

Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Perempuan Pengguna *Instagram* dan *Twitter*

The Correlation between Body Image and Social Anxiety in Female Adolescents Instagram and Twitter User

Lukita Adilati Ramdhany^{1*}, Moh Abdul Hakim¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Sebelas Maret, Jalan Ir. Sutami 36A, Surakarta, Indonesia

*lukitadilaadilati@student.uns.ac.id

Abstract. Previous studies have shown a significant correlation between body image and social anxiety in social media, especially for female adolescents. However, recent research rarely explored how social media differences could affect these relationships. In this study, we wanted to examine the correlation between body image and social anxiety on two types of social media: Instagram and Twitter. Using convenience sampling, we found 107 young females aged 18-22 years who were users of the two social media as our respondents. Regression analysis is used to discover more about the correlation between the two variables. The result has shown that there is an influence of differences in social media user interface on social anxiety and negative body image in female adolescents. This can be seen from the negative relationship between body image and social anxiety in Instagram users ($0.015 < 0.05$) and also in Instagram and Twitter users ($0.001 < 0.05$). Still, it is insignificant in Twitter users ($0.63 > 0, 05$). The higher social anxiety among female Instagram users indicates lower body image.

Keywords: adolescent; body image; instagram; social anxiety; twitter

Abstrak. Penelitian terdahulu telah banyak mengungkap adanya hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan kecemasan sosial pada pengguna media sosial, khususnya remaja perempuan. Akan tetapi, masih jarang penelitian mengenai bagaimana perbedaan penggunaan media sosial dapat mempengaruhi hubungan tersebut. Dalam penelitian ini, penulis hendak meneliti bagaimana hubungan antara citra tubuh dan kecemasan sosial pada dua jenis media sosial: *Instagram* dan *Twitter*. Dengan menggunakan *convenience sampling*, ditetapkan responden remaja perempuan usia 18-22 tahun sebanyak 107 orang pengguna kedua media sosial tersebut. Analisis regresi digunakan untuk mengetahui lebih jauh terkait hubungan antara kedua variabel tersebut. Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya pengaruh perbedaan tampilan antarmuka media sosial terhadap tingkat kecemasan sosial serta citra tubuh negatif pada remaja perempuan. Hal tersebut dapat dilihat dari adanya hubungan negatif antara citra tubuh dan kecemasan sosial pada pengguna Instagram ($0,015 < 0,05$) maupun pengguna Instagram dan Twitter ($0,001 < 0,05$), tetapi tidak signifikan pada pengguna Twitter ($0,63 > 0,05$). Semakin tinggi kecemasan sosial yang dirasakan remaja Perempuan pengguna Instagram, semakin negatif body image yang dimilikinya.

Kata Kunci: citra tubuh; instagram; kecemasan sosial; remaja; twitter

Pendahuluan

Media sosial semakin banyak digemari oleh berbagai kalangan masyarakat, tak terkecuali kalangan remaja. Data yang ditemukan oleh statista (2020), sebuah platform yang menyediakan data market, mencatat bahwa remaja menduduki peringkat kedua sebagai pengguna media sosial terbanyak, dengan rentang usia pengguna 18-24 tahun. We Are Social (2020), sebuah agensi kreatif internasional, melakukan riset mengenai trend penggunaan media sosial di seluruh dunia

pada tahun 2022 ditemukan bahwa pengguna aktif media sosial di Indonesia sudah mencapai sekitar 191,4 juta jiwa, naik 12,6% dari tahun 2021, dengan rata-rata waktu pemakaian sekitar 3 jam per harinya. Penggunaanya terdiri atas 49,7% perempuan dan 50,3% laki-laki. Penelitian yang dilakukan oleh Fernandes dkk (2020) menunjukkan remaja secara general telah meningkatkan penggunaan situs media sosial mereka dan penggunaan layanan streaming selama tahun 2020.

Perbandingan sosial, interaksi negatif, hingga *cyber bullying* kini banyak terjadi di media sosial, termasuk menormalisasi atau bahkan mempromosikan *self-harm* dan bunuh diri di kalangan remaja (Abi-Jaoude et al., 2020). Diketahui bahwa remaja perempuan menggunakan media sosial lebih sering daripada laki-laki sehingga mereka (remaja perempuan) akhirnya rentan mengalami stress dan memiliki harga diri rendah yang berpotensi pada munculnya depresi (Budury dkk, 2020). Selain itu, mereka juga mengalami umpan balik lebih sering mengenai penampilan mereka sehingga menimbulkan citra tubuh yang negatif (de Vries et al., 2015).

Citra tubuh (*body image*) menurut Papalia, Olds, dan Feldman (2008), merupakan cara seseorang dalam memandang dirinya sendiri. Kepedulian terhadap citra tubuh dapat muncul sedari dini dan menguat seiring bertambahnya usia, terutama ketika memasuki masa remaja, dan dapat berdampak pada usaha untuk mengendalikan berat badan (Davison & Brich, 2001; Schreiber et al, 1996; Vereecken & Maes, 2000; Papalia, Olds, & Feldman, 2008). Konsep citra tubuh sendiri berubah seiring berjalannya waktu, akan tetapi satu hal yang tetap konstan: perempuan memiliki dorongan lebih untuk mengubah bentuk tubuh mereka agar sesuai dengan tren yang sedang berlaku (Grogan, 2017). Adanya tekanan dari lingkungan sosial yang mengatur standar kecantikan dan bentuk tubuh (Ammar & Nurmala, 2020) menyebabkan mereka rela menginvestasikan sebagian besar waktu di hidup mereka untuk mendapatkan penampilan yang ideal (Quittkat et al., 2019).

Individu yang secara sering membandingkan penampilan fisik dirinya dengan orang-orang yang ia *follow* di media sosial diasosiasikan memiliki ketidakpuasan dengan tubuhnya (Jiotsa et al., 2021). Instagram, sebagai *platform* media sosial yang berfokus pada visual (Mattern, 2016), seringkali menjadikan perempuan berfokus pada perbandingan atas penampilannya dan rentan untuk merasa tidak puas akan penampilan dan bentuk tubuhnya (Baker et al., 2019). Konten seperti *Fitspiration* pada media sosial yang memuat informasi bagaimana tubuh wanita harus terlihat langsing atau sedikit atletik (Carotte et al., 2017) cenderung mendorong tingginya ketidakpuasan akan citra tubuh (Arroyo & Brunner, 2016) sehingga mereka cenderung melakukan perubahan pada penampilannya dengan mengikuti bentuk 'diet' artis yang mereka ikuti di sosial media, bukan berdasarkan profesional seperti nutrisisionis (Rounsefell et al., 2019).

Di sisi lain, Twitter, media sosial yang berfokus pada bertukar pesan cepat dalam bentuk tulisan (Twitter corp.), juga menjadi salah satu platform yang memungkinkan individu melakukan perbandingan penampilannya dengan individu lain. Tren dengan tagar *#thinspiration* di Twitter

pernah menjadi tren yang mempromosikan eating disorder sebagai gaya hidup yang berfokus pada penampilan individu untuk tetap langsing (Tiggemann et al., 2018). Padahal, sebagai platform berbasis teks yang banyak digunakan penggunaannya sebagai media untuk mencari informasi (Pelletier et al., 2020), model pesan pada platform Twitter yang berbasis teks menunjukkan karakteristik yang berbeda dibanding Instagram yang lebih banyak menyebarkan konten berupa “pengalaman” lewat gambar dan video (Zhu & Chen, 2015). Meski begitu, fenomena seperti #thinspiration pada Twitter membuat individu menerima banyak informasi baik berupa tulisan maupun gambar mengenai bagaimana seharusnya tubuh ideal bagi seorang wanita, sehingga menyebabkan rusaknya citra tubuh dan kepercayaan diri individu tersebut (Harper et al., 2008).

Dilaporkan bahwa jumlah pengguna kedua media sosial tersebut cukup tinggi di Indonesia (OOSGA Analytics, 2023). Pengguna Instagram aktif di Indonesia sendiri mencapai 7,12%, sedangkan Twitter mencapai 6,11% (Social Media Stats Indonesia, Statcounter Global Stats, 2023), dengan jumlah total berkisaran 90 juta jiwa (Kemp dalam DataReportal, 2023), Instagram dan Twitter menjadi media sosial yang cukup mendominasi di Indonesia. Akan tetapi, Instagram dan Twitter memiliki karakteristik platform yang saling berkebalikan, dimana Instagram cenderung menunjukkan tampilan visual (Mattern, 2016) sedangkan Twitter, lebih cenderung menunjukkan tampilan berupa teks (Pelletier et al., 2020). Perbedaan tampilan media sosial, seperti Instagram dan Snapchat yang berbasis foto, lebih sering diasosiasikan dengan gangguan citra tubuh dibandingkan media sosial berbasis teks, seperti Twitter dan Facebook (Vandenbosch et al., 2022). Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Salsabila & Puspitosari (2020), diketahui Instagram dan Twitter menduduki peringkat pertama dan kedua sebagai media sosial yang banyak digunakan oleh remaja.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya hubungan negatif antara citra tubuh dengan kecemasan sosial yang dialami remaja perempuan pengguna media sosial (Basma, 2022). Mereka yang cenderung tidak puas dengan tubuhnya akan lebih memiliki ketakutan dipandang negatif oleh lingkungannya (Salsabila & Puspitosari, 2020) dan membuat mereka lebih cemas ketika melakukan interaksi sosial (Pawijit et al., 2017). Selain itu, mereka juga cenderung memiliki kecemasan sosial secara online, sulit membuat teman baru, dan lebih mengisolasi diri (Charmaraman et al., 2021). Padahal, bagi remaja, memiliki hubungan yang dekat dengan teman sebaya (Parker, 2015) dan mendapat pengakuan ‘status’ dari teman sebayanya merupakan hal yang penting bagi mereka (Borelli & Prinstein, 2006). Dan media sosial dapat menjadi salah satu wadah yang memberikan kesempatan bagi mereka untuk memenuhi tugas perkembangan tersebut (Spies Shapiro & Margolin, 2013).

Individu yang mengalami kecemasan sosial seringkali membangun sentimen negatif dan memprediksi munculnya hal negatif saat berinteraksi dengan orang lain (DeVito, 2001; Azka et

al., 2018). Kecemasan sosial yang dialami pengguna media sosial dapat mempengaruhi tipe interaksi sosial dan komunikasi mereka, kekhawatiran akan privasi, merasa takut karena melakukan evaluasi diri sendiri atau oleh orang lain, dan perilaku menghindar (*avoidance*) di media sosial (Alkis et al., 2017). Interaksi secara pasif yang dilakukan pengguna media sosial diketahui berkorelasi positif dengan kecemasan sosial (Lai et al., 2023) dimana konten yang ditampilkan oleh orang lain di internet dapat berdampak pada perasaan bahwa hidup orang lain terlihat lebih baik dibandingkan hidupnya (Ding et al., 2017).

Bentuk interaksi secara pasif yang dilakukan remaja ketika menggunakan media sosial menjadikan mereka berkesempatan untuk melakukan perbandingan diri sendiri terhadap lingkungan sosial (Seabrook et al., 2016; O'Day & Heimberg, 2021). Paparan konstan mengenai konten yang berfokus pada penampilan yang didapatkan remaja perempuan ketika melakukan scrolling menjadikan mereka melakukan perbandingan sosial lebih sering, mengevaluasi diri secara kurang menyenangkan, serta cenderung menginternalisasi penampilan yang mereka lihat sehingga dapat menimbulkan ketidakpuasan akan citra tubuh mereka (Swords & Nixon, 2020). Kebanyakan remaja perempuan memiliki tendensi untuk melakukan hal tersebut dan pada akhirnya berpengaruh pada citra tubuh mereka (Fardouly & Vartanian, 2016). Amalia (2007), menyatakan bahwa kebutuhan akan penerimaan dari teman 15 sebaya (*peer acceptance*) pada remaja yang akhirnya mendorong mereka untuk mencari informasi dan kriteria yang dianggap menarik bagi orang lain dapat membantu mereka dalam bersosialisasi, salah satunya mengenai penampilan fisik.

Interaksi secara pasif yang dilakukan pengguna media sosial juga diketahui berkorelasi positif dengan kecemasan sosial (Lai et al., 2023) dimana konten yang ditampilkan oleh orang lain di internet dapat berdampak pada perasaan bahwa hidup orang lain terlihat lebih baik dibandingkan hidupnya (Ding et al., 2017). Hal tersebut yang membuat para pengguna Instagram dengan kecemasan sosial memiliki kecenderungan untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain (Toh et al., 2022). Kecemasan yang mereka alami diasosiasikan dengan kontrol konten yang mereka lakukan, termasuk melakukan penyuntingan kata-kata dalam konten, penyuntingan foto, dan penyuntingan video sebelum akhirnya dikirim dalam profil mereka (Lopez & Polletta, 2021).

Selain interaksi secara pasif, interaksi yang dilakukan secara aktif oleh pengguna media sosial berpengaruh terhadap citra tubuh seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Vendemia & DeAndrea (2021) menunjukkan bahwa mereka yang menerima komentar terkait penampilan pada foto selfie yang mereka unggah, memiliki kecenderungan untuk melakukan objektifikasi diri dan semakin mereka mengobjektifikasi diri mereka, semakin mereka merasa enggan untuk membagikan foto selfie mereka kembali. Objektifikasi diri dapat menimbulkan rasa cemas akan penampilan individu, yang kemudian memicu terjadinya ketidakpuasan akan penampilan

tubuh (body appearance) mereka (Calogero, 2012). Sedangkan, tidak ada hubungan yang signifikan antara interaksi aktif yang dilakukan individu dengan kecemasan sosial (Eriksson et al., 2020).

Model pesan pada platform Twitter yang berbasis teks menunjukkan karakteristik yang berbeda dibanding Instagram yang lebih banyak menyebarkan konten berupa “pengalaman” lewat gambar dan video (Zhu & Chen, 2015). Media sosial yang berbasis foto seperti Instagram dan Snapchat juga lebih sering diasosiasikan dengan gangguan citra tubuh dibandingkan media sosial berbasis teks, seperti Twitter dan Facebook (Vandenbosch et al., 2022). Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Enegln et al. (2020) menunjukkan bahwa mereka yang menggunakan Instagram lebih sering melakukan perbandingan penampilan dibanding pengguna Facebook, mengalami penurunan kepuasan akan tubuhnya dan meningkatnya perasaan negatif.

Metode

Penelitian ini dilaksanakan guna mengetahui bagaimana hubungan antara citra tubuh dan kecemasan sosial pengguna *Twitter* dan *Instagram*. Populasi yang kemudian akan dijadikan subjek penelitian berupa kelompok remaja pengguna aktif media sosial, khususnya *Twitter* dan *Instagram* dengan kriteria sebagai berikut : Perempuan berusia 18-21 tahun, memiliki akun *Instagram*, *Twitter*, atau keduanya, serta aktif menggunakan *Instagram* atau *Twitter* dalam kurun waktu dua pekan terakhir (masuk ke dalam akun, melakukan interaksi seperti meninggalkan Peneliti menggunakan teknik *non-probability, convenience sampling*, dimana pemilihan subjek yang akan diteliti disesuaikan dengan kebutuhan penelitian (Sugiyono, 2014). Hal ini didasarkan pada pengguna media sosial memiliki karakteristik demografis cukup beragam (Asiati & Septadiyanto, 2018) dengan jumlah yang fluktuatif atau komentar, atau sekedar melakukan scrolling).

Peneliti mencatat sejumlah 110 responden telah mengisi kuesioner selama periode 17-21 Juli 2023. Tiga dari seluruh responden dinyatakan gugur sehingga sejumlah 107 data yang layak untuk dianalisis karena dianggap terdapat bias yang dilakukan oleh responden tersebut yang ditunjukkan oleh jawaban berpolar pada satu sisi positif.

Peneliti menggunakan *Multidimensional Body Self Relations Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) dikemukakan oleh Cash (2012) yang merupakan versi singkat dari skala MBSRQ untuk melihat bagaimana citra tubuh pada pengguna media sosial. Skala telah diadaptasi dalam penelitian Khaira (2019) dengan koefisien reliabilitas *Cronbach-Alpha* 0,860 . Selanjutnya, dilakukan modifikasi sehingga memiliki 4 jumlah jawaban (1 = “sangat tidak setuju, 4 = sangat setuju”). Skala tersebut berisi 34 aitem yang dibagi ke dalam lima dimensi, yaitu evaluasi penampilan fisik (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), ketidakpuasan terhadap area tubuh (*body area dissatisfaction*), terfokus pada berat badan (*overweight preoccupation*), dan pengkategorian berat tubuh (*self-classified weight*). Dalam

pelaksanaan penelitian, seluruh dimensi digunakan untuk mendapatkan gambaran secara komprehensif mengenai bagaimana citra tubuh individu ketika menggunakan media sosial. Hal tersebut didasarkan pada penemuan Vandenbosch et al., (2021) yang menyatakan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi perubahan citra tubuh pada diri individu pengguna media sosial, seperti mengedit foto atau video yang hendak di posting, komentar baik positif dan negatif terhadap postingan seseorang, serta konten informasi mengenai bagaimana seharusnya bentuk tubuh ideal seseorang. Oleh karena itu, peneliti menggunakan seluruh dimensi serta menjadikannya dalam satu pengukuran ketika melakukan pengambilan data.

Peneliti menggunakan *Social Anxiety Scale for Social Media User* (SAS-SMU) yang dirumuskan oleh Alkis et al., (2017) dan diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Herman et al., (2018) untuk mengukur tingkat kecemasan sosial remaja pengguna media sosial. Skala tersebut mengungkap bagaimana kecemasan sosial pada pengguna media sosial dalam empat dimensi beserta koefisien *Cronbach-Alphanya* sebesar 0,931 untuk keseluruhan (Faghani & Moghadasin, 2023) dan untuk perdimensi dapat diketahui sebagai berikut: kecemasan membagikan konten (0,92), kecemasan terhadap data pribadi (0,84), kecemasan interaksi (0,88), dan kecemasan evaluasi diri (0,80). Keempat dimensi tersebut, oleh peneliti, dibentuk dalam satu model penelitian serta dilakukan modifikasi sehingga memiliki 4 jumlah jawaban (1 = "Tidak pernah", 4 = "sering") agar dapat mengukur kecemasan sosial secara komprehensif. Terdapat empat dimensi yang kesemuanya digunakan untuk mengukur kecemasan sosial secara komprehensif. Dalam pelaksanaan penelitian, seluruh dimensi digunakan untuk mendapatkan gambaran secara komprehensif mengenai bagaimana kecemasan sosial individu ketika menggunakan media sosial. Hal ini didasarkan pada definisi kecemasan sosial berupa rasa tidak nyaman dan cemas ketika berada pada situasi sosial tertentu atau bertemu dengan orang lain (Leary & Kowalski, 1997). Semua dimensi dalam instrumen tersebut dipicu oleh 'situasi sosial tertentu' yang terjadi di media sosial dan dapat menggambarkan bagaimana kecemasan yang dialami para penggunanya dan apabila dimensi dipisahkan, maka bentuk kecemasan tidak dapat dilihat secara komprehensif dan menyeluruh serta akan menunjukkan tingkatan kecemasan yang berbeda. Oleh karena itu, peneliti menggunakan seluruh dimensi serta menjadikannya dalam satu pengukuran ketika melakukan pengambilan data.

Penentuan hubungan antara kedua variabel, menggunakan teknik analisis regresi untuk mengungkap eratnya hubungan antara dua variabel. Dalam prosesnya, instrumen SPSS *versi 26* digunakan untuk membantu mempermudah melakukan perhitungan dalam penggunaan teknik analisis regresi sehingga hasilnya dapat lebih terperinci dan dipercaya. Sebelum dilakukan analisis, peneliti melakukan uji asumsi dasar dan uji asumsi klasik

Hasil

Peneliti mencatat sejumlah 110 responden telah mengisi kuesioner selama rentang waktu

penelitian. Tiga dari seluruh responden dinyatakan gugur sehingga sejumlah 107 data yang layak untuk dianalisis. Seluruh responden adalah perempuan, dengan persentase pengguna *Instagram* sebanyak 43% (46 pengguna) dan *Twitter* sebesar 57% (61 pengguna). Usia rata-rata responden berada pada 20,6 tahun dengan standar deviasi 1,4 tahun.

Tabel 1.
Kategorisasi Tingkat Citra Tubuh dan Kecemasan Sosial

Media Sosial	Citra Tubuh			Kecemasan Sosial		
	Rendah	Sedang	Tinggi	Rendah	Sedang	Tinggi
Instagram	3	42	1	5	24	17
Twitter	4	56	1	1	30	30

Dilakukan kategorisasi untuk melihat nilai persen responden baik citra tubuh maupun kecemasan sosial dengan tingkat kategori rendah, sedang dan tinggi. Dari tabel diatas, diketahui bahwa sebagian besar pengguna kedua media sosial tersebut memiliki citra tubuh dalam kategori sedang dan kecemasan sosial yang sedang cenderung tinggi.

Tabel 2.
Hasil Uji Korelasi Pearson
1. *Pengguna Instagram*

		Pearson Correlations	
		<i>Citra Tubuh</i>	<i>Kecemasan Sosial</i>
<i>Citra Tubuh</i>	Pearson Correlation	1	-.355*
	Sig. (2-tailed)		.015
	N	46	46
<i>Kecemasan Sosial</i>	Pearson Correlation	-.355*	1
	Sig. (2-tailed)	.015	
	N	46	46

2. *Pengguna Twitter*

		Pearson Correlations	
		<i>Citra Tubuh</i>	<i>Kecemasan Sosial</i>
<i>Citra Tubuh</i>	Pearson Correlation	1	-.240
	Sig. (2-tailed)		.063
	N	61	61
<i>Kecemasan Sosial</i>	Pearson Correlation	-.240	1
	Sig. (2-tailed)	.063	
	N	61	61

Uji korelasi dilakukan untuk melihat apakah adanya hubungan variabel dependen dan independen. Dari data di atas dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan kecemasan sosial pada remaja Perempuan pengguna *Instagram* saja, tetapi tidak dengan pengguna *Twitter* saja. Sehingga dapat dimaknai bahwa hipotesis pertama sebagian diterima dan hipotesis kedua dapat diterima.

Tabel 3.
Hasil Analisis Regresi

1. *Pengguna Instagram*

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	905.988	1	905.988	6.349	.015 ^b
	Residual	6278.729	44	142.698		
	Total	7184.717	45			

a. Dependent Variable: SA
b. Predictors: (Constant), BI

2. *Pengguna Twitter*

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	426.781	1	426.781	3.601	.063 ^b
	Residual	6992.629	59	118.519		
	Total	7419.410	60			

a. Dependent Variable: SA
b. Predictors: (Constant), BI

Uji simultan (uji F) dilakukan untuk mengetahui pengaruh simultan antara variabel independen terhadap variabel dependen (Ghozali, 2018). Lebih lanjut, peneliti menentukan nilai koefisien determinasi (R square) pada tiga kelompok di atas untuk melihat berapa sumbangan variabel independen terhadap variabel dependen. Diketahui masing-masing kelompok pengguna Instagram dan kelompok Twitter memiliki nilai R square sebesar 0,126 dan 0,058 yang bermakna bahwa pengaruh citra tubuh terhadap kecemasan sosial secara berurutan hanya mempengaruhi 12,6% dan 5,8%, dimana nilainya lebih tinggi pada pengguna Instagram dibandingkan Twitter.

Kemudian, nilai konstanta dari uji t untuk melihat nilai setiap kenaikan 1 poin atas citra tubuh, maka ada penambahan sebesar yang akan mempengaruhi timbulnya kecemasan sosial. Nilai konstanta pada kelompok Twitter diketahui lebih kecil, sejalan dengan nilai R square-nya yang jauh lebih rendah dibandingkan dengan kelompok lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh citra tubuh terhadap kemunculan kecemasan sosial pada kelompok pengguna Twitter lebih kecil dibandingkan dengan dua kelompok lainnya. Selanjutnya, nilai thitung kelompok Instagram dan Twitter serta kelompok pengguna Instagram lebih besar dibandingkan ttabel, sedangkan pada pengguna Twitter, nilai thitung lebih kecil dibandingkan ttabel sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya hubungan antara citra tubuh dan kecemasan sosial pada pengguna Instagram dan Twitter dan kelompok Instagram dan berlaku sebaliknya pada kelompok pengguna Twitter.

Pembahasan

Terdapat perbedaan hasil uji regresi maupun korelasi ketika data pengguna Instagram dan Twitter dianalisis dalam dua kelompok terpisah. Pada pengguna Twitter, kedua hubungan variabel tersebut tidaklah signifikan sedangkan pada pengguna Instagram terjadi sebaliknya, adanya hubungan negatif yang cukup signifikan antara citra tubuh dan kecemasan sosial. Hal ini

dapat terjadi salah satunya karena jenis media sosial yang digunakan dapat memberikan dampak yang berbeda bagi penggunanya, seperti ketika aktivitas melihat gambar di media sosial lebih tinggi akan memiliki dampak lebih negatif dibandingkan aktivitas lainnya (de Valle et al., 2021). Jenis media sosial yang berfokus pada tampilan gambar seperti foto dan video juga cenderung mendorong penggunanya untuk melakukan objektifikasi diri dimana hal tersebut dapat memprediksi rendahnya citra tubuh individu (Karsay et al., 2020).

Sedangkan para pengguna Twitter menunjukkan emosi negatif mereka seperti marah, sedih, dan cemas melalui postingan berbentuk tulisan dimana hal tersebut dapat berdampak pada pengguna lain yang membacanya (Milli et al., 2023) mereka dapat menghantarkan (transmit) perasaan yang sama, terutama pada teman-teman dekatnya (Cacioppo et al., 2009) termasuk postingan terkait perasaan negatif akan penampilan dan kecemasan sosial.

Selain itu, dapat dilihat dari nilai uji koefisien determinasi (R^2) menunjukkan bahwa sumbangan citra tubuh terhadap kecemasan sosial pada pengguna Instagram lebih tinggi, yaitu sebesar 12,6% dibandingkan pada pengguna Twitter yang hanya berkisar 5,8% saja, sehingga citra tubuh lebih banyak mempengaruhi kecemasan sosial pada pengguna Instagram dibandingkan Twitter. Sumbangan yang diberikan citra tubuh terhadap kecemasan sosial cukup kecil, sejalan dengan penemuan El-Huzni (2021) yang menunjukkan sumbangan citra tubuh hanya sebesar 4,7% terhadap kecemasan sosial seseorang.

Salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya perbedaan adalah bahwa Instagram diketahui menjadi salah satu platform media sosial yang seringkali memungkinkan individu untuk mengalami perasaan negatif terhadap citra tubuh mereka (Engeln et al., 2019; Baker et al., 2019; Verrastro et al., 2020). Sebagai jenis media sosial yang lebih menonjolkan pengalaman visual, Instagram cenderung membuat penggunanya untuk melakukan objektifikasi diri yang kemudian berdampak pada munculnya citra tubuh negatif (Karsay et al., 2020). Ketakutan atas konten yang dibagikan serta internalisasi tentang standar kecantikan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi para pengguna Instagram sehingga memiliki ketidakpuasan akan bentuk tubuh mereka (Verrastro et al., 2020) dan kemudian mempengaruhi tingkat kecemasan sosial mereka (Basma, 2022). Hal tersebutlah yang menjadi dasar mengapa para pengguna Instagram memiliki kecenderungan untuk menginternalisasi citra tubuh negatif.

Data yang didapatkan mengenai kategorisasi tingkat citra tubuh pada pengguna Instagram dan Twitter menunjukkan bahwa kedua media sosial tersebut memiliki pengguna perempuan yang sebagian besarnya memiliki citra tubuh dengan kategori netral, sebanyak 91,3% pada pengguna Instagram dan 91,8% pada pengguna Twitter, sejalan dengan penelitian Fadhillah dan Indrijati (2022) dan Salsabila & Puspitosari (2020) yang menunjukkan bahwa kebanyakan remaja pengguna media sosial memiliki citra tubuh pada kategori netral. Perbedaan yang relatif kecil dari data kategorisasi di atas dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adanya

kesamaan fitur yang dimiliki oleh Twitter dan Instagram. Kini, Twitter mengizinkan penggunanya untuk memposting video, gambar dan GIF dalam satu tweet (Twitter Indonesia, 2022) sehingga paparan visual pada kedua media tersebut hampir setara. Kemudian, kampanye mengenai body positivity yang marak dilakukan di Instagram dengan mempromosikan tampilan 'natural' individu diketahui meningkatkan apresiasi diri terhadap tubuh dan meningkatkan mood positif (Manning & Mulgrew, 2021). Selain itu, pengalaman personal salah satu pengguna Twitter, Thea Chippendale (dalam Twitter Marketing, 30 September 2019), menjadi momen ketika para pengguna saling berbagi emosi positif mengenai citra tubuh mereka, dimana emosi tersebut akan terus menular pada pengguna lainnya yang ikut membacanya (Milli et al., 2023).

Selanjutnya, pada variabel kecemasan sosial, sebagian besar pengguna Instagram memiliki kecemasan sosial dengan kategori sedang, yaitu sebanyak 52,2%, yang kemudian disusul dengan kategori tinggi sebanyak 17%. Sedangkan pada pengguna Twitter, terdapat jumlah yang sama pada kelompok kategori sedang dan tinggi, yaitu masing-masing bernilai sebesar 49,2%. Data tersebut selaras dengan penemuan Azka et al., (2018) dan Salsabila & Puspitosari (2020) yang menyatakan bahwa kecemasan sosial yang dialami oleh para remaja pengguna media sosial didominasi dalam kategori sedang. Hal tersebut terjadi karena terdapat faktor lain yang jauh lebih mempengaruhi munculnya kecemasan sosial seperti tingkat penggunaan media sosial (O'Day & Heimberg, 2021) dan seringnya melakukan keterbukaan diri (self-disclosure) ketika bersosialisasi di internet (Weidman et al., 2012). Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu terbatasnya jumlah responden yang didapatkan dikarenakan keterbatasan waktu, kemudian peneliti tidak mempertimbangkan durasi penggunaan media sosial serta fitur-fitur terbaru diantara kedua media sosial tersebut. Selain itu, peneliti juga tidak membahas lebih dalam keterkaitan dimensi antar variabel. Hal ini dikarenakan kemungkinan adanya dimensi antar variabel yang berkorelasi dekat antara satu dan lainnya, seperti pada dimensi evaluasi penampilan fisik (appearance evaluation) dan ketidakpuasan terhadap area tubuh (body area dissatisfaction) yang diketahui berkorelasi dekat dengan kecemasan sosial (Aderka et al., 2014) sehingga bisa dilakukan penyesuaian instrumen dan analisis antar dimensi. Oleh karena itu, perlunya dilakukan penelitian lebih mendalam untuk meninjau kekuatan antar dimensi kedua variabel serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat mempengaruhi bentuk hubungan antara citra tubuh dan kecemasan sosial, terutama pada remaja pengguna media sosial.

Kesimpulan

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara citra tubuh dan kecemasan sosial pada remaja perempuan pengguna Instagram. Penemuan tersebut selaras dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan hubungan signifikan antara keduanya (Ratnasari et al., 2021) termasuk ketika menggunakan media sosial (Salsabila & Puspitosari.,

2020; Charmaraman et al., 2021; Basma, 2022). Ketakutan akan evaluasi negatif, kecemasan akan penampilan di lingkungan sosial, serta perbandingan sosial dapat menjadi pertimbangan dalam hubungan antara citra tubuh dan kecemasan sosial (Fitzsimmons-Craft et al., 2012; Friederich et al., 2007; Levinson et al., 2013).

Terdapat kontras pada hubungan kedua variabel tersebut apabila dilakukan analisis secara terpisah antara kelompok pengguna Twitter, dimana tidak terdapat korelasi yang berarti antara kedua variabel. Kemudian, pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen pada kedua kelompok tersebut tidaklah berbeda jauh. Hal ini diduga disebabkan oleh adanya kesamaan fitur-fitur yang dimiliki oleh kedua media sosial, konten-konten terbaru yang berkaitan dengan citra tubuh, dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan sosial.

Implikasi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pelaksanaan penelitian lain yang relevan dimana perlunya pengkajian ulang dalam menentukan bagian-bagian penting dalam proses penelitian, seperti penentuan penggunaan instrument, terutama dalam mengukur citra tubuh negatif individu ketika bermedia sosial. Kemudian, dimensi dalam instrumen dapat diikutsertakan ketika melakukan uji korelasi sehingga dapat diketahui dimensi yang paling mempengaruhi dan selanjutnya dapat dilakukan penelitian lebih lanjut dalam bidang tersebut.

Selanjutnya, proses pengambilan data perlu lebih diperhatikan, terutama dalam pembuatan klasifikasi responden yang mana bisa ditambah seperti durasi penggunaan sosial media, jenis topik yang sering diikuti, dll sehingga responden dapat terlihat lebih jelas demografinya. Kemudian, peneliti selanjutnya dapat memperhatikan peran faktor-faktor lain seperti: variabel yang dapat mempengaruhi variabel dependen sehingga kesalahan penelitian dapat diminimalisir serta pengkajian dapat dilakukan lebih komprehensif dan lebih dalam.

Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu para remaja, khususnya perempuan, untuk lebih bijak dalam memilih jenis media sosial yang akan digunakan, karena secara tidak langsung dapat mempengaruhi beberapa aspek dalam kehidupan sehari-hari, seperti diantaranya citra tubuh dan kecemasan sosial. Seperti pemilihan konten/topik yang diikuti atau dilihat setiap harinya, hindari konten-konten yang berkaitan dengan citra tubuh negatif ataupun kecemasan sosial dengan cara mute, unfollow, atau bahkan block. Para pengguna juga dapat meminimalisir penggunaan media sosial sehingga lebih minim terpengaruh oleh konten media sosial yang kebenarannya belum tentu teruji.

Daftar Pustaka

- Abi-Jaoude, E., Naylor, K. T., & Pignatiello, A. (2020). Smartphones, social media use and youth mental health. *Canadian Medical Association Journal*, 192(6), E136-E141. <https://doi.org/10.1503/cmaj.190434>
- Aderka, I. M., Gutner, C. A., Lazarov, A., Hermesh, H., Hofmann, S. G., & Marom, S. (2014). Body

- image in social anxiety disorder, obsessive-compulsive disorder, and panic disorder. *Body image*, 11(1), 51-56.
- Adolescent health. (n.d.). World Health Organization (WHO). Retrieved May 24, 2023, from https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Alkis, Y., Kadirhan, Z., & Sat, M. (2017). Development and Validation of Social Anxiety Scale for Social Media Users. *Computers in Human Behavior*, 72, 296-303. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.011>
- Ammar, E. N., & Nurmala, I. (2020). Analisis Faktor Sosio-Kultural terhadap Dimensi Body Image pada Remaja. *JOURNAL OF HEALTH SCIENCE AND PREVENTION*, 4(1). <http://doi.org/10.29080/jhsp.v4i1.255>
- Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. PT. Rineka Cipta 16.
- Arroyo, A., & Brunner, S. R. (2016). Negative body talk as an outcome of friends' fitness posts on social networking sites: body surveillance and social comparison as potential moderators. *JOURNAL OF APPLIED COMMUNICATION RESEARCH*. <http://dx.doi.org/10.1080/00909882.2016.1192293>
- Asher, M., & Aderka, I. M. (2018). Gender differences in social anxiety disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 74(10), 1730-1741. DOI: 10.1002/jclp.22624
- Asiati, D. I., & Septadiyanto. (2018). Karakteristik Pengguna Media Sosial. *MBIA*, 17(3). e-ISSN: 2655-8262
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikolog*, 5(2), 201-210. DOI: 10.15575/psy.v5i2.3315
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi Ed 2*. Pustaka Belajar.
- Baker, N., Ferszt, G., & Breines, J. G. (2019). A Qualitative Study Exploring Female College Students' Instagram Use and Body Image. *CYBERPSYCHOLOGY, BEHAVIOR, AND SOCIAL NETWORKING*. DOI: 10.1089/cyber.2018.0420
- Baker, N., Ferszt, G., & Breines, J. G. (2019). A Qualitative Study Exploring Female College
- Basma, R. A. (2022). PERSEPSI TERHADAP CITRA TUBUH DAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA PEREMPUAN PENGGUNA MEDIA SOSIAL. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Bijsterbosch, J. M., van den Brink, F., Vollmann, M., Boelen, P. A., & Sternheim, L. C. (2020). Understanding Relations Between Intolerance of Uncertainty, Social Anxiety, and Body Dissatisfaction in Women. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 208(10). 10.1097/NMD.0000000000001208
- Borelli, J. L., & Prinstein, M. J. (2006). Reciprocal, Longitudinal Associations Among Adolescents' Negative Feedback-Seeking, Depressive Symptoms, and Peer Relations. *Journal of abnormal child psychology*, 34, 154-164.
- Budury, S., Fitriyanti, A., dan Sari, Diah J. E. (2020). Media Sosial Dan Kesehatan Jiwa Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8 (4), 551 – 556
- Cacioppo, J. T., Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2009). Alone in The Crowd: The Structure and Spread of Loneliness in A Large Social Network. *Journal of personality and social psychology*, 97(6), 977.
- Calogero, R. M. (2012). Objectification theory, self-objectification, and body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (pp. 574-580). Elsevier Academic Press
- Carrotte, E. R., Prichard, I., & Su Cheng Lim, M. (2017). "Fitspiration" on Social Media: A Content Analysis of Gendered Images. *JOURNAL OF MEDICAL INTERNET RESEARCH*, 19(3). doi: 10.2196/jmir.6368
- Cash, T. (2012). *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*. Academic Press. <https://doi.org/10.1016/C2010-1-66177-9>
- Caturtami, C. Y., & Sumaryanti, I. U. (2021). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Tingkat Kecemasan Sosial pada Mahasiswa di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 7(2). <http://dx.doi.org/10.29313/v0i0.28321>

- Charmaraman, L., Richer, A., Liu, C., Lynch, A. D., & Moreno, M. (2021). Early Adolescent Social Media-Related Body Dissatisfaction: Associations with Depressive Symptoms, Social Anxiety, Peers, and Celebrities. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics, 42*(5), 401-407. DOI: 10.1097/DBP.0000000000000911
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). y Lawrence Erlbaum Associates.
- de Valle, M. K., Gallego-García, M., Williamson, P., & Wade, T. D. (2021). Social media, body image, and the question of causation: Meta-analyses of experimental and longitudinal evidence. *Body Image, 39*, 276-292. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.10.001>
- de Vries, D. A., Peter, J., & de Graaf, H. (2015). Adolescents' Social Network Site Use, Peer Appearance-Related Feedback, and Body Dissatisfaction: Testing a Mediation Model. *Youth Adolescence, 45*(4), 211-224. DOI 10.1007/s10964-015-0266-4
- Ding, Q., Zhang, Y. X., Wei, H., Huang, F., & Zhou, Z. K. (2017). Passive social network site use and subjective well-being among Chinese university students: A moderated mediation model of envy and gender. *Personality and Individual Differences, 113*, 142-146. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.03.027>
- EL-Huzni, L. N. (2021). Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Putri Di Yogyakarta (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Engeln, R., Loach, R., Imundo, M. N., & Zola, A. (2020). Compared to Facebook, Instagram Use Causes More Appearance Comparison and Lower Body Satisfaction In College Women. *Body Image, 34*, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.04.007>
- Erliksson, O. J., Lindner, P., & Mörtberg, E. (2020). Measuring Associations Between Social Anxiety and Use of Different Types of Social Media Using The Swedish Social Anxiety Scale for Social Media Users: A Psychometric Evaluation and Cross-Sectional Study. *Scandinavian Journal of Psychology, 61*(6), 819-826.
- Faghani, N., & Moghadasin, M. (2023). Psychometric Properties of the Persian Version of Social Anxiety Scale for Social Media Users (SAS-SMU). *Iranian journal of psychiatry, 18*(4), 406.
- Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2016). Social Media and Body Image Concerns: Current Research and Future Directions. *Social media and applications to health behavior, 9*, 1-5. <http://dx.doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.09.005>
- Fernandes, B., Biswas, U. N., Mansukhani, R. T., Casarín, A. V., & Essau, C. A. (2020). The impact of COVID-19 lockdown on internet use and escapism in adolescents. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes, 7*(3), 59-65.
- Firdaus, M. (2004). *Ekonometrika : suatu pendekatan aplikatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Fitzsimmons-Craft, E. E., Harney, M. B., Koehler, L. G., Danzi, L. E., Riddell, M. K., & Bardone-Cone, A. M. (2012). Explaining The Relation Between Thin Ideal Internalization and Body Dissatisfaction Among College Women: The Roles of Social Comparison and Body Surveillance. *Body image, 9*(1), 43-49.
- Friederich, H. C., Uher, R., Brooks, S., Giampietro, V., Brammer, M., Williams, S. C., Herzog, W., Treasure, J., & Campbell, I. C. (2007). I'm Not as Slim as That Girl: Neural Bases of Body Shape Self-Comparison to Media Images. *Neuroimage, 37*(2), 674-681.
- Frison, E., & Eggermont, S. (2015). Exploring the Relationships Between Different Types of Facebook Use, Perceived Online Social Support, and Adolescents' Depressed Mood. *Social Science Computer Review, 1-19*. DOI: 10.1177/0894439314567449
- Galloway, A. (2005). Non-Probability Sampling. *Encyclopedia of Social Measurement, 2*. <https://doi.org/10.1016/B0-12-369398-5/00382-0>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23* (8th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Griffiths, M. D., & Kuss, D. (2017). Adolescent social media addiction (revisited). *Education and Health, 35*(3), 49-52.
- Grogan, S. (2012). Smoking and Body Image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance, 745-750*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00118-8>
- Grogan, S. (2017). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*.

Routledge/Taylor & Francis Group.

- Guntuku, S. C., Pietro, D. P., Eichstaedt, J. C., & Ungar, L. H. (2019). What Twitter Profile and Posted Images Reveal about Depression and Anxiety. *Proceedings of the Thirteenth International AAAI Conference on Web and Social Media (ICWSM 2019)*. <https://ojs.aaai.org/index.php/ICWSM/article/view/3225/3093>
- Hadi, S. (2015). *Statistik* (II ed.). PUSTAKA PELAJAR.
- Harper, K., Sperry, S., & Thompson, J. K. (2007). Viewership of pro-eating disorder websites: Association with body image and eating disturbances. *International Journal of Eating Disorders*, 41(1), 92-95. <https://doi.org/10.1002/eat.20408>
- Hawes, T., Zimmer-Gembeck, M. J., & Campbell, S. M. (2020). Unique Associations of Social Media Use and Online Appearance Preoccupation With Depression, Anxiety, and Appearance Rejection Sensitivity. *Body Image*, 33, 66-76. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.010>
- Hegazy, N. N., Dorrah, M., & Mohasseb, M. M. (2021). The effect of social network sites on Medical Students' social and academic behavior. *The Egyptian Family Medicine Journal*, 5(1), 95-104.
- Hoskin, T. (2012). Parametric and nonparametric: Demystifying the terms. *Mayo Clinic*, 5(1), 1- 5.
- Hosseini, S. A., & Padhy, R. K. (2019). Body image distortion.
- Huzni, E., & Nahda, L. (2021). HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (BODY IMAGE) DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA PUTRI DI YOGYAKARTA. *Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta*.
- Irwinsyah, M. (2021). Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Pengguna Instagram Di Masa Pandemi Coronavirus-19 (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Jarrar, Y., Awobamise, A. O., & Nweke, G. E. (2022). The Mediating Effect of Social Anxiety on the Relationship Between Social Media Use and Body Dissatisfaction Among University Students. *Frontiers in Communication*, 7(900257). doi: 10.3389/fcomm.2022.900257
- Jiang, S., & Ngien, A. (2020). The Effects of Instagram Use, Social Comparison, and Self-Esteem on Social Anxiety: A Survey Study in Singapore. *Social Media + Society*, 1-10. <https://doi.org/10.1177/2056305120912>
- Jiotsa, B., Naccache, B., Duval, M., Rocher, B., & Bronnec, M. G. (2021). Social Media Use and Body Image Disorders: Association between Frequency of Comparing One's Own Physical Appearance to That of People Being Followed on Social Media and Body Dissatisfaction and Drive for Thinness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 2880. <https://doi.org/10.3390/ijerph18062880>
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*. DOI: 10.1016/j.bushor.2009.09.003
- Karmakar, S., & Das, S. (2021). Understanding the Rise of Twitter-Based Cyberbullying Due to COVID-19 through Comprehensive Statistical Evaluation. *In Proceedings of the 54th Hawaii International Conference on System Sciences*. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3768839>
- Karsay, K., Trekels, J., Eggermont, S., & Vandenbosch, L. (2020). "I (Don't) Respect my Body": Investigating the Role of Mass Media Use and Self-Objectification on Adolescents' Positive Body Image in a CrossNational Study. *Mass Communication and Society*. 10.1080/15205436.2020.1827432
- Kemp, S. (2023, February 9). *Digital 2023: Indonesia — DataReportal – Global Digital Insights*. DataReportal. Retrieved July 21, 2023, from <https://datareportal.com/reports/digital-2023-indonesia>
- Khaira, P. (2018). *HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA PRIA* [Skripsi].
- Khairani, A. P., Hannan, & Amalia, L. (2019). Pengembangan Alat Ukur Skala Citra Tubuh. *Proyeksi*, 13(2), 195-205.
- Kowalski, R. M., & Leary, M. R. (1997). *Social Anxiety*. Guilford Publications.
- Lai, F., Wang, L., Zhang, J., Shan, S., Chen, J., & Tian, L. (2023). Relationship between Social Media Use and Social Anxiety in College Students: Mediation Effect of Communication Capacity.

- International Journal of Environment Research and Public Health*, 20. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043657>
- Levanti, D., Monastero, R. N., Zamani, M., Eichstaedt, J. C., Giorgi, S., Schwartz, H. A., & Meliker, J. R. (2023). Depression and Anxiety on Twitter During the COVID-19 Stay-At-Home Period in 7 Major U.S. Cities. *The American Journal of Preventive Medicine Board of Governors.*, 2(1). <https://doi.org/10.1016/j.focus.2022.100062>
- Levinson, C. A., Rodebaugh, T. L., White, E. K., Menatti, A. R., Weeks, J. W., Iacovino, J. M., & Warren, C. S. (2013). Social Appearance Anxiety, Perfectionism, and Fear of Negative Evaluation. Distinct or Shared Risk Factors for Social Anxiety and Eating Disorders?. *Appetite*, 67, 125-133.
- Liana, L. (2009). Penggunaan MRA dengan Spss untuk Menguji Pengaruh Variabel Moderating terhadap Hubungan antara Variabel Independen dan Variabel Dependen. *Jurnal Teknologi Informasi DINAMIK*, XIV(2), 90-97.
- Lopez, R. B., & Polletta, I. (2021). Regulating Self-Image on Instagram: Links Between Social Anxiety, Instagram Contingent Self-Worth, and Content Control Behaviors. *Personality and Social Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.711447>
- Lyu, M., dan Gill, D., "Perceived physical competence and body image as predictors of perceived peer acceptance in adolescents", *Asian Journal of Social Psychology*, 15 (2012):37, doi: 10.1111/j.1467-839X.2011.01360.x.
- Manning, T. M., & Mulgrew, K. E. (2022). Broad Conceptualisations of Beauty Do Not Moderate Women's Responses to Body Positive Content on Instagram. *Body Image*, 40, 12-18.
- Mattern, J. (2016). *Instagram*. Abdo Publishing.
- Milli, S., Carroll, M., Pandey, S., Wang, Y., & Dragan, A. D. (2023). Twitter's Algorithm: Amplifying Anger, Animosity, and Affective Polarization. <https://doi.org/10.48550/arXiv.2305.16941>
- Nasrum, A. (2018). *Uji normalitas data untuk penelitian*. Jayapangus Press Books.
- NCDC. (2020). Twitter @NCDCgov. Retrieved 14 July, 2020
- Oginni, S. O., & Motui, J.N. (2015). Social Media and Public Policy Process in Africa: Enhanced Policy Process in Digital Age, *Consilience: The Journal of Sustainable Development*, 14(2),158-172
- Obar, J. A., & Wildman, S. S. (2015). Social media definition and the governance challenge-an introduction to the special issue. Obar, JA and Wildman, S.(2015). Social media definition and the governance challenge: An introduction to the special issue. *Telecommunications policy*, 39(9), 745-750.
- O'Day, E. B., & Heimberg, R. G. (2021). Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. *Computers in Human Behavior Reports*, 3. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100070>
- Papalia, D. E. Sally Wendkos Old, dan Ruth Duskin Feldman. 2008. *Human Development*, Edisi Kesembilan. Jakarta: kencana Prenada Media Group.
- Parker, J. G., Rubin, K. H., Erath, S. A., Wojslawowicz, J. C., & Buskirk, A. A. (2015). Peer relationships, child development, and adjustment: A developmental psychopathology perspective. *Developmental psychopathology: Volume one: Theory and method*, 419-493.
- Pawijit, Y., Likhitsuwan, W., Ludington, J., & Pisitsungkagarn, K. (2017). Looks can be deceiving: body image dissatisfaction relates to social anxiety through fear of negative evaluation. *International journal of adolescent medicine and health*, 31(4)
- Pelletier, M. J., Krallman, A., Adams, F. G., & Hancock, T. (2020). ne size doesn't fit all: a uses and gratifications analysis of social media platforms. *Journal of Research in Interactive Marketing*, 14(2), 269-284. DOI 10.1108/JRIM-10-2019-0159
- Pickering, L., Hadwin, J. A., & Kovshoff, H. (2020). The Role of Peers in the Development of Social Anxiety in Adolescent Girls: A Systematic Review. *Adolescent Research Review*, 5, 341-362. <https://doi.org/10.1007/s40894-019-00117-x>
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social Media And Loneliness: Why an Instagram Picture May Be Worth More Than a Thousand Twitter Words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155- 167.
- Priyatno, D. (2013). *Mandiri Belajar Analisis Data dengan SPSS*. MediaKom.
- Pruzinsky, T., & Cash, T. F. (Eds.). (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical*

- Practice*. Guilford Publications.
- Psychology*. (n.d.). APA Dictionary of Psychology. Retrieved May 21, 2023, from <https://dictionary.apa.org/social-anxiety>
- PT Populix Informasi Teknologi. (2022). *Social Media Habit and Internet Safety*. Populix. Retrieved May 5, 2023, from <https://info.populix.co/en/report/social-media-habit-and-internet-safety/>
- Quittkat, H. L., Hartmann, A. S., Düsing, R., Buhlmann, U., & Vocks, S. (2019). BBody Dissatisfaction, Importance of Appearance, and Body Appreciation in Men and Women Over the Lifespan. *Gender Comparisons of Body Image*, 10. doi: 10.3389/fpsy.2019.00864
- Ratnasari, S. E. (2017). HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA PEREMPUAN. *Skripsi*.
- Ratnasari, S. E., Pratiwi, I., & Wildannisa, H. (2021). RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND SOCIAL ANXIETY IN ADOLESCENT WOMEN. *European Journal of Psychological Research*, 8(1).
- Reames, E., Witte, M. M., & Howell, M. (2012). Engaging the Adult Learner Through Graduate Learning Communities. *Encyclopedia of E-Leadership, Counseling and Training*, 19. DOI: 10.4018/978-1-61350-068-2.ch018
- Regis, J. M. O., Ramos-Cerqueira, A. T. A., Lima, M. C. P., & Torres, A. R. (2018). Social anxiety symptoms and body image dissatisfaction in medical students: prevalence and correlates. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67(2), 65-73. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000187>
- Rodgers, R. F., & Melioli, T. (2016). The Relationship Between Body Image Concerns, Eating Disorders and Internet Use, Part I: A Review of Empirical Support. *Adolescent Research Review*, 1, 95-119.
- Rounsefell, K., Gibson, S., McLean, S., Molenaar, A., Brennan, L., Truby, H., Blair, M., & McCaffrey, T. A. (2019). Social media, body image and food choices in healthy young adults: A mixed methods systematic review. *Nutrition & Dietetics*, 77, 19-40. DOI: 10.1111/1747-0080.12581
- Russo, R. B. (2020). #THISISWHATANXIETYFEELSLIKE: TWITTER USERS' NARRATIVES ABOUT THE INTERPERSONAL EFFECTS OF ANXIETY. *All Graduate Theses and Dissertations*. <https://digitalcommons.usu.edu/etd/7780>
- Saiphoo, A. N., & Vahedi, Z. (2019). A Meta-Analytic Review of The Relationship Between Social Media Use and Body Image Disturbance. *Computers In Human Behavior*, 101, 259-275.
- Sakinah, H., dan Sumaryanti, I. U. (2020). Hubungan Body Dissatisfaction Dan Adiksi Media Sosial Instagram Pada Wanita Dewasa Awal. *Jurna Prosiding Psikologi Volume 6 (2)*
- Salazar, L. R. (2017). Cyberbullying Victimization as a Predictor of Cyberbullying Perpetration, Body Image Dissatisfaction, Healthy Eating and Dieting Behaviors, and Life Satisfaction. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(1-2), 354-380. <https://doi.org/10.1177/0886260517725737>
- Salsabila, T., & Puspitosari, W. A. (2020). Hubungan Body Image dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Prosiding UMY Grace*, 1(2), 274-280.
- Santrock, J. W. (2002). *Life span development jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, N. A., & Rahayu Z, S. P. (2022). DAMPAK INTESITAS MENGAKSES MEDIA SOSIAL DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA. *Jurnal Psikologi Islam*, 1(2), 58-71.
- Sarwer, D. B. (2018). Body image, cosmetic surgery, and minimally invasive treatments. *Body Image*. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.01.009>
- Schilder, P. (2013). *The Image and Appearance of the Human Body*. Taylor & Francis Group. Silmi, Z. K.,
- Rachmawati, W. R., Sugiarto, A., & Hastuti, T. P. (2020). Correlation Of Intensity Of Use Of Social Media With The Level Of Social Anxiety In Adolescents. *Midwifery and Nursing Research*, 2(2), 60-64.
- Sinambela, L. P. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Graha Ilmu.
- Social Media in Indonesia - 2023 Stats & Platform Trends*. (2023, April 6). OOSGA. Retrieved July 21, 2023, from <https://oosga.com/social-media/idn/>

- Social Media Stats Indonesia | Statcounter Global Stats*. (n.d.). StatCounter Global Stats. Retrieved July 25, 2023, from <https://gs.statcounter.com/social-media-stats/all/indonesia>
- Social media*. (n.d.). Oxford Reference. Retrieved May 22, 2023, from <https://www.oxfordreference.com/display/10.1093/oi/authority.20110810105901867>
- Spies Shapiro, L. A., & Margolin, G. (2014). Growing Up Wired: Social Networking Sites and Adolescent Psychosocial Development. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 17, 1-18.
- Statista. (2020). *Breakdown of Social Media Users by Age and Gender in Indonesia as of 2020*. <https://www.statista.com/statistics/997297/indonesia-breakdown-social-media-users-age-gender/>. Diakses pada 14 Februari 2021.
- Stevenson, A., & Lindberg, C. A. (Eds.). (2011). *New Oxford American Dictionary*. Oxford University Press.
- Sturdivant, R. X., Hosmer, D. W., & Lemeshow, S. (2013). *Applied Logistic Regression*. Wiley.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Statistika untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Sundar, S. S. (2008). The MAIN Model: a Heuristic Approach to Understanding Technology Effects on Credibility (pp. 73-100). Cambridge, MA: MacArthur Foundation Digital Media and Learning Initiative.
- Thorisdottir, I. E., Sigurvinsdottir, R., Asgeirsdottir, B. B., Allegrante, J. P., & Sigfusdottir, I. D. (2019). Active and Passive Social Media Use and Symptoms of Anxiety and Depressed Mood Among Icelandic Adolescents. *CYBERPSYCHOLOGY, BEHAVIOR, AND SOCIAL NETWORKING*, 22(8). DOI: 10.1089/cyber.2019.0079
- Tiggemann, M., Chruches, O., Mitchell, L., & Brown, Z. (2018). Tweeting weight loss: A comparison of #thinspiration and #fitspiration communities on Twitter. *Body Image*, 25, 133-138. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.03.002>
- Toh, L.-A., Millea, P., Allen, A., & Dymand, L. K. (2022). Putting on your best face: investigating social anxiety in Instagram users. *Australian Psychologist*, 57(3), 197-208. DOI: 10.1080/00050067.2022.2061328
- Tutgun-Ünal, A. (2020). Social Media Addiction of New Media and Journalism Students. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 19(2). <https://orcid.org/0000-0003-2430-6322>
- Twitter Marketing. (2019, September 30). *How ASOS Joined A Conversation About Body Positivity on Twitter and Earned Love from New Fans*. Retrieved August 31, 2023, from <https://marketing.twitter.com/en/perspectives/how-asos-joined-a-conversation-about-body-positivity-on-twitter-and-earned-love-from-new-fans>
- Usmadi. (2020). PENGUJIAN PERSYARATAN ANALISIS (UJI HOMOGENITAS DAN UJI NORMALITAS). *Inovasi Pendidikan: Jurnal Pendidikan*, 7(1).
- Vall-Roqu e, H., Andr es, A., & Saldana, C. (2021). The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 110. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2021.110293>
- VandenBos, G. R. (Ed.). (2007). *APA Dictionary of Psychology*. American Psychological Association.
- Vandenbosch, L., Fardouly, J., & Tiggemann, M. (2022). Social media and body image: Recent trends and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 45(101289). <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.12.002>
- Vendemia, M. A., & DeAndrea, D. C. (2021). The effects of engaging in digital photo modifications and receiving favorable comments on women's selfies shared on social media. *Body Image*, 37, 74-83. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.01.011>
- Verrastro, V., Fontanesi, L., Liga, F., Cuzzocrea, F., & Gugliandolo, M. C. (2020). Fear the Instagram: beauty stereotypes, body image and Instagram use in a sample of male and female adolescents. *QWERTY*, 15(1), 31-49. DOI: 10.30557/QW000021
- We are Social. (2022). Digital 2022: Another Year of Bumper Growth. <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper->

growth-2/. Diakses pada 14 Februari 2021

- Weidman, A. C., Fernandez, K. C., Levinson, C. A., Augustine, A. A., Larsen, R. J., & Rodebaugh, T. L. (2012). Compensatory Internet Use Among Individuals Higher in Social Anxiety and Its Implications for Well-Being. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 191-195.
- Widana, W. (2020). *Uji Persyaratan Analisis*. Klik Media. ISBN : 978-623-94624-6-8
- Widhiarso, W. (2010). Perbedaan pengertian aspek dan dimensi dalam pengembangan alat ukur. *Fakultas Psikologi UGM*.
- Wong, D. L. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Volume 1*. EGC.
- Yabar, A. J., Carbonel, A. S., delCastillo, J. R., Alcantara, A. T., Denegri, D., & Carreazo, Y. (2019). Association between social media use (Twitter, Instagram, Facebook) and depressive symptoms: Are Twitter users at higher risk? *International Journal of Social Psychiatry*, 65(1), 14-19. DOI: 10.1177/0020764018814270
- Zhu, Y. Q., & Chen, H. G. (2015). Social media and human need satisfaction: Implications for social media marketing. *Business Horizons*, 58(3), 335-345. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2015.01.006>