna instagram. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 114-128.
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging Adulthood: The Winding Road From The Late Teens Through The Twenties*. New York: Oxford University Press.
- Astuti, S. T., & Ningsih, Y. T. (2021). Perbedaan body image ditinjau dari jenis social comparison pada wanita dewasa awal pengguna Instagram. *Socio Humanus*, 3(3), 254-264.
- Azwar, Saifuddin. (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bell, L., & Rushforth, J. (2008). *Overcoming Body Image Disturbance: A Programme For People With Eating Disorders*. New York: Routledge.
- Buhlmann, U., Glaesmer, H., Mewes, R., Fama, J. M., Wilhelm, S., Brähler, E., & Rief, W. (2010). Updates on the prevalence of body dysmorphic disorder: a population-based survey. *Psychiatry Research*, 178(1), 171-175.
- Calasanti, M. T., & Kathleen, F. S. (2001). *Gender, Social Inequalities, and Aging*. New York: AltaMira Press.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (Eds.) (2002). *Body Image: A Handbook Of Theory, Research, And Clinical Practice*. New York: The Guildford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body Image: A Handbook Of Science, Practice, And Prevention*. New York: The Guildford Press.
- Ciputra, U. (2020). *Fenomena tiktok di tengah pandemi: mengapa digemari dan apa manfaatnya?* Diakses pada 13 November dari <https://www.uc.ac.id/library/fenomena-Tiktok-di-tengah-pandemi-mengapa-digemari-dan-apa-manfaatnya/>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Journal Human relations*, 7(2), 117-140.
- Ganeswari, A. A. I. G., & Wilani, N. M. A. (2019). Hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan body dysmorphic disorder (BDD) pada remaja akhir laki-laki di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01), 67-75.
- Grogan, S. (2016). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction In Men, Women And Children*. New York; Routledge.
- Guyer, J. J., & Vaughan Johnston, T. I. (2018). Social Comparisons (Upward and Downward): A brief historical overview. 1–5.
- Hendrickse, J., Arpan, L. M., Clayton, R. B., & Ridgway, J. L. (2017). Instagram and college women's body image: Investigating the roles of appearance-related comparisons and intrasexual competition. *Computers in Human Behavior*, 74, 92-100.
- Hurlock, E. B., Istiwidayanti, S. R. M., & Soedjarwo. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. B., Istiwidayanti, Sijabat, R. M., & Soedjarwo. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga: Jakarta.
- Januar, V., & Putri, D. E. (2011). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan memiliki anak. *Jurnal Psikologi*, 1(1).

- Jones, D. C. (2001). Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. *Sex roles*, 45(9), 645-664.
- Kevin, J. T. (2009). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity in Youth: Assessment, Prevention, and Treatment: edited by J. Kevin Thompson and Linda Smolak*. Washington, DC: American Psychological Association
- Kompasiana. (2018). *Dampak positif dan negatif dari fenomena aplikasi "Tik-Tok" bagi remaja*. Diakses pada 18 Juli, dari Dampak Negatif dan Positif dari Fenomena Aplikasi "Tik Tok" bagi Remaja - Kompasiana.com
- Lewallen, J., & Behm-Morawitz, E. (2016). Pinterest or thinterest?: Social comparison and body image on social media. *Social Media+ Society*, 2(1).
- Maharani, D. (2016). *Tren bentuk tubuh ideal pria dari zaman dulu hingga kini*. Diunduh dari <https://lifestyle.kompas.com/read/2016/09/01/100300523/tr.en.bentuk.tubuh.ideal.pria.dari.zaman.dulu.hingga.kini>, 28.
- Meier, A., & Schäfer, S. (2018). The positive side of social comparison on social network sites: How envy can drive inspiration on Instagram. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(7), 411-417.
- Mustofa, M. A. K. (2021). Hubungan antara body image dan social comparison dengan Self-Esteem pada remaja putri penggemar selebgram. *Doctoral dissertation*. Surabaya: UIN Sunan Ampel
- Nabila, J. (2021). Kontribusi self-compassion terhadap body image pada pengguna instagram emerging adulthood. *Skripsi*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- O'Brien, K. S., Caputi, P., Minto, R., Peoples, G., Hooper, C., Kell, S., & Sawley, E. (2009). Upward and downward physical appearance comparisons: Development of scales and examination of predictive qualities. *Body Image*, 6(3), 201-206.
- Pangestika, A., Lestari, R., & Psi, S. (2021). Hubungan Self-Esteem dan Komparasi Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial. *Doctoral Dissertation*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Pavlik, J. V. (2008). *Media In The Digital Age*. Columbia University Press.
- Pepin, G., & Endresz, N. (2015). Facebook, Instagram, Pinterest and co.: body image and social media. *Journal of Eating Disorders*, 3(1), 1-1.
- Pratama, D. S. (2021). Perbandingan Sosial dan Citra Tubuh Pada Remaja Putri Pengguna Sosial Media Instagram Saat Pandemi. *Doctoral dissertation*. Universitas Muhammadiyah Malang
- Rakhmayanti, I. (2020). *Pengguna TikTok di Indonesia Didominasi Generasi Z dan Y*. Diakses dari: www.sindonews.com website: <https://tekno.sindonews.com/berita/1523692/207/pengguna-tiktok-di-indonesia-didominasi-generasi-z-dan-y>.
- Ricciardelli, L. A., & Yager, Z. (2015). *Adolescence and body image: From development to preventing dissatisfaction*. Routledge.
- Sandy, N. N. F. (2021). Hubungan antara sifat gemar melakukan perbandingan sosial dan perilaku membandingkan diri pada pengguna media sosial TikTok. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development*. New York: Graw Hill Education.
- Schilder, P. (2013). *The Image and Appearance of The Human Body*. Routledge.

- Septianningsih, R., & Sakti, P. (2021). Pengaruh social comparison terhadap body image pada wanita di harmony fitnes center sumbawa besar. *JURNAL PSIMAWA*, 4(1), 26-33.
- Setiawati, N. A. (2020). Hubungan antara perbandingan sosial dan citra tubuh pada mahasiswa pengguna media sosial Instagram. *Doctoral Dissertation*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Siever, M. D. (1994). Sexual orientation and gender as factors in socioculturally acquired vulnerability to body dissatisfaction and eating disorders. *Journal of consulting and clinical psychology*, 62(2), 252.
- Stein, J. P., Krause, E., & Ohler, P. (2021). Every (Insta) Gram counts? Applying cultivation theory to explore the effects of Instagram on young users' body image. *Psychology of Popular Media*, 10(1), 87.
- Sugiono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukanto, M. E., Hamidah, H., & Fajrianti, F. (2019). "Can I look like her?": body image of adolescent girls who use social media. *Makara Human Behavior Studies in Asia (MAKARA Hubs-Asia)*, 23(1), 60-72.
- Techno, B. (2021). *Rata-rata usia pengguna aplikasi tiktok*.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2004). Thin ideals in music television: A source of social comparison and body dissatisfaction. *International Journal of Eating Disorders*, 35(1), 48-58.
- Tyer, S. (2016). Instagram: What makes you post?. *Pepperdine Journal of Communication Research*, 4(1), 14.
- Ula, I. F., & Prihartanti, N. (2017). Hubungan berpikir positif dan komparasi sosial dengan ketidakpuasan citra tubuh pada mahasiswi. *Doctoral Dissertation*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Okdie, B. M., Eckles, K., & Franz, B. (2015). Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Personality and individual differences*, 86, 249-256.
- Wang, J. L., Wang, H. Z., Gaskin, J., & Hawk, S. (2017). The mediating roles of upward social comparison and self-esteem and the moderating role of social comparison orientation in the association between social networking site usage and subjective well-being. *Frontiers In Psychology*, 8, 771.
- White, J. B., Langer, E. J., Yariv, L., & Welch, J. C. (2006). Frequent social comparisons and destructive emotions and behaviors: The dark side of social comparisons. *Journal Of Adult Development*, 13(1), 36-44.
- Winarsunu, T. (2017). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi Dan Pendidikan (Vol.1)*. UMMPress.
- Zahra, A. C. A., & Shanti, P. (2021). Body image pada remaja laki-laki: Sebuah studi literatur. *In Seminar Nasional Psikologi UM*, 1(1), 8-21.