

The Relationship Between Social Support and Body Image Among Female University Students on Social Media

Zahara Della Adexy Bayu¹, Ade Herdian Putra¹

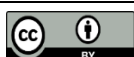
¹Departemen Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: zaharadella4@gmail.com

Abstract

Social media exposes female college students to idealized appearance standards that can shape how they evaluate their own bodies. Social support is assumed to buffer this pressure, yet its relationship with body image among female students remains underexplored, particularly in the context of social media use. This study examined the relationship between social support and body image among female college students who use social media. A quantitative correlational design was applied to 394 female students at Universitas Negeri Padang, selected through proportional random sampling from a population of 23,317 students, using validated scales. Data were analyzed with Spearman's rho due to a non-normal distribution. Results showed that social support was high (75.35%) and body image was moderate (63.01%), with a positive but very weak significant correlation between the two variables ($r = .131$; $p = .009$). Social support therefore contributes only marginally to body image.

Keywords: social support; body image; female students; social media; correlation



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by Author

Introduction

Kemunculan media sosial tidak dapat dipisahkan dari perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di era digital, dan saat ini menjadi layanan internet yang paling banyak dimanfaatkan (Rahmi et al., 2025; Rahayu et al., 2026). Data Reportal (2025) mencatat sekitar 143 juta identitas pengguna media sosial aktif di Indonesia, atau 50,2% dari total populasi, dengan *Instagram* dan *TikTok* sebagai platform yang paling banyak digunakan. Survei APJII (2025) juga menunjukkan generasi Z sebagai kelompok pengguna tertinggi (25,54%), sementara mahasiswa termasuk pada kelompok generasi ini (Andiarna et al., 2020). Penelitian Fitri & Chairael (2019) bahkan menemukan bahwa 60,87% pengguna media sosial adalah perempuan, jauh lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Penggunaan media sosial kini tidak lagi sebatas kebutuhan fungsional, melainkan mengarah pada upaya menampilkan citra tubuh secara berlebihan melalui foto atau video yang telah diedit (Peldi et al., 2024). Paparan standar kecantikan yang tidak realistis memicu perbandingan sosial yang tinggi dan berdampak negatif terhadap penilaian diri, terutama pada perempuan (Riswari et al., 2024). Fenomena ini bersifat lintas budaya, di mana masyarakat Asia yang semula memandang

tubuh berisi sebagai simbol kemakmuran kini bergeser ke standar tubuh kurus (Cash & Smolak, 2011), sementara negara-negara Barat, Timur Tengah, Eropa, dan Amerika Latin juga menunjukkan tingkat ketidakpuasan tubuh yang tinggi meski dengan pola berbeda-beda (Abdoli et al., 2024).

Di Universitas Negeri Padang, penelitian Sari & Susilawati (2022), menemukan bahwa sepertiga perempuan muda enggan mengunggah swafoto tanpa filter, dan Rahmah & Ramdhan (2025), juga menunjukkan bahwa filter *Instagram* lebih banyak digunakan perempuan sebagai alat untuk meningkatkan eksistensi dan kepercayaan diri. Wawancara awal yang telah dilakukan terhadap 10 mahasiswa perempuan dari beberapa jurusan di Universitas Negeri Padang menunjukkan pola serupa, yaitu sebagian besar melakukan persiapan sebelum mengunggah foto, mengedit ulang atau membatalkan unggahan ketika merasa kurang puas, serta menyesuaikan pakaian atau pose untuk menutupi bagian tubuh yang dianggap kurang menarik. Aktivitas mengunggah dan mengamati unggahan pengguna lain turut memengaruhi cara individu menilai penampilan fisiknya (Aristantya & Helmi, 2019), penilaian ini yang dikenal dengan istilah *body image*, yaitu penilaian subjektif individu terhadap penampilan fisik dan tingkat kepuasannya terhadap tubuh yang dimiliki (Cash, 2012; Kuncoro et al., 2021).

Body image yang positif berperan penting dalam membangun kepercayaan diri dan kualitas hubungan sosial (Pradnyani & Wilani, 2025), namun kenyataannya tidak semua individu mampu membentuk penilaian positif terhadap tubuhnya. Wati & Sumarmi (2017), menemukan 55,6% partisipan memiliki *body image* negatif meskipun tubuhnya berada dalam kategori normal, dan Putri & Primanita (2025) menemukan 66,55% mahasiswa perempuan mengalami ketidakpuasan tubuh meski secara medis normal. *Body image* negatif dapat berdampak serius, mulai dari rendahnya harga diri hingga gangguan makan (Firdawiyanti et al., 2023) dan kecemasan sosial (Muharram et al., 2020; Putra & Mudjiran, 2023).

Cash & Pruzinsky (2002) menjelaskan bahwa *body image* dipengaruhi oleh tiga proses dalam hubungan sosial, yaitu penilaian diri berdasarkan pandangan orang lain, tanggapan yang diterima terkait penampilan fisik, dan perbandingan sosial. Dukungan sosial, yaitu persepsi individu terhadap bantuan yang tersedia di lingkungan sosialnya (Ibda, 2023), diyakini berperan sebagai faktor protektif yang membantu individu menghadapi tekanan terkait penampilan (Sestiani & Muhid, 2021). Dukungan ini kini juga banyak diterima secara daring melalui komentar positif, tanda suka, dan pesan penyemangat di media sosial (Dinar et al., 2023; Fitrianti et al., 2022). Kurniawan et al., (2023) menemukan bahwa dukungan sosial berperan memperkuat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri pada korban *body shaming* pengguna Instagram, sementara Barek et al., (2025) menunjukkan bahwa interaksi di *TikTok* turut membentuk penilaian mahasiswa terhadap tubuhnya, baik ke arah positif maupun negatif.

Meskipun kajian mengenai dukungan sosial dan *body image* telah banyak dilakukan, penelitian yang secara khusus mengaitkan peran dukungan sosial dengan *body image* pada mahasiswa perempuan di media sosial masih terbatas. Penelitian-penelitian terdahulu, seperti Zuvita et al., (2022) dan Mutmainah & Oktaviana (2024), umumnya berfokus pada dukungan sosial dengan *body image* pada remaja, sehingga belum menyoroti pada mahasiswa perempuan sebagai kelompok usia dengan tekanan penampilan yang berbeda dari remaja. Kekhususan inilah yang membuat penelitian ini penting untuk dilakukan, sebab pemahaman mengenai sejauh mana dukungan sosial dapat berperan sebagai faktor protektif pada konteks yang lebih spesifik ini akan memberikan dasar empiris yang lebih tepat bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* pada mahasiswa perempuan di media sosial.

Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial (X) dengan *body image* (Y) pada mahasiswa perempuan di media sosial. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 perempuan yang aktif pada Januari-Juni 2026 di Universitas Negeri Padang, berjumlah 23.317 orang dari angkatan 2022 sampai 2025. Ukuran sampel ditentukan menggunakan rumus *Slovin* dengan taraf kesalahan 5%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 394 mahasiswa perempuan. Rumus *Slovin* dipilih karena kesederhanaannya dalam menentukan ukuran sampel minimal dari populasi yang besar dan telah diketahui jumlahnya secara pasti, dan digunakannya taraf kesalahan 5% yaitu untuk menjaga tingkat kepercayaan sebesar 95% dan hanya ada 5% probabilitas bahwa hasil tersebut terjadi karena variasi acak atau kebetulan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportional random sampling*, yaitu penarikan sampel secara acak dengan memperhatikan proporsi jumlah mahasiswa pada setiap fakultas, sehingga sebaran sampel mencerminkan komposisi populasi di sepuluh fakultas yang ada di Universitas Negeri Padang.

Data dikumpulkan menggunakan dua skala model *Likert* lima pilihan jawaban yang disebarakan secara daring melalui *Google Form*. Skala dukungan sosial disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino (2002), sedangkan *body image* diukur menggunakan kuesioner yang telah di susun oleh Kuncoro et al., (2021). Instrumen ini telah melalui proses *judgement* oleh tiga dosen ahli Bimbingan dan Konseling serta diuji cobakan pada 32 mahasiswa. Uji validitas dilakukan dengan teknik korelasi item-total, dengan item dinyatakan valid jika r hitung $>$ r tabel. Setelah uji validitas, skala dukungan sosial menyisakan 20 item valid dari 30 item, sedangkan uji validitas *body image* diperoleh 14 item yang valid dari 20 item. Uji reliabilitas instrumen diuji menggunakan *Cronbach's Alpha* yang menghasilkan koefisien 0,788 untuk instrumen dukungan sosial dan 0,874 untuk instrumen *body image*, data ini menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang baik.

Analisis data dilakukan dengan bantuan *SPSS versi 25 for windows* melalui beberapa tahapan, yaitu analisis deskriptif untuk mengetahui gambaran masing-masing variabel berdasarkan kategorisasi skor interval (Sugiyono, 2020), uji normalitas dengan *Kolmogorov Smirnov*, uji linearitas dengan *Compare Means*, dan uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *Spearman's Rho*. Teknik korelasi non-parametrik dipilih karena hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data kedua variabel tidak berdistribusi normal.

Results and Discussion

Data penelitian dikumpulkan dari 394 mahasiswa perempuan Universitas Negeri Padang dari total populasi 23.317 mahasiswa. Secara keseluruhan, dukungan sosial berada pada kategori tinggi dengan skor rata-rata 75,35% dari skor ideal, sedangkan *body image* berada pada kategori sedang dengan skor rata-rata 63,01% dari skor ideal. Kategorisasi keseluruhan ini diperoleh dari persentase skor rata-rata seluruh responden terhadap skor ideal instrumen, sehingga berbeda dengan kategori modus, yaitu kategori yang paling banyak dicapai secara individual oleh responden sebagaimana disajikan dalam Tabel 1, pada variabel *body image*, kategori keseluruhan berada pada kategori

sedang meskipun proporsi responden terbanyak (40,1%) justru berada pada kategori tinggi, karena skor rata-rata gabungan turut dipengaruhi oleh proporsi responden pada kategori rendah dan sangat rendah. Sebaran kategori kedua variabel disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Kategorisasi Dukungan Sosial dan Body Image

Kategori	Dukungan Sosial (%)	Body Image (%)
Sangat Rendah	-	22 (5,6%)
Rendah	4 (1,0%)	81 (20,6%)
Sedang	58 (14,7%)	104 (26,4%)
Tinggi	274 (69,5%)	158 (40,1%)
Sangat Tinggi	58 (14,7%)	29 (7,4%)
Total	394 (100%)	394 (100%)

Sumber: Hasil Output SPSS, 2026

Kelima aspek dukungan sosial berada pada kategori tinggi dengan persentase berkisar 73,08%-76,96%. *Emotional support* memperoleh capaian tertinggi (76,96%), menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan merasakan kepedulian dan empati yang kuat dari lingkungannya, sejalan dengan konsep *attachment* dari Weiss (Arindawanti & Izzati, 2021). *Tangible or instrumental support* memperoleh capaian relatif paling rendah (73,08%), mengindikasikan bahwa bantuan praktis sedikit lebih jarang dirasakan dibandingkan bentuk dukungan lain, meskipun individu yang merasa menjadi bagian dari suatu jaringan tetap memperoleh bantuan saat menghadapi kesulitan (Hidayati et al., 2023).

Pada variabel *body image*, aspek *social physique anxiety* (70,41%) dan *body concealment* (65,20%) berada pada kategori tinggi, mengindikasikan bahwa mahasiswa perempuan relatif tidak cemas terhadap penilaian orang lain dan tidak terlalu sering menyembunyikan tubuhnya. Sebaliknya, aspek *appearance comparison* memperoleh capaian terendah (56,21%) dan tetap berada pada kategori sedang, menunjukkan bahwa kecenderungan membandingkan penampilan dengan pengguna lain di media sosial masih menjadi tantangan tersendiri (Aristantya & Helmi, 2019), sejalan dengan konsep *appearance orientation* dan *body area satisfaction* dari Cash & Pruzinsky (2002).

Uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* menunjukkan kedua variabel tidak berdistribusi normal ($p = 0,000$), sedangkan uji linearitas menunjukkan hubungan yang linear (*deviation from linearity* = 0,463 > 0,05). Uji korelasi *Spearman's rho* menghasilkan koefisien $r = 0,131$ dengan signifikansi 0,009 ($p < 0,05$), sebagaimana disajikan pada Tabel 2, sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Meskipun demikian, nilai koefisien tersebut tergolong sangat lemah dengan koefisien determinasi hanya sebesar 1,6%.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Spearman's rho

<i>Correlations</i>				
<i>Spearman's rho</i>	Dukungan Sosial		Dukungan Sosial	<i>Body Image</i>
		<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.131**
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.009
	<i>N</i>	394	394	
	<i>Body Image</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	.131**	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.009	.
<i>N</i>		394	394	

****.** *Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).*

Sumber: Hasil Output SPSS, 2026

Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan, namun dengan kekuatan yang sangat lemah, antara dukungan sosial dengan *body image* pada mahasiswa perempuan di media sosial, yaitu semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin tinggi pula *body image* yang dimiliki, meskipun kontribusinya kecil (koefisien determinasi hanya 1,6%). Merujuk pada tiga proses yang dikemukakan Cash & Pruzinsky (2002), dukungan sosial tampaknya berperan lebih besar pada proses tanggapan berupa pujian dan kata-kata penyemangat terkait penampilan, dibandingkan pada proses perbandingan sosial, yang sumbernya tidak hanya berasal dari lingkungan terdekat tetapi juga dari standar tubuh ideal yang ditampilkan secara luas di media sosial dan sulit dikendalikan. Hal ini turut menjelaskan mengapa hubungan kedua variabel tetap tergolong sangat lemah meskipun keduanya sebagian besar berada pada kategori yang baik. Ukuran sampel yang cukup besar dalam penelitian ini ($n = 394$) menyebabkan hubungan yang sebenarnya sangat lemah tetap dapat terdeteksi sebagai signifikan secara statistik. Oleh karena itu, nilai signifikansi ($p = 0,009$) tidak dapat diartikan begitu saja sebagai hubungan yang kuat atau memiliki pengaruh yang besar. Hal ini diperkuat oleh nilai koefisien determinasi sebesar 1,6% yang menunjukkan bahwa dukungan sosial hanya mampu menjelaskan 1,6% variasi *body image*, sedangkan 98,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Zuvita et al., (2022) yang menemukan hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja, serta Mutmainah & Oktaviana (2024) yang menemukan hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan citra tubuh pada remaja pengguna media sosial. Dengan demikian, dukungan sosial dapat dipandang sebagai salah satu faktor protektif terhadap *body image* negatif, meskipun bukan satu-satunya faktor yang menentukan, mengingat aspek *appearance comparison* yang berkaitan erat dengan paparan media sosial tetap memerlukan perhatian tersendiri, misalnya melalui pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT) yang terbukti efektif merekonstruksi pola pikir negatif terkait *body image* (Agustiningih & Fanani, 2019).

Lemahnya kontribusi dukungan sosial terhadap *body image* mengindikasikan bahwa sebagian besar variasi *body image* pada mahasiswa perempuan kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar dukungan sosial. Salah satu faktor yang diduga berperan adalah *appearance comparison*, yaitu kecenderungan individu membandingkan penampilannya dengan orang lain, yang dapat memengaruhi cara individu menilai tubuhnya. Selain itu faktor psikologis, seperti *self-esteem* (harga diri) dan *appearance perfectionism* (perfeksionisme terhadap penampilan), juga diduga memiliki kontribusi yang lebih besar dalam pembentukan *body image*. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor tersebut secara bersamaan dengan dukungan sosial agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *body image* pada mahasiswa perempuan di media sosial.

Conclusion

Dukungan sosial pada mahasiswa perempuan Universitas Negeri Padang secara keseluruhan berada pada kategori tinggi, dengan *emotional support* sebagai aspek tertinggi dan *tangible or instrumental support* sebagai aspek yang relatif paling rendah, menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki lingkungan sosial yang cukup mendukung. *Body image* mahasiswa perempuan

secara keseluruhan berada pada kategori sedang; aspek *social physique anxiety* dan *body concealment* tergolong tinggi, sedangkan *appearance comparison* masih menjadi aspek yang paling perlu mendapat perhatian karena berkaitan erat dengan kebiasaan membandingkan penampilan di media sosial.

Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *body image* pada mahasiswa perempuan di media sosial ($r = 0,131$; $p = 0,009$), meskipun kekuatan hubungannya tergolong sangat lemah dengan kontribusi hanya sebesar 1,6%. Artinya, dukungan sosial berperan sebagai salah satu faktor protektif terhadap *body image*, namun sebagian besar variasi *body image* dijelaskan oleh faktor lain di luar dukungan sosial, seperti kecenderungan perbandingan sosial yang terus difasilitasi oleh media sosial. Temuan ini mengisyaratkan pentingnya layanan bimbingan dan konseling yang tidak hanya memperkuat dukungan sosial di lingkungan kampus, tetapi juga mengembangkan layanan responsif seperti konseling individual atau kelompok berbasis *cognitive behaviour therapy* bagi mahasiswa perempuan dengan kecenderungan *appearance comparison* yang tinggi.

Acknowledgment

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Ade Herdian Putra, M. Pd. selaku dosen pembimbing, para dosen validator instrumen (Bapak Dr. Miftahul Fikri, M. Pd., Ibu Dr. Triave Nuzila Zahri, M. Pd., Kons., dan Ibu Nilma Zola, M. Pd.), Subdirektorat Bimbingan Konseling dan Disabilitas Universitas Negeri Padang, serta seluruh mahasiswa perempuan yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

References

- Abdoli, M., Rosato, M. S., Desousa, A., & Cotrufo, P. (2024). Cultural Differences in Body Image : A Systematic Review. *Social Sciences*, 13(6). <https://doi.org/10.3390/socsci13060305>
- Agustiniingsih, N., & Fanani, Q. (2019). Pengaruh Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Terhadap Peningkatan Body Image Satisfaction pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 8(2), 57–64.
- Andiarna, F., Widayanti, L. P., Hidayati, I., & Agustina, E. (2020). Analisis Penggunaan Media Sosial Terhadap Kejadian Insomnia pada Mahasiswa. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 17(2), 37–42.
- Arindawanti, R. A. D., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Subjective Well-Being pada Karyawan Produksi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 1–15.
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 5(2), 114–128. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- Barek, V. P. I., Kerat, M. K. P. A., & Takalapeta, T. (2025). Gambaran Body Image Pada Mahasiswa Pengguna TikTok di Universitas Nusa Cendana. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 5(4), 10021–10029.
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, 1, 334–342. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00054-7>
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image A Handbook of Theory Research, and Clinical Practice*. The Guilford Press.

- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body Image: a Handbook of Science, Practice, and Prevention* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Dinar, L., Fakhri, N. F., & Ridfah, A. (2023). Hubungan Kecemasan Sosial dengan Pengungkapan Diri Dimoderatori Dukungan Sosial Online pada Individu Pengguna Media Sosial. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(2), 112–132.
- Firdawiyanti, B. S., Andriani, E., & Sabrina. (2023). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Body Image dengan Gangguan Makan Siswa SMAN 5 Jakarta. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia The Indonesian Journal of Health Promotion*, 6(9), 1862–1868. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i9.3628>
- Fitri, M. E. Y., & Chairael, L. (2019). Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Gender Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Benefita*, 4(1), 162–181.
- Fitrianti, L. A., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2022). Self-acceptance dan Dukungan Sosial Online dengan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pengguna Instagram pada Masa Emerging Adulthood. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(4), 178–187.
- Hidayati, L., Amanda, R., & Samara, S. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Siswa (Definisi Kesejahteraan Subjektif). *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(3), 177–185. <https://doi.org/10.54066/jupendis-itb.v1i3>
- Ibda, F. (2023). Dukungan Sosial: Sebagai bantuan menghadapi stres dalam kalangan remaja yatim di Panti Asuhan. *Intelektualita*, 12(2).
- Kuncoro, P. A., Salsabila, S., Puspitasari, E. D., Rahmawati, A., Cahyani, D. A., Kurniawan, F. B., Dani, & Husna, A. N. (2021). The Construction of Body Image Scale in Early Adult Women. *Prosiding University Research Colloquium*, 109–118. <https://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1778>
- Kurniawan, A., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri pada Korban Body Shaming Pengguna Instagram. *Psikosains* 18(1), 1–9.
- Muharram, R., Zahara, C. I., & Amalia, I. (2020). Hubungan Body Image dengan Kecemasan Sosial Pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Terapan [JPT]*, 3(2), 56–63. <https://doi.org/10.29103/jpt.v3i2.8880>
- Mutmainah, F. Y., & Oktaviana, R. (2024). Hubungan Dukungan Sosial dengan Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Sosial Media di SMA Negeri 9 Palembang. *JIRK: Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(3), 1785–1794.
- Peldi, Syahrudin, & Asmurti. (2024). Penggunaan Media Sosial sebagai Representasi Gaya Hidup Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 2(2), 78–83.
- Pradnyani, N. W. K. E., & Wilani, N. M. A. (2025). Literature Review : Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pembentukan Citra Tubuh. *Jurnal Inovasi Global*, 3(6), 917–925.
- Putra, A. H., & Mudjiran, M. (2023). Mental health disorders in students university as a challenge in higher education era society 5.0. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 4(2), 73–80.
- Putri, A. R., & Primanita, R. Y. (2025). Studi Deskriptif Kuantitatif Mengenai Body Dissatisfaction pada Individu dengan Kecenderungan Food Addiction di Indonesia. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu*

Kesehatan, 3(3), 132–145.

- Rahayu, G., Karneli, Y., Netrawati, N., & Putra, A. H. (2026). Psychometric evaluation of the Identity Status Scale within the framework of digital leisure: study on adolescent TikTok users. *Retos*, 80, 1517-1527.
- Rahmah, Z. N., & Ramdhan, A. M. (2025). Motif Penggunaan Filter Instagram di Kalangan Perempuan Dewasa di Bandung. *Jurnal Ilmiah Teknik Informatika Dan Komunikasi*, 5(2), 187–200.
- Rahmi, Y. Z., Sukmawati, I., Syukur, Y., & Fikri, M. (2025). Gambaran Perilaku Cyberbullying pada Mahasiswa. *Counseling & Humanities Review*, 5(1), 91–97. <https://doi.org/10.24036/0001267chr>
- Riswari, C. R. A., Putro, H. E., Jusnita, R. A. E., & Imayah. (2024). Body Dissatisfaction Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Sosial Media dalam Fotografi Ekspresi. *Prosiding Seminar Nasional & Call for Paper "Penguatan Kapasitas Sumber Daya Manusia Menuju Indonesia Emas 2024,"* 9(1), 302–310.
- Sari, L. N., & Susilawati, N. (2022). Motif Penggunaan Filter Instagram dikalangan Mahasiswa Perempuan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi Dan Pendidikan*, 5, 217–227.
- Sestiani, R. A., & Muhid, A. (2021). Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying : Literature Review. *Jurnal Tematik*, 3(2), 245–251.
- Sugiyono. (2020). *Statistika untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk : Studi Cross Sectional Body Image Among Overweight and Non overweight Adolescent Girls : A Cross Sectional Study. *Amerta Nutrition*, 1(4), 398–405. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1.i4.2017.398-405>
- Zuvita, F., Arneliwati, & Annis, N. F. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Body Image pada Remaja. *Jurnal Ners Indonesia*, 12(2), 177–185.