

**GAMBARAN KEPUASAN *BODY IMAGE* PADA WANITA DALAM
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL DI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian
Syarat Memperoleh Gelar Derajat
Sarjana S-1 Psikologi



Oleh:

MUHAMMAD FERDI PRANANDA
NPM : 1909110019

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2023**

Skripsi Berjudul:

**GAMBARAN KEPUASAN *BODY IMAGE* PADA WANITA DALAM
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL DI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH**

Diajukan Oleh:

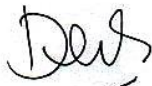
MUHAMMAD FERDI PRANANDA
NPM : 1909110019

Telah Disetujui Oleh:

Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Aceh

Tanggal Persetujuan

Pembimbing 1



Devi Yanti, M.Psi., Psikolog

1 September 2023

PENGESAHAN

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

09 SEP 2023

MENGESAHKAN

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Aceh

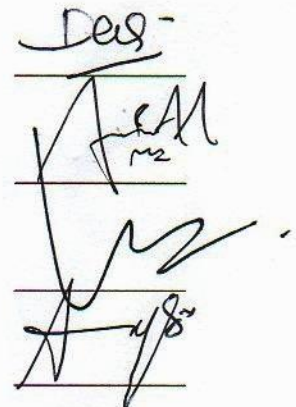
Dekan,


(Barmawi, M. Si)

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Devi Yanti, M. Psi., Psikolog
2. Julia Aridhona, S.Psi., M.Si
3. Hanna Amalia, M. Psi., Psikolog
4. Sufrina Keumala Ayu, S.Psi., M. Ed



PERNYATAAN KEASLIAAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Ferdi Prananda

NIM : 1909110019

Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul “**Gambaran Kepuasan *Body Image* pada Wanita dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh**” ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian ditunjuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari pernyataan tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan peraturan dan undang-undang yang berlaku.

Banda Aceh, 08 September 2023



MUHAMMAD FERDI PRANANDA
NPM : 1909110019

MOTTO

**“Hargai setiap momen bersama ibu,
Tunjukkan kasih sayang mu kepada ibu,
Selagi ibu mu masih ada,
Karena surga ada ditelapak kaki ibumu,
Jangan menyesal ketika ibu mu nanti sudah tidak ada,
karena salah satu tujuan kita hidup di dunia untuk
membahagiakan ibu”**

-Muhammad Ferdi Prananda-

PERSEMBAHAN



**Puji syukur kepada Allah SWT atas segala Rahmat dan Karunia-Nya,
serta yang telah memberikan kekuatan, kesehatan,
serta kelancaran sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini...**

**Tidak lupa pula shalawat beriring salam
Saya panjatkan kepada Nabi Muhammad SAW,
yang mana telah membawa umatnya dari alam jahiliyah
ke alam yang penuh ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.**

**Karya ini saya persembahkan untuk orang tua saya,
ayah dan almarhumah ibu saya tercinta,
kepada abang dan adik saya tercinta,
kepada seluruh keluarga saya,
kepada teman terdekat saya,
kepada teman-teman seperjuangan
di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh,
serta kepada ibu Devi Yanti, M.Psi., Psikolog
selaku dosen pembimbing dalam pembuatan skripsi ini.
Terima kasih atas segala kebaikan,
do'a serta dukungan yang telah ditujukan kepada saya sampai saat ini.**

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT. yang telah memberikan rahmat, karunia dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Gambaran Kepuasan *Body Image* Pada Wanita dalam Penggunaan Media Sosial”**. Tidak lupa pula shalawat beriring salam penulis panjatkan kepada Nabi Muhammad SAW., kepada keluarga dan para sahabat beliau.

Adapun tujuan dari penyusunan skripsi ini adalah untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Terimakasih kepada Bapak Barmawi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
2. Terimakasih kepada Bapak Sukri Karim, M.Si selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
3. Terimakasih kepada Ibu Devi Yanti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membimbing, memberikan motivasi, dan selalu mengusahakan yang terbaik untuk penulis dalam masa menyusun skripsi, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

4. Terimakasih kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis selama ini.
5. Terimakasih Kepada orang tua tersayang, Ayah (Budi Harjo) dan Almarhumah ibu saya (Ramayati) yang telah membesarkan saya sebaik ini dan selalu memberikan saya dukungan, kasih sayang dan motivasi sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
6. Terimakasih kepada teman-teman terdekat saya (Ibrar, Suadi, Raisul, Lidia, Nabila, Henna, Reza, Wiwin, Khaliq, Ila, Nabila, dan Rizka) yang telah banyak membantu saya dalam pengerjaan skripsi dan selalu memberikan dukungan kepada saya.
7. Terimakasih kepada seluruh mahasiswa/I Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh angkatan 2019 selaku teman seperjuangan yang telah berjuang bersama penulis dari awal perkuliahan hingga saat ini.

Akhir kata, penulis berharap Allah SWT. berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan.

Banda Aceh, 08 September 2023

Muhammad Ferdi Prananda
NPM : 1909110019

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian	8
C. Keaslian Penelitian.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	12
E. Manfaat Penelitian.....	12
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 14
A. <i>Body Image</i>	14
1. Pengertian <i>Body Image</i>	14
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	15
3. Aspek-Aspek <i>body image</i>	22
B. Media Sosial	24
1. Pengertian Media Sosial	24
2. Karakteristik Media Sosial.....	25
3. Jenis-Jenis Media Sosial	26
C. Gambaran Kepuasan <i>Body Image</i> pada Wanita dalam Pengunaan Media Sosial.....	28
 BAB III METODE PENELITIAN	 31
A. Pendekatan Penelitian.....	31
B. Subyek Penelitian	32
C. Sampling.....	32
D. Teknik Pengumpulan Data	34
E. Analisis Data	36

F. Keterpercayaan (<i>Trustworthiness</i>) Penelitian.....	38
1 Validitas (<i>credibility</i>).....	38
2 Realibilitas (<i>Dependability</i>).....	39
3 Kemampuan Aplikasi (<i>Applicability/Transferability</i>).....	39
4 Obyektifitas (<i>Confirmability</i>)	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Persiapan Penelitian	41
1. Orientasi Kancas Penelitian	41
B. Persiapan penelitian.....	42
1. Persiapan penelitian	42
2. Tahapan Pelaksanaan Penelitian	43
3. Jumlah dan Karakteristik Subjek	44
C. Hasil Penelitian.....	46
D. Pembahasan.....	93
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	103
A. Kesimpulan.....	103
B. Saran.....	103
DAFTAR PUSTAKA	106
LAMPIRAN.....	122

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Panduan Observasi Umum	35
Tabel 2.	Panduan Wawancara Khusus Faktor-Faktor yang <i>Body Image</i> (Cash, dalam Amandha dan Ifdhil 2015)	36
Tabel 3.	Panduan Wawancara Khusus Aspek-Aspek <i>Body Image</i> (Cash, dalam Amandha dan Ifdhil 2015).....	36
Tabel 4.	Gambaran Umum Data Subjek	44
Tabel 5.	Jadwal Pelaksanaan Wawancara Subjek	45
Tabel 6.	identitas Alloanamnesa Subjek Penelitian	45
Tabel 7.	Kesimpulan Hasil Penelitian	101

DAFTAR LAMPIRAN

1. Panduan Observasi
2. Panduan Wawancara
3. Hasil Wawancara Subjek I
4. Hasil Wawancara Subjek II
5. Hasil Wawancara *Alloanamnesa* Subjek I
6. Hasil Wawancara *Alloanamnesa* Subjek II
7. Dokumentasi
8. SK Pembimbing
9. Surat Izin Penelitian
10. Surat Balasan Izin Penelitian
11. Biodata Peneliti

**GAMBARAN *BODY IMAGE* PADA WANITA DALAM PENGGUNAAN
MEDIA SOSIAL DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH ACEH**

Muhammad Ferdi Prananda

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Jl. Muhammadiyah No 91, Batoh, Lueng Bata, Banda Aceh
ferdiprananda22@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial di fakultas psikologi universitas muhammadiyah aceh. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Subjek dalam penelitian ini berjumlah tiga orang wanita yang aktif dalam penggunaan media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki *body image* yang buruk terhadap bentuk tubuh, tetapi ketiga subjek memiliki *body image* buruk yang berbeda terhadap bentuk tubuh. Subjek pertama dan subjek ketiga tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya karena memiliki tubuh yang pendek dan memiliki perut buncit. Subjek kedua merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh karena memiliki proporsi badan gemuk dan kulit berwarna gelap. Ketiga subjek merasa cemas ketika mendapat komentar negatif dari orang-orang di media sosial yang membuat ketiga subjek tidak percaya diri dan merasa *insecure* terhadap bentuk tubuh. Ketiga subjek mendapat dukungan dari orang terdekat agar tidak merasa *insecure*, namun subjek ketiga tetap merasa *insecure* walaupun mendapat dukungan dari orang-orang terdekat. Ketiga subjek memiliki pandangan yang buruk mengenai *body image*, ketiga subjek merasa *insecure*, tidak percaya diri, dan merasa cemas ketika mendapat tanggapan buruk dari orang lain. Kepuasan *body image* dipengaruhi oleh faktor jenis kelamin, media massa dan hubungan interpersonal.

Kata kunci : *body image*, Media sosial, Wanita.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada zaman modern seperti sekarang ini, banyak individu yang menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-harinya untuk berinteraksi dengan keluarga, teman-teman, mencari informasi yang sedang populer dan membagi tentang aktivitas kehidupan di media sosial tersebut. Menurut Van Dijk (2013), media sosial adalah *platform* media yang memfokuskan pada eksistensi pengguna yang memfasilitasi mereka dalam beraktifitas maupun berkolaborasi, karena itu media sosial dapat dilihat sebagai medium(fasilitator) *online* yang menguatkan hubungan antar pengguna sekaligus sebagai sebuah ikatan sosial. Menurut Chris dan Brogan (dalam Tongkotow, Fonny & Jouke, 2022) media sosial merupakan seperangkat alat komunikasi dan kolaborasi baru yang memungkinkan terjadinya berbagai jenis interaksi yang sebelumnya tidak tersedia bagi orang awam. Berdasarkan dari 2 teori diatas dapat disimpulkan bahwa media sosial adalah sebuah perangkat yang dapat berinteraksi sesama penggunanya, media sosial juga dapat membagi aktivitas yang ada bagi penggunanya.

Berdasarkan fenomena yang terjadi, wanita sering kali merasa tidak puas dengan *culture* tubuh atau *body image* yang dimiliki pada saat menggunakan media sosial, karena wanita biasanya sering kali membanding-bandingkan bentuk fisiknya dengan bentuk fisik orang lain. Dalam penggunaan media sosial, wanita sering kali memikirkan tentang pendapat orang lain terhadap dirinya yang membuat wanita sering kali merasa tidak percaya diri dan tidak puas dengan

bentuk fisik yang dimilikinya, apalagi pada saat wanita tersebut melihat orang-orang yang ada di media sosial seperti artis atau mungkin teman-temannya yang memiliki bentuk tubuh atau bentuk fisik yang lebih baik dari wanita tersebut.

Menurut Rombe (2014), *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana orang tersebut akan mempersepsikan dan memberikan penilaian terhadap sesuatu yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, serta bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya. *Body image* adalah imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini (Arthur, dalam Amandha, ifdhil, 2015). Berdasarkan beberapa teori tersebut dapat disimpulkan bahwa setiap individu pasti menginginkan bentuk tubuh atau bentuk fisik yang ideal, khususnya wanita, wanita pasti sangat ingin memiliki tubuh yang ideal yang dapat membuat wanita tersebut merasa puas akan bentuk fisik yang dimilikinya.

Berdasarkan hasil penelitian dari Paramesti dan Savitri (2022) tentang Gambaran *Body Image* dengan Kecemasan Penampilan Sosial pada Remaja Akhir Perempuan. Kategori subjek adalah kelompok remaja akhir, yaitu dengan rentang usia 18-21 tahun, bertempat tinggal atau berada di wilayah DKI Jakarta dan mencemaskan penampilan saat harus tampil di depan publik. dari hasil penyebaran kuesioner yang telah dilakukan, total responden yang mengisi kuesioner adalah sebanyak 95 responden. Hasil dari kategorisasi berdasarkan usia, rentang usia responden pada usia 21 tahun lebih banyak mengisi kuesioner yang

telah disebarkan, sebanyak 57 (64%) responden. Selanjutnya, kategorisasi berdasarkan wilayah tempat tinggal di DKI Jakarta menunjukkan bahwa tempat tinggal responden di wilayah DKI Jakarta, paling banyak terdapat di wilayah Jakarta Barat, yaitu didapatkan sebanyak 51 (55%) responden. Sedangkan responden yang paling sedikit mengisi kuesioner penelitian ini adalah responden yang bertempat tinggal di wilayah Jakarta Timur, yang berjumlah 1 (1%).

Pada penelitian ini, peneliti melakukan kategorisasi responden berdasarkan analisis deskriptif hipotetik. Dari hasil nilai hipotetik *social appearance anxiety* terbanyak pada remaja akhir perempuan saat harus tampil di depan publik yang bertempat tinggal di wilayah DKI Jakarta, memiliki *social appearance anxiety* dengan tingkatan sedang atau rata-rata dengan persentase 61,1% atau sebanyak 58 responden. Sedangkan hasil nilai hipotetik *body image* terbanyak pada remaja akhir perempuan saat harus tampil di depan publik yang bertempat tinggal di wilayah DKI Jakarta, memiliki *body image* dengan tingkatan rendah dengan persentase 51,6% atau sebanyak 49 responden.

Berdasarkan hasil penelitian dari Saepudin, Hidayat dan Supriatna (2022) tentang Gambaran *Body Image* pada Siswa Kelas XI Sman 1 Margaasih, Siswa yang menjadi responden ini kebanyakan berumur 16 tahun (68%), sisanya adalah 15 tahun (10%) dan 17 tahun (22%) dan masa-masa ini termasuk pada kategori remaja madya (15- 18 tahun). Dari hasil yang didapat, dilakukanlah penggolongan kategori yang bertujuan agar dapat mengetahui *body image* siswa kelas XI SMAN 1 Margaasih. Pada kuesioner *body image* ini semakin besar skor yang didapat maka semakin baik *body image* yang dimiliki siswa, sebaliknya jika skor yang didapat lebih kecil maka semakin buruk *body image* yang dimiliki oleh siswa.

Dari penelitian yang diteliti bahwa terdapat 23 siswa (16%) yang memiliki *body image* dengan kategori rendah, 101 siswa (72%) yang memiliki *body image* dengan kategori sedang dan 16 siswa (12%) yang memiliki *body image* dengan kategori rendah. Walaupun pada kategori rendah hanya terdapat 16 siswa, namun 12 siswa diantaranya adalah berjenis kelamin perempuan. Dari sini dapat diambil kesimpulan bahwa rendahnya *body image* pada kelas XI SMAN 1 Margaasih banyaknya dialami oleh perempuan.

Kepuasan merupakan kondisi subjektif dari keadaan pribadi seseorang sehubungan dengan perasaan senang sebagai akibat dari adanya dorongan atau kebutuhan yang ada pada dirinya dan dihubungkan dengan kenyataan yang dirasakan (Chaplin, dalam Marisa, 2018). Kepuasan hidup seseorang itu merujuk kepada penerimaan seseorang terhadap keadaan kehidupannya serta sejauh mana seseorang itu dapat memenuhi apa yang dikehendakinya secara menyeluruh (Sosusa & Lyubomirsky, dalam Marisa, 2018). Berdasarkan pada teori tersebut dapat disimpulkan bahwa rasa kepuasan adalah ketika individu menerima apa yang dia miliki. Kemudian rasa kepuasan pasti dirasakan oleh setiap individu, khususnya wanita, karena biasanya wanita sangat memperhatikan bentuk tubuh mereka sehingga ketika salah satu bentuk tubuh mereka mengalami perubahan dapat membuat wanita tersebut terkejut dan tidak menerima perubahan buruk tersebut.

Berikut adalah hasil dari wawancara pra penelitian dari subjek dengan gambaran kepuasan *body image* dalam penggunaan media sosial yang berinisial M, di Cafe, pada hari Selasa, 12 Desember 2022, pukul 17:00 WIB. Subjek mengatakan:

“Saya seorang wanita yang merasa tidak puas dengan bentuk fisik saya, saya sering menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dengan teman-teman saya, keluarga, dan orang-orang terdekat saya. Namun pada saat saya memposting foto saya di instagram ada beberapa orang berkomentar mengenai tentang bentuk fisik saya, mereka berkomentar dan menghina bentuk fisik saya seperti mengatakan gemuk, banyak jerawat, dan mengatakan saya semakin jelek. Saya merasa sedih dan sakit hati ketika mereka menghina seperti itu, dan pada akhirnya membuat saya kurang percaya diri dan merasa insecure. Ketika saya melihat orang-orang yang ada di media sosial yang lebih cantik dan memiliki badan yang ideal, saya merasa iri, karena saya memiliki wajah yang penuh dengan jerawat dan memiliki badan yang gemuk. Kemudian saya juga merasa stres sehingga terkadang saya tidak berani keluar rumah karena wajah saya penuh dengan jerawat dan ketika saya melihat wajah dan bentuk tubuh saya di cermin saya merasa stres. Ketika saya keluar rumah saya harus berdandan dengan berlebihan agar menutupi jerawat di wajah, padahal sebelumnya saya tidak pernah berdandan seperti itu. Saya juga sekarang kalau membuat atau memposting foto saya di instastory saya selalu memakai filter, kalau tidak memakai filter saya tidak berani memposting foto di instagram dan media sosial lainnya. Saya pernah memposting foto saya ketika lebaran tanpa menutup wajah, lalu ada saudara saya berkomentar seperti ini, wajah kamu sekarang udah rusak, dan badan kamu sudah semakin gemuk, ketika saya membaca komentar itu dari saudara saya, saya merasa sakit hati, membuat saya semakin tidak percaya diri dan semakin tidak puas akan culture tubuh atau bentuk tubuh yang saya miliki. Maka dari itu saya mencoba diet secara ketat agar saya memiliki badan ideal, saya juga pernah sakit maag yang menjadi dampak buruk dari saya mengikuti diet ketat. Kemudian saya juga memakai skincare yang banyak agar wajah saya putih dan bersih seperti orang-orang yang ada di media sosial tersebut.”

Berdasarkan hasil wawancara pra penelitian dengan subjek M, dapat disimpulkan bahwa subjek tersebut merasa tidak puas terhadap tubuhnya, ketika subjek membaca komentar-komentar yang ada di media sosial tersebut membuat subjek kurang percaya diri dan tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimilikinya. Subjek juga akan melakukan hal apapun agar membuat bentuk tubuh menjadi ideal dan menggunakan *skincare* secara berlebihan agar wajah semakin cantik.

Kemudian adalah hasil dari wawancara pra penelitian dari subjek RO dengan gambaran kepuasan *body image* dalam penggunaan media sosial, di cafebatoh, pada hari minggu, 05 Februari 2023, pukul 16:00 WIB. Subjek mengatakan:

“saya adalah mahasiswi yang sangat sering menggunakan media sosial sebagai tempat bercerita dan sebagai sumber informasi berita terkini. Saya sangat sering menggunakan instagram dan tiktok untuk berinteraksi dengan orang-orang yang ada pada aplikasi tersebut. Saya sering membuat vidio-vidio perjalanan di media sosial tersebut, dan pada akhirnya banyak orang memberikan komentar atau respon mengenai bentuk tubuh saya yang mulai bertambah gemuk. Ketika saya mendengar dan membaca komentar tersebut, saya mulai terganggu dan merasa tidak nyaman atas komentar tersebut yang dapat saya merasa insecure terhadap bentuk tubuh yang saya miliki. Kemudian seiring berjalannya waktu saya mulai jarang aktif menggunakan media sosial karena kejadian tersebut yang dimana ketika ada teman-teman saya memposting foto bersama saya merasa malu terhadap bentuk tubuh yang saya miliki, karena hal tersebut saya selalu menyuruh teman saya untuk memotong bagian tubuh saya yang terlihat besar agar tidak merasa malu dan agar tidak dilihat oleh orang-orang yang ada pada media sosial tersebut. Kemudian saya juga sering mencoret dengan warna di foto tersebut agar orang lain tidak bisa melihat bentuk tubuh, saya sekarang juga tidak pernah memposting diri saya di media sosial agar terhindar dari komentar-komentar yang buruk terhadap body image.”

Berdasarkan hasil wawancara pra penelitian dengan subjek berinisial RO, Subjek tersebut merasa terganggu dan tidak nyaman ketika menggunakan media sosial, karena subjek tersebut mendapatkan respon-respon negatif terhadap *body image* yang dimilikinya. Subjek merasa *insecure* dan mulai menutup diri dari media sosial agar terhindar dari respon-respon negatif dari teman-temannya. Subjek sekarang tidak suka ketika ada temannya memposting foto bersama karena melihat bentuk tubuhnya, dan subjek sering kali menutup bagian-bagian tubuhnya dengan coretan-coretan di media sosial tersebut.

Kemudian adalah hasil dari wawancara pra penelitian dari subjek NZ dengan gambaran kepuasan *body image* dalam penggunaan media sosial, di kampus, pada hari rabu, 01 Februari 2023, pukul 10:00 WIB. Subjek mengatakan :

“saya sangat suka menggunakan media sosial sebagai aplikasi memposting tentang kegiatan-kegiatan sehari-hari yang saya jalani. Saya juga sering menonton konten-konten orang di tiktok mengenai bagaimana cara hidup sehat dan agar cepat glowing, saya sering mendapatkan komentar buruk mengenai

bentuk tubuh yang saya miliki, awalnya saya merasa tidak percaya diri terhadap bentuk tubuh dan saya sempat menghapus konten-konten saya di tiktok karena mendapatkan komentar negatif, dan pada akhirnya dengan saya menonton tentang konten-konten mengenai bagaimana hidup sehat dan konten bagaimana cara memotivasi diri agar mencintai diri sendiri dan tidak terpengaruh pendapat dari orang-orang, saya menjadi percaya diri dan tidak lagi merasa insecure ketika mendapat komentar yang negatif.”

Berdasarkan hasil wawancara pra penelitian dengan subjek berinisial NZ, subjek awalnya merasa *insecure* terhadap *body image* yang dimilikinya karena subjek pernah mendapatkan komentar negatif di tiktok yang membuat subjek menghapus konten-konten yang dimilikinya, kemudian subjek juga menyuruh teman-temannya menghapus foto dan video yang ada pada akun media sosial temannya karena merasa malu terhadap *body image* yang dimilikinya. Namun seiring berjalannya waktu ketika subjek sering menonton konten-konten mengenai bagaimana cara hidup sehat dan bagaimana cara memotivasi diri agar lebih mencintai diri sendiri yang membuat subjek merasa bersyukur dengan *body image* yang dimilikinya dan membuat subjek menjadi lebih percaya diri dalam membuat konten-konten yang subjek sukai.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial di Fakultas Psikologi Muhammadiyah Aceh yaitu ingin melihat gambaran kepuasan yang dirasakan oleh wanita terhadap *body image* dalam penggunaan media sosial. Kemudian peneliti ingin mengetahui apa saja dampak dari *body image* terhadap wanita yang merasa puas akan *body image* dan terhadap wanita yang tidak merasa puas akan *body image* tersebut.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka yang menjadi fokus penelitian yang ingin peneliti lakukan ialah mengenai:

1. Apa saja aspek-aspek kepuasan *Body Image* wanita dalam penggunaan media sosial.
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan *Body Image* pada wanita dalam penggunaan media sosial.

C. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dikutip dari beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif serupa dalam berbagai hal kajian atau tema, walaupun memiliki perbedaan dari kriteria subjek, jumlah subjek dan variabel penelitian ataupun teknik pengumpulan data serta analisis yang akan digunakan. Penelitian yang akan penulis lakukan adalah mengenai gambaran kepuasan terhadap *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial. Beberapa penelitian yang terkait dan menjadi bandingan terhadap judul penelitian yang penulis teliti yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Devi Triana Putri Samour dan Dian Ratna Sawitri (2015) dalam jurnal hubungan antara citra tubuh dengan pengungkapandiri pada remaja awal di kelas VII. Penelitian yang dilakukan oleh Devi Triana Putri Samosir dan Dian Ratna Sawitri bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan pengungkapan diri pada remaja awal yang duduk di bangku kelas VII Sekolah Mengengah Pertama (SMP) Negeri 27 Semarang. Pengungkapan diri sebagai keterampilan yang

dibutuhkan remaja awal kelas VII untuk menjalankan tugas perkembangan sosialnya akan dilihat hubungannya dengan citra tubuh yang terbentuk selama masa remaja awal sebagai akibat pertumbuhan fisik secara pesat. Kondisi tersebut karena citra tubuh memberikan pengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan remaja awal salah satunya kemampuan berkomunikasi. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII SMP Negeri 27 Semarang yang tergolong remaja awal (usia 12-15 tahun) yang berjumlah 128 orang. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 256 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah cluster random sampling. Teknik *cluster random sampling* dilakukan dengan memilih sampel berdasarkan klusternya bukan pada individunya sehingga kesimpulan penelitian tidak digeneralisasikan pada masing-masing individu melainkan pada kluster atau kelompoknya (Winarsunu, 2010). Peneliti menggunakan skala berbentuk Likert sebagai instrumen pengumpulan data sehingga terdapat dua buah skala, yakni Skala Pengungkapan Diri dan Skala Citra Tubuh. Skala Pengungkapan Diri (25 aitem) disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek pengungkapan diri oleh West dan Turner (2008) yaitu keluasan (breadth), waktu keluasan (breadth time), dan kedalaman (depth). Skala Citra Tubuh (22 aitem) disusun berdasarkan aspek citra tubuh yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan area tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan persepsi terhadap ukuran tubuh.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Syaiful Bahri Abdillah dan Ahmad Mudjab Masykur (2021) dalam jurnal hubungan antara *body image* antara kepercayaan diri remaja siswa kelas XI SMAN 6 negeri kota tanggerang selatan. Penelitian yang dilakukan oleh Syaiful Bahri Abdillah dan Ahmad Mudjab Masykur bertujuan untuk mengetahui yaitu untuk mengetahui hubungan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Siswa Kelas XI di SMA Negeri 6 Kota Tangerang Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa kelas XI SMAN 6 Kota Tangerang Selatan sebanyak 160 orang. Subjek digunakan untuk uji coba alat ukur dalam penelitian ini adalah sejumlah 60 orang dan 100 orang untuk penelitian yang diambil menggunakan teknik *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala *Body Image* (25 aitem; $\alpha = 0,891$) dan Skala Kepercayaan Diri (25 aitem; $\alpha = 0,838$). Analisis data dilakukan dengan analisis Regresi Sederhana. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil koefisien korelasi (r_{xy}) antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri sebesar 0,360 dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil Korelasi tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri. Artinya bahwa semakin tinggi nilai *body image* subjek, semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri subjek penelitian.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Erma Maemunah (2020) dalam jurnal tentang hubungan antara tingkat kepuasan citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswi fakultas psikologi. Penelitian yang

dilakukan oleh Siti Erma Maemunah bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswi Fakultas Psikologi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional uji hubungan. Metode kuantitatif adalah metode yang digunakan untuk penyajian hasil penelitian dalam bentuk angka-angka dan statistik (Sugiyono, 2013). Sedangkan penelitian korelasional merupakan penelitian untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Arikunto, 2010). Maka dalam hal ini dimaksudkan untuk mengetahui dua variabel yaitu hubungan tingkat kepuasan citra tubuh dengan harga diri. Dimana teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner. Peneliti melakukan penelitian pada populasi mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung usia 18 sampai 22 tahun yang berjumlah 72 orang. Sampel diambil dengan cara menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala Tingkat Kepuasan terhadap Citra Tubuh (*Body Image*) sebanyak 31 item dan skala Harga Diri (*Self Esteem*) sebanyak 43 item. Alat ukur yang digunakan berskala Likert, dan uji statistiknya menggunakan Rank Spearman. Berdasarkan hasil pengolahan data, dapat disimpulkan bahwa sebanyak 53 % mahasiswi memiliki tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) yang tinggi, dan sebanyak 47 % mahasiswi memiliki harga diri (*self esteem*) yang tinggi. Analisis korelasi menghasilkan koefisien korelasi sebesar $r_s = 0,223$, artinya tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) tidak berhubungan secara signifikan dengan harga diri (*self esteem*).

Peneliti akan melakukan penelitian tentang gambaran tingkat kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial, faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial, dan aspek-aspek tingkat kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial. Peneliti ini menggunakan metode penelitian kualitatif berupa studi kasus, dengan subjek penelitian berjumlah dua orang wanita untuk melihat tingkat kepuasan *body image* pada wanita di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu berkaitan dengan fokus penelitian diatas, yaitu :

1. Penelitian ini dilakukan agar dapat mengetahui apa saja aspek-aspek kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial.
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dan dapat memberikan pengetahuan tentang kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial.
 - b. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan acuan pada penelitian yang sejenis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dalam permasalahan tingkat kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial.

b. Bagi Orang tua dan Masyarakat

Memberikan informasi tentang tingkat kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial sehingga orang tua mampu menjelaskan mengenai efek negatif dari penggunaan media sosial dan mengajarkan berpikir sebelum mengunggah agar mengetahui konsekuensi dari setiap unggahannya.

c. Bagi Wanita

Penelitian ini bertujuan juga agar wanita dapat merasa puas akan bentuk tubuhnya dalam penggunaan media sosial agar wanita membiasakan diri untuk berpikir positif, menanam rasa percaya diri dan mengubah *mindset* bahwa perkataan orang lain bukanlah celaan melainkan motivasi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Body Image

1. Pengertian *Body Image*

Body Image merupakan imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Beberapa peneliti atau pemikir menggunakan istilah ini hanya terkait tampilan fisik, sementara yang lain mencakup pula penilaian tentang fungsi tubuh, gerakan tubuh, koordinasi tubuh, dan sebagainya (Arthur, dalam Amandha, 2021).

Setiap individu memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkannya termasuk bentuk tubuh ideal seperti apa yang dimilikinya. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Citra tubuh mulai terbentuk jauh sebelum seorang anak mampu mengungkapkan pikiran-pikiran maupun ide-idenya lewat kata-kata. Melalui kemampuan fisiknya seorang anak mempersepsi dirinya sebagai seseorang yang dapat menyebabkan sesuatu terjadi, misalnya dengan menggunakan tangannya sebagai alat (Amalia, dalam Amandha & Ifdhil, 2015).

Tingkat *body image* individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi

orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain.

Honigam dan Castle (dalam Amandha & Ifdhil, 2015) mengemukakan bahwa *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya, apa yang dipikirkan dan rasakan olehnya, belum tentu benar-benar mempresentasikan keadaan yang aktual, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang bersifat subjektif.

Berdasarkan dari beberapa dari teori-teori diatas, dapat disimpulkan bahwa *body image* merupakan gambaran ketidaksesuaian tubuh yang dimiliki seseorang dengan pandangan *culture* tubuh yang ideal yang dapat mempengaruhi tingkat kepuasan terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Teori diatas dapat mendukung penelitian yang diteliti oleh peneliti mengenai tingkat kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial, karena wanita sangat sensitif mengenai bentuk tubuhnya, dan pada saat wanita mengalami perubahan akan bentuk tubuhnya, wanita sering kali membandingkan bentuk tubuhnya yang sekarang dengan bentuk tubuhnya yang dulu. Hal tersebut dapat mempengaruhi tingkat kepuasan terhadap *body image* yang dimilikinya.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Body image terbentuk dari sejak individu lahir sampai selama individu hidup. Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang termasuk pandangan atau penilaian orang lain terhadap penampilan diri sendiri. Cash

(dalam, Amandha & Ifdhil, 2015) mengemukakan bahwa ada berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang yaitu sebagai berikut :

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita dari pada laki-laki. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki *body image* yang negatif. Wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki. Presepsi *body image* yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada wanita.

Seorang laki-laki, lebih memperhatikan masa otot ketika mempertimbangkan *body image* mereka. Umumnya *body image* yang buruk dapat menyebabkan diet konstan dan diet yang bersifat sementara, *obesity* dan gangguan makan serta dapat menyebabkan rendahnya harga diri, depresi, kecemasan dan keseluruhan tekanan emosional. Sebuah penelitian menjelaskan sekitar 40-70% gadis remaja tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka. Ketidakpuasan biasanya berfokus pada jaringan adipose substansial dalam tubuh bagian tengah atau bawah, seperti pinggul, perut dan paha.

Di berbagai Negara maju, antara 50-80 % gadis remaja ingin menjadi langsing dan melakukandiet bervariasi dari 20% hingga 60%. Seorang laki-laki juga ingin menghindari bentuk tubuh gemuk,lembek, namun dikalangan

lelaki yang tidak puas dengan berat dan bentuk berusaha untuk menambah berat badan untuk mengembangkan lengan atas, dada dan bahu.

b. Media Massa

Media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai *figure* perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Media massa menjadi pengaruh kuat dalam budaya sosial. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian dan majalah. Survei media massa menunjukkan 83% majalah *fashion* khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun anak perempuan. Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi konsumen dalam berbagai cara. Isi tayangan media massa sering menggambarkan standar kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, dalam hal ini berarti level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan wanita percaya mereka adalah orang-orang yang sehat.

Media juga menggambarkan gambaran ideal bagi laki-laki adalah dengan memiliki tubuh yang berotot dan perut yang rata. *Body image* dapat dipengaruhi oleh pengaruh luar. Sumber media, seperti televisi, internet, dan majalah sering menggambarkan orang lebih dekat dengan tipe tubuh yang ideal umum diterima daripada citra tubuh rata-rata, untuk menjual produk mereka. Akibatnya, orang-orang, terutama anak-anak dan dewasa muda yang terlalu dipengaruhi dan terpengaruh oleh penggambaran seperti citra tubuh tersebut. Kemudian dengan melihat foto-foto model yang langsing

membuat gadis dan perempuan merasa buruk tentang tubuh mereka, beberapa penelitian menunjukkan dampak negatif. Secara singkat media menciptakan citra seorang wanita itu langsing pada majalah *fashion* terbukti menyebabkan sejumlah efek negatif secara langsung termasuk perhatian yang lebih besar tentang berat badan, ketidakpuasan tubuh, suasana hati yang negatif dan penurunan persepsi daya tarik diri.

c. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan *feedback* yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya. *Feedback* terhadap penampilan dan kompetensi teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal dapat mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan mengenai tubuh.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image*. Sejalan dengan itu, Thompson (dalam amandha & ifdhil, 2015) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah :

a. Pengaruh Berat Badan dan Presepsi Gemuk dan Kurus

Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginya.

b. Budaya

Adanya pengaruh disekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik dan ukuran tubuh yang menarik.

c. Siklus Hidup

Pada dasar Individu menginginkan untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masalalu.

d. Masa Kehamilan

Proses dimana individu bisa menjaga masa tumbuh kembang anak dalam kandungan, tanpa ada peristiwa-peristiwa pada masa kehamilan.

e. Sosialisasi

Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh didalamnya.

f. Konsep Diri

Gambaran Individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

g. Peran Gender

Dalam hal ini peran orang tua sangat penting bagi citra tubuh individu, sehingga menjadikan individu lebih cepat terpengaruh.

h. Pengaruh Distorsi Citra Tubuh

Pada diri individu Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk.

Menurut Annastasia Melliana (dalam, Ramanda, Akbar & Wirasti, 2019) faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain:

a. *Self Esteem*

Citra tubuh mengacu pada gambaran individu tentang tubuhnya yang dibentuk dalam pikirannya yang lebih banyak dipengaruhi oleh *self esteem* individu itu sendiri serta dipengaruhi oleh keyakinan dan sikapnya terhadap tubuh sebagaimana gambaran ideal dalam masyarakat.

b. Perbandingan dengan orang lain

Citra tubuh secara umum dibentuk dari perbandingan yang dilakukan individu atas fisiknya sendiri dengan standar ideal yang dikenal oleh lingkungan sosial dan budaya. Salah satu penyebab kesenjangan antara citra tubuh ideal dengan keadaan tubuh yang nyata sering kali dipicu oleh media massa. Media massa banyak menampilkan bintang-bintang idola dengan tubuh yang nyaris sempurna. Individu sering kali membandingkan dirinya dengan orang-orang yang hampir sempurna dengan dirinya, jika hal tersebut dilakukan secara terus menerus akan mengalami kondisi dimana individu akan sulit menerima bentuk tubuhnya.

c. Keluarga

Proses pembelajaran citra tubuh sering kali dibentuk lebih banyak oleh orang lain diluar individu sendiri yaitu keluarga. Keluarga terutama orang tua memengaruhi perkembangan *body image* pada anak-anak melalui modeling, instruksi, dan umpan balik.

d. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat individu membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Hal tersebut dapat mempengaruhi konsep diri individu termasuk bagaimana individu tersebut memandang penampilan fisiknya.

e. *Body image* bagi perkembangan remaja.

Masa remaja sering ditandai dengan cepatnya perubahan fisik. Pada masa remaja terdapat dua transisi penting, yaitu masa kanak-kanak ke masa remaja dan dari masa remaja ke masa dewasa. Masa transisi remaja ini melibatkan beberapa perubahan antara lain perubahan biologis, perubahan kognitif, dan perubahan emosional. Remaja melakukan transisi tersebut orangtua sebaiknya memberikan lebih banyak tanggung jawab untuk pengambilan keputusan yang dilakukan oleh remaja, selain itu transisi ini membutuhkan adaptasi yang masuk akal serta dukungan dari orang dewasa yang peduli.

Berdasarkan beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* diatas, dapat disimpulkan bahwa pengaruh berat badan, bentuk tubuh dan persepsi-persepsi mengenai bentuk tubuh yang optimal atau ideal adalah salah satu faktor yang paling banyak ditemukan dan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang, karena pada setiap individu pasti memiliki keinginan-keinginan untuk memiliki badan yang ideal dengan cara menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginkannya.

3. Aspek-Aspek *Body Image*

Menurut Cash dan Puzinsky (dalam Amandha & Ifdhil, 2015) mengenai *body image* pada umumnya menggunakan *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS), yaitu:

a. *Appearance Evaluation* (Evaluasi Penampilan)

Evaluasi penampilan yaitu mengukur penampilan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan.

b. *Appearance Orientation* (Orientasi Penampilan)

Orientasi penampilan yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.

c. *Body Area Satisfaction* (Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh)

Kepuasan terhadap bagian tubuh, yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.

d. *Overweight Preoccupation* (Kecemasan Menjadi Gemuk)

Kecemasan menjadi gemuk yaitu mengukur kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet dan membatasi pola makan.

e. *Self-Classified Weight* (Pengkategorian Ukuran Tubuh)

Pengkategorian ukuran tubuh, yaitu mengukur bagaimana individu menilai berat badannya dari sangat kurus sampai gemuk.

Thompson (dalam Amandha & Ifdhil, 2015) mengemukakan tentang aspek-aspek dalam citra raga yaitu:

- a. Persepsi terhadap Bagian-bagian Tubuh dan Penampilan secara Keseluruhan.

Bentuk tubuh merupakan suatu simbol dari diri seorang individu, karna dalam hal tersebut individu dinilai oleh orang lain dan dinilai oleh dirinya sendiri. Selanjutnya bentuk tubuh serta penampilan baik dan buruk dapat mendatangkan perasaan senang atau tidak senang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.

- b. Aspek Perbandingan dengan Orang Lain.

Adanya penilaian sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk dari yang lain, sehingga menimbulkan suatu prasangka bagi dirinya ke orang lain, hal-hal yang menjadi perbandingan individu ialah ketika harus menilai penampilan dirinya dengan penampilan fisik orang lain.

- c. Aspek Sosial Budaya (reaksi terhadap orang lain).

Seseorang dapat menilai reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik, maka gambaran orang itu akan menuju hal-hal yang baik untuk menilai dirinya.

Suryanie (dalam Jessi, 2015) menjelaskan bahwa aspek-aspek dalam citra tubuh yaitu :

- a. Aspek persepsi terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan,
- b. Aspek perbandingan dengan orang lain dan aspek reaksi terhadap orang lain.
- c. Aspek penilaian atau pengukuran, perasaan dan harapan yang menyertai

objek citra tubuh menjadi dasar pengukuran terhadap citra tubuh. Pengukuran terhadap aspek-aspek tersebut menghasilkan kepuasan atau ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk-bentuk khusus tubuhnya.

Berdasarkan beberapa aspek-aspek diatas mengenai *body image*, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek sangat berperan penting terhadap *body image* yang dimiliki seseorang mengenai aspek persepsi orang terhadap *body image*, aspek perbandingan *body image* dengan orang lain dan aspek penilaian atau pengukuran citra tubuh seseorang.

B. Media Sosial

1. Pengertian Media Sosial

Menurut Nasrullah (2015) media sosial adalah *medium* di internet yang memungkinkan pengguna merpresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain membentuk ikatan sosial secara virtual. Dalam media sosial, tiga bentuk yang merujuk pada makna bersosial adalah pengenalan (*cognition*), komunikasi (*communicate*) dan kerjasama (*cooperation*).

Meike dan Young dalam Nasrullah (2015) mengartikan kata media sosial sebagai konvergensi antara komunikasi personal dalam arti saling berbagi diantara individu (*to be share one-to-one*) dan media publik untuk berbagi kepada siapa saja tanpa ada kekhususan individu.

Menurut Boyd dalam Nasrullah (2015) media sosial sebagai kumpulan perangkat lunak yang memungkinkan individu maupun komunitas untuk berkumpul, berbagi, berkomunikasi, dan dalam kasus tertentu saling berkolaborasi

atau bermain. Media sosial memiliki kekuatan pada *user-generated content* (UGC) dimana konten dihasilkan oleh pengguna, bukan oleh editor sebagaimana di instansi media massa.

Pada intinya, dengan sosial media dapat dilakukan berbagai aktifitas dua arah dalam berbagai bentuk pertukaran, kolaborasi, dan saling berkenalan dalam bentuk tulisan, visual maupun audiovisual. Sosial media diawali dari tiga hal, yaitu *Sharing*, *Collaborating* dan *Connecting* (Puntoadi, dalam Ahmad, 2016).

2. Karakteristik Media Sosial

Karakteristik media sosial tidak jauh berbeda dengan media siber (*cyber*) dikarenakan media sosial merupakan salah satu platform dari media siber. Namun demikian, menurut Nasrullah (2015) media sosial memiliki karakter khusus, yaitu:

a. Jaringan (*Network*)

Jaringan adalah infrastuktur yang menghubungkan antara komputer dengan perangkat keras lainnya. Koneksi ini diperlukan karena komunikasi bisa terjadi jika antar komputer terhubung, termasuk didalamnya perpindahan data.

b. Informasi (*Informations*)

Informasi menjadi entitas penting di media sosial karena pengguna media sosial mengkreasikan representasi identitasnya, memproduksi konten, dan melakukan interaksi berdasarkan informasi.

c. Arsip (*Archive*)

Bagi pengguna media sosial, arsip menjadi sebuah karakter yang menjelaskan bahwa informasi telah tersimpan dan bias diakses kapanpun dan melalui perangkat apapun.

d. Interaksi (*Interactivity*)

Media sosial membentuk jaringan antar pengguna yang tidak sekedar memperluas hubungan pertemanan atau pengikut (*follower*) semata, tetapi harus dibangun dengan interaksi antar pengguna tersebut.

e. Simulasi Sosial (*Simulation of Society*)

Media sosial memiliki karakter sebagai medium berlangsungnya masyarakat (*society*) di dunia virtual. Media sosial memiliki keunikan dan pola yang dalam banyak kasus berbeda dan tidak dijumpai dalam tatanan masyarakat yang real.

f. Konten oleh pengguna (*User-Generated Content*)

Di Media sosial konten sepenuhnya milik dan berdasarkan kontribusi pengguna atau pemilik akun. UGC merupakan relasi simbiosis dalam budaya media baru yang memberikan kesempatan dan keleluasaan pengguna untuk berpartisipasi. Hal ini berbeda dengan media lama (tradisional) dimana khalayaknya sebatas menjadi objek atau sasaran yang pasif dalam distribusi pesan.

3. Jenis-Jenis Media Sosial

Menurut Nasullah (2015) setidaknya ada enam kategori besar untuk melihat pembagian media sosial, yakni:

a. Media Jejaring Sosial (*Social networking*)

Media jejaring sosial merupakan *medium* yang paling *popular*. Media ini merupakan sarana yang biasa digunakan pengguna untuk melakukan hubungan sosial, termasuk konsekuensi atau efek dari hubungan sosial

tersebut di dunia virtual. Karakter utama dari situs jejaring sosial adalah setiap pengguna membentuk jaringan pertemanan, baik terhadap pengguna yang sudah diketahuinya dan kemungkinan saling bertemu di dunia nyata (offline) maupun membentuk jaringan pertemanan baru. Contoh jejaring sosial yang banyak digunakan adalah *facebook* dan *LinkedIn*.

b. Jurnal *Online* (blog)

Blog merupakan media sosial yang memungkinkan penggunanya untuk mengunggah aktifitas keseharian, saling mengomentari dan berbagi, baik tautan web lain, informasi dan sebagainya. Pada awalnya blog merupakan suatu bentuk situs pribadi yang berisi kumpulan tautan ke situs lain yang dianggap menarik dan diperbarui setiap harinya. Pada perkembangan selanjutnya, blog banyak jurnal (tulisan keseharian pribadi) pemilik media dan terdapat kolom komentar yang bisa diisi oleh pengguna. Secara mekanis, jenis media sosial ini bias dibagi menjadi dua, yaitu kategori personal homepage, yaitu pemilik menggunakan nama domain sendiri seperti .com atau .net dan yang kedua dengan menggunakan fasilitas penyedia halaman weblog gratis, seperti wordpress atau blogspot.

c. Jurnal Online Sederhana atau *Microblog* (*Micro-Blogging*)

Tidak berbeda dengan jurnal *online* (blog), *microblogging* merupakan jenis media sosial yang memfasilitasi pengguna untuk menulis dan memublikasikan aktifitas serta atau pendapatnya. Contoh *microblogging* yang paling banyak digunakan adalah *Twitter*.

d. Media Berbagi (*Media Sharing*)

Situs berbagi media merupakan jenis media sosial yang memfasilitasi penggunaanya untuk berbagi media, mulai dari dokumen (*file*), video, audio, gambar, dan sebagainya. Contoh media ini adalah: *Youtube*, *Flickr*, *Photo-bucket*, atau *snappfish*.

e. Penanda sosial (*Social Bookmarking*)

Penanda sosial merupakan media sosial yang bekerja untuk mengorganisasi, menyimpan, mengelola, dan mencari informasi atau berita tertentu secara online. Beberapa situs sosial *bookmarking* yang populer adalah *delicious.com*, *stumbleUpon.com*, *Digg.com*, *Reddit.com* dan untuk di Indonesia ada *LintasMe*.

f. Media konten bersama atau wiki.

Media sosial ini merupakan situs yang kontennya hasil kolaborasi dari para penggunaanya. Mirip dengan kamus atau ensiklopedi, wiki menghadirkan kepada pengguna pengertian, sejarah hingga rujukan buku atau tautan tentang satu kata. Dalam prakteknya, penjelasan-penjelasan tersebut dikerjakan oleh pengunjung, artinya ada kolaborasi atau kerjasama dari semua pengunjung untuk mengisi konten dalam situs ini.

D. Gambaran Kepuasan *Body Image* pada Wanita dalam Penggunaan Media Sosial

Seorang wanita pasti sering kali menggunakan media sosial sebagai tempat berinteraksi sesama pengguna, bertemu atau berkenalan dengan orang-orang baru dan sebagai tempat untuk memposting tentang dirinya. Berdasarkan fenomena

yang diteliti oleh peneliti, Wanita sering kali merasa tidak puas terhadap *body image* yang dimilikinya pada saat menggunakan media sosial, karena pada saat Wanita mendengar pendapat-pendapat yang buruk terhadap *body image* yang dimilikinya, Wanita akan merasakan insecure dan tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Wanita juga sering merasa tidak puas terhadap *body image* ketika wanita tersebut melihat orang-orang di media sosial yang mempunyai badan ideal dan lebih baik darinya.

Menurut Nasrullah (2015) ada beberapa pembagian media sosial, salah satunya yaitu Media Jejaring Sosial. Media ini merupakan sarana yang biasa digunakan pengguna untuk melakukan hubungan sosial, termasuk konsekuensi atau efek dari hubungan sosial tersebut di dunia virtual.

Amalia (dalam Amandha & Ifdhil, 2015) mengemukakan bahwa Setiap individu memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkannya termasuk bentuk tubuh ideal seperti apa yang dimilikinya. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya.

Tingkat *body image* individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain (Amandha & Ifdhil 2015).

Beberapa uraian teori diatas, dapat mendukung fenomena yang diteliti oleh peneliti mengenai Gambaran Tingkat Kepuasan *Body Image* pada Wanita dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, karena pada setiap penggunaan media sosial pasti akan memiliki hubungan sosial serta konsekuensi dalam penggunaan media sosial tersebut. Salah satunya adalah dapat mempengaruhi tingkat kepuasan *body image* yang dimilikinya. Wanita sangat memperhatikan bentuk tubuhnya, maka dari itu wanita sangat ingin memiliki bentuk tubuh ideal yang akan memunculkan rasa tidak puas atau puas dengan bentuk tubuhnya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian merupakan cara yang digunakan oleh peneliti untuk mencapai tujuan yang jelas dan mencapai hasil dari fenomena yang diteliti. Pendekatan penelitian adalah cara utama yang dipilih untuk mendapatkan jawaban atas segala permasalahan yang diajukan (Sukandarrumidi, dalam Salma, 2021). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah suatu penelitian ilmiah yang bertujuan untuk memahami suatu fenomena dalam konteks sosial secara alamiah dengan mengedepankan proses interaksi komunikasi yang mendalam antara peneliti dengan fenomena yang diteliti (Wan, 2020).

Metode penelitian kualitatif ini secara spesifik lebih diarahkan kepada metode fenomenologi. Menurut Creswell (dalam Sugiyono 2014) fenomenologi adalah salah satu jenis pendekatan kualitatif dimana dalam pendekatan jenis ini peneliti melakukan sebuah observasi kepada partisipan untuk mengetahui fenomena-fenomena yang terjadi dalam hidup partisipan tersebut.

Berdasarkan dari beberapa teori tentang penelitian kualitatif diatas, dapat disimpulkan bahwa penelitian kualitatif merupakan penelitian yang digunakan oleh peneliti agar mendapatkan informasi-informasi dalam fenomena yang diteliti agar mencapai tujuan dan hasil yang jelas dalam penelitian tersebut. Peneliti harus turun langsung ke lapangan agar di situasi tertentu. Penelitian dengan pendekatan kualitatif berlangsung jika terjadinya interaksi antara peneliti dengan subjek

secara alami. Kegiatan yang dilakukan peneliti di lokasi penelitian adalah mengamati, bertanya, mencatat, hingga menggali informasi yang berhubungan dengan apa yang diteliti.

Alasan peneliti menggunakan Metode kualitatif dikarenakan metode penelitian ini fokus pada pengamatan yang mendalam. Oleh karenanya, penggunaan metode kualitatif dalam penelitian dapat menghasilkan kajian atas suatu fenomena yang lebih komprehensif.

B. Subyek Penelitian

Subjek dalam suatu penelitian adalah seorang individu, benda atau organisme yang akan dijadikan sebagai sumber informasi yang nantinya dibutuhkan untuk pengumpulan data penelitian. Subjek dapat disebut juga sebagai populasi. Sugiyono (2018) mengungkapkan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek/objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Subyek dalam penelitian ini adalah 3 wanita di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Tiga wanita ini dipilih berdasarkan analisis awal mengenai gambaran kepuasan *body image* dalam penggunaan media sosial, subjek tersebut dipilih berdasarkan *dashboard* penggunaan media sosial yang paling aktif.

C. Sampling

Sugiyono (dalam Fuady, 2020) mengemukakan bahwa Sampling merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, sehingga jumlah

sampel yang diambil harus dapat mewakili populasi pada penelitian. Anggota sampel yang tepat digunakan menurut dalam penelitian tergantung pada tingkat kesalahan yang dikehendaki. Semakin besar jumlah sampel dari populasi yang diteliti, maka peluang kesalahan semakin kecil dan begitu sebaliknya (Sugiyono, dalam Fuady, 2020).

Teknik yang diambil dalam penelitian yang diteliti oleh peneliti adalah *purposive sampling*, yang merupakan sebuah metode pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, misalnya orang tersebut dianggap paling mengetahui tentang apa yang kita harapkan. Penggunaan *purposive sampling* dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial di Fakultas Psikologi Muhammadiyah Aceh. Peneliti mengambil subjek ini dikarenakan subjek tersebut memenuhi kriteria untuk diteliti. Berikut merupakan kriteria subjek penelitian dalam penelitian ini:

- a. Wanita yang memiliki usia 22-25 tahun.
- b. Wanita Psikologi Semester 8.
- c. Wanita yang memiliki *dashboard* penggunaan media sosial yang paling aktif.

Berdasarkan kriteria diatas, maka subjek dalam penelitian ini yaitu 3 wanita yang memiliki gambaran mengenai kepuasan *body image* dalam penggunaan media sosial.

D. Teknik Pengumpulan Data

Metode yang digunakan untuk mengetahui atau mencari informasi mengenai penelitian yang diteliti oleh peneliti yaitu dengan cara melakukan wawancara observasi dan memberikan kuesioner sebagai pendukung. Hal tersebut bertujuan untuk mendapatkan informasi yang jelas dan akurat. Kemudian beberapa uraian mengenai metode yang digunakan yaitu sebagai berikut :

1. Observasi

Morris (dalam Amir, 2014) mengemukakan bahwa observasi adalah aktivitas mencatat suatu gejala/peristiwa dengan bantuan alat instrument untuk merekam/mencatatnya guna tujuan ilmiah atau tujuan lainnya. Dengan demikian, pengamat (observer) menggunakan seluruh panca indera untuk mengumpulkan data atau informasi melalui interaksi langsung dengan orang yang diamati. Pengamat harus menyaksikan secara langsung semua peristiwa atau gejala yang sedang diamati.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi partisipan. Dimana peneliti terlibat secara aktif dengan objek penelitian dan mengamati kegiatan yang dilakukan oleh objek penelitian untuk mengumpulkan data. Data yang diperoleh melalui observasi partisipan dalam penelitian akan lebih lengkap, dan tajam, dan sampai mengetahui pada tingkat makna dari setiap perilaku yang terlihat (Sugiyono, 2018).

Tabel 1.
Panduan Observasi Umum

No	Indikator
1	Gambar umum subjek.
2	Kondisi fisik dan penampilan subjek saat penelitian.
3	Bahasa tubuh yang ditunjukkan oleh subjek selama proses wawancara.
4	Eksperesi wajah subjek selama penelitian.
5	Kondisi emosional subjek selama penelitian.
6	Sikap dan perilaku subjek saat wawancara.
7	Hubungan subjek dengan teman-teman, dan lingkungan sosialnya

2. Metode Wawancara

Sigh (dalam Luqman, 2013) mengemukakan bahwa wawancara merupakan situasi berhadapan-hadapan antara pewawancara dan responden yang dimaksudkan untuk menggali informasi yang diharapkan, dan bertujuan mendapatkan data tentang responden dengan minimum bias dan maksimum efisiensi. Sementara Steward & Cash (1982) wawancara merupakan sebuah proses komunikasi *dyad* (interpersonal), dengan tujuan yang telah ditentukan sebelumnya, bersifat serius, yang dirancang agar tercipta interaksi yang melibatkan aktivitas bertanya dan menjawab pertanyaan (Steward & Cash, dalam Luqman, 2013). Wawancara yang akan dilakukan oleh peneliti adalah wawancara semi terstruktur. Menurut Esterberg (dalam Sugiyono, 2018) wawancara semi terstruktur bertujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana subjek yang diwawancara diminta untuk menyampaikan pendapat dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara, peneliti harus mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang disampaikan oleh informan.

Tabel 2.
Panduan Wawancara Khusus Faktor-Faktor yang *Body Image*
(Cash, dalam Amandha dan Ifdhil 2015)

No	Faktor-Faktor <i>Body Image</i>	Indikator
1	Jenis Kelamin	a. Tingkat Kepuasan Tubuh b. <i>Body Image</i> Negatif c. Massa Otot d. Merasa Tidak Puas
2	Media Massa	a. Standar Kecantikan b. Pengaruh Media Massa c. Dampak Negatif Media Sosial
3	Hubungan Interpersonal	a. Perbandingan Diri b. Penampilan Fisik c. Kecemasan

Tabel 3.
Panduan Wawancara Khusus Aspek-Aspek *Body Image*
(Cash, dalam Amandha dan Ifdhil 2015)

No	Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	Indikator
1	<i>Appearance evalution</i>	a. Perhatian Individu Mengenai Fisiknya
2	<i>Appearance orientation</i>	a. Perhatian Individu dalam Berpenampilan
3	<i>Body area satisfaction</i>	a. Bagian Tubuh
4	<i>Overweight preoccupation</i>	a. Berat Badan
5	<i>Self-classified weight</i>	a. Penilaian Bentuk Tubuh

E. Analisis Data

Muhadjir (dalam, Ahmad, 2018) mengemukakan pengertian analisis data sebagai upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi, wawancara, dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan bagi orang lain. Sedangkan untuk meningkatkan pemahaman tersebut analisis perlu dilanjutkan dengan berupaya mencari makna.

Teknik yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif atau lebih spesifik menggunakan metode interaktif. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga dapat dengan

mudah dipahami, dan tentunya dapat diinformasikan kepada orang lain (Sugiyono, dalam Alfi, 2017). Miles, Huberman dan Saldana (dalam Alfi, 2017) mengemukakan bahwa ada beberapa komponen dalam analisis data yaitu sebagai berikut :

a. Kondensasi Data (*Data Condensation*)

Kondensasi data merujuk pada proses pemilihan, memfokuskan, menyederhanakan, mengabstraksikan, dan mentransformasikan data yang mendekati keseluruhan bagian dari catatan lapangan secara tertulis, transkrip wawancara, dokumen-dokumen dan materi-materi empiris. Kesimpulannya bahwa proses kondensasi data ini diperoleh setelah peneliti melakukan wawancara dan mendapatkan data tertulis yang ada di lapangan, yang nantinya transkrip wawancara tersebut dipilah-pilah untuk mendapatkan fokus penelitian yang dibutuhkan oleh peneliti.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Penyajian data merupakan sebuah pengorganisasian, penyatuan, dan informasi yang disimpulkan. Penyajian data disini juga membantu dalam memahami konteks penelitian karena melakukan analisis yang lebih mendalam.

c. Penarikan Kesimpulan (*Conclusions Drawing*)

Penarikan kesimpulan disini dilakukan peneliti dari awal peneliti mengumpulkan data seperti mencari pemahaman yang tidak memiliki pola, mencatat keteraturan penjelasan, dan alur sebab akibat, yang tahap akhirnya disimpulkan keseluruhan data yang diperoleh peneliti.

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam penelitian kualitatif merupakan temuan yang baru, dalam pengertian lain lain temuan tersebut masih bersifat samar-samar atau kurang jelas. Disini peneliti berusaha memperjelas dengan menggunakan teori yang sudah teruji keberhasilannya, lalu peneliti menganalisis temuan baru tersebut sehingga menjadi jelas dengan menggunakan komponen dari analisis data yaitu Kondensasi data (*data condensation*), Penyajian Data (*data display*), Penarikan Kesimpulan (*Conclusion Drawing*).

F. Keterpercayaan Penelitian (*Trustworthiness Research*)

1. Validitas (*Credibility*)

Sugiharto dan Sitinjak (dalam Musrifah, La Moh, dan Henriette, 2020) validitas berhubungan dengan suatu peubah mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas dalam penelitian menyatakan derajat ketepatan alat ukur penelitian terhadap isi sebenarnya yang diukur. Uji validitas adalah uji yang digunakan untuk menunjukkan sejauh mana alat ukur yang digunakan dalam suatu mengukur apa yang diukur. Ghozaali (dalam Musrifah, La Moh, dan Henriette, 2020) menyatakan bahwa uji validitas digunakan untuk mengukur sah, atau valid tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesionermampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut.

Suatu tes dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut. Suatu tes menghasilkan data

yang tidak relevan dengan tujuan diadakannya pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah. Sisi lain dari pengertian validitas adalah aspek kecermatan pengukuran. Suatu alat ukur yang valid dapat menjalankan fungsi ukurnya dengan tepat, juga memiliki kecermatan tinggi. Arti kecermatan disini adalah dapat mendeteksi perbedaan-perbedaan kecil yang ada pada atribut yang diukurnya.

2. Realibilitas (*Dependality*)

Reliabilitas berasal dari kata *reliability*. Pengertian dari *reliability* (reabilitas) adalah keajegan pengukuran (Walizer, 1987). Sugiharto dan Situnjak (2006) menyatakan bahwa reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian untuk memperoleh informasi yang digunakan dapat dipercaya sebagai alat pengumpulan data dan mampu mengungkapkan informasi yang sebenarnya dilapangan. Ghazali (2009) menyatakan bahwa reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari peubah atau konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Reliabilitas suatu test merujuk pada derajat stabilitas, konsistensi, daya prediksi, dan akurasi. Pengukuran yang memiliki reliabilitas yang tinggi adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel.

3. Kemampuan Aplikasi (*Applicability/Transferability*)

Kemampuan aplikasi adalah validitas eksternal dalam penelitian kualitatif. Validitas eksternal menunjukkan derajat akurasi apakah hasil penelitian dapat digeneralisasikan atau diterapkan pada populasi dimana sampel tersebut diambil.

Nilai transfer ini berkenaan dengan pertanyaan sejauh mana hasil penelitian dapat digunakan dalam situasi lain. Dengan demikian, pembaca menjadi jelas dalam memahami hasil penelitian tersebut, sehingga dapat memutuskan bisa tidaknya untuk mengaplikasikan hasil penelitian tersebut di tempat lain (Faisal, dalam Sugiyono, 2015).

4. Obyektifitas (*Confirmability*)

Obyektifitas dalam penelitian kualitatif dapat disebut juga dengan pengujian *confirmability*. Penelitian dapat dikatakan objektif apabila hasil penelitian telah disepakati banyak orang. Menguji *confirmability* berarti menguji hasil penelitian yang berkaitan dengan proses yang dilakukan, sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian tersebut telah memenuhi standar *confirmability*. Dalam penelitian jangan sampai prosesnya tidak ada, tapi hasilnya ada (Sugiyono, 2013).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Tahap orientasi kancan penelitian memiliki tahapan dilalui untuk mendapatkan pengenalan yang lebih jauh mengenai area penelitian yang spesifik dan mempersiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan. Tujuannya adalah untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan mengenai fenomena permasalahan yang akan diteliti.

Penelitian ini akan dilakukan di lingkungan Universitas Muhammadiyah Aceh yang dimana lebih tepatnya penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Sesuai dengan judul penelitian yang akan peneliti lakukan penelitian yaitu mengenai “Gambaran Kepuasan *Body Image* Pada Wanita Dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh”.

Universitas Muhammadiyah Aceh merupakan salah satu perguruan tinggi dikota Banda Aceh berdiri pada tanggal 11 Maret 1987 oleh dekan yang pertama A.Wahab Daud, S.H telah diusulkan kepada kopertis untuk mendapatkan status terdaftar setelah masa jabatan Dekan A. Wahab Daud, S.H. berakhir, maka Perguruan Tinggi ini dipimpin oleh Dekan Amaliah, S.H. dalam periode ini status terdaftar juga terus diusahakan. Setelah kepemimpinan Amaliah, S.H. berakhir (1974-1976), Perguruan Tinggi ini selanjutnya dipimpin oleh Dekan T. Juned, S.H. (1976-1979). Untuk memenuhi ketentuan pemerintah tentang Perguruan

Tinggi Swasta, maka pada awal tahun 1976 nama Fakultas Hukum Ilmu Pengetahuan Kemasyarakatan diubah namanya menjadi Sekolah Tinggi Ilmu Hukum (STIH) Muhammadiyah Aceh. Setelah periode Dekan T. Juned, S.H. berakhir, mulai 01 Agustus 1979 Dekan STIH dijabat oleh H. Zainal Abidin Abubakar, S.H.

Universitas Muhammadiyah Aceh saat ini memiliki 7 fakultas salah satu ialah fakultas psikologi, fakultas Psikologi merupakan salah satu Program studi yang ada di Universitas Muhammadiyah Aceh (UNMUHA), prodi Psikologi UNMUHA mulai beroperasi dan menerima mahasiswa pertama kali setelah diterimanya izin operasional Penyelenggaraan Program Studi dari pemerintah melalui SK Mendiknas No 3495/D/T/2004 dan telah mendapat perpanjangan Ijin Penyelenggaraan Program studi berdasarkan SK NO 777/D/T/2008 (berakhir tanggal 30 Agustus 2012) dan tahun 2011 Prodi Psikologi sudah terakreditasi BAN PT. Pada tahun 2016, Prodi Psikologi UNMUHA telah terakreditasi peringkat B berdasarkan Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Nomor: 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021.

B. Persiapan Penelitian

1. Persiapan Penelitian

Adapun persiapan penelitian yang pertama adalah mempersiapkan diri dengan baik untuk meminimalisir kesalahan yang tidak diinginkan selama proses penelitian. Persiapan penelitian dimulai dengan melakukan observasi dan wawancara awal, adapun pada penelitian ini ada beberapa hal yang harus dipersiapkan, yaitu:

- a. Mengumpulkan data mengenai latar belakang subjek untuk memastikan apakah subjek memenuhi kriteria dalam penelitian ini,
- b. Menyusun pedoman wawancara dan pedoman observasi,
- c. Menghubungi subjek untuk menjelaskan tentang maksud dan tujuan penelitian, serta menanyakan kesediannya untuk menjadi subjek dalam penelitian ini,
- d. Apabila subjek menyatakan bersedia untuk menjadi subjek penelitian, selanjutnya peneliti membangun *rapport* dengan subjek penelitian,
- e. Mempersiapkan kebutuhan untuk mengumpulkan data seperti:
 - 1) Alat perekam.
 - 2) Alat tulis.
 - 3) Daftar pertanyaan yang akan digunakan untuk menanyakan hal mengenai fokus penelitian.
 - 4) Surat pernyataan persetujuan (*Informed Consent*).

2. Tahapan Pelaksanaan Penelitian

Setelah melakukan persiapan penelitian, tahapan selanjutnya dengan melaksanakan wawancara yang dilakukan sesuai dengan tempat dan waktu yang telah disepakati sebelumnya antara peneliti dengan subjek penelitian. Sebelum melakukan wawancara, peneliti menjelaskan kembali maksud dan tujuan pelaksanaan penelitian. Adapun tahapan pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Sehari sebelum melaksanakan penelitian, peneliti mengkonfirmasi kembali waktu dan tempat wawancara. Hal tersebut bertujuan untuk memastikan kehadiran dan kondisi subjek penelitian.
- b. Wawancara dilakukan berdasarkan pedoman yang telah ditetapkan sebelumnya. Selain melakukan wawancara, peneliti juga melakukan observasi terhadap subjek dan lingkungan tempat penelitian dilakukan.
- c. Selanjutnya peneliti memindahkan hasil dari wawancara yang telah selesai ke dalam bentuk verbatim wawancara.
- d. Kemudian yang terakhir membuat kesimpulan dari setiap permasalahan yang ditemui dan menuliskan pada hasil penelitian, kemudian menyapaikan kekurangan dari penelitian dan menyarankan hal penting untuk peneliti selanjutnya.

3. Jumlah dan Karakteristik Subjek

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Identitas Subjek Penelitian

Tabel 4.
Gambaran Umum Data Subjek

Keterangan	Subjek I	Subjek II	Subjek III
Nama (Inisial)	RZ	RO	NZ
Usia	24 Tahun	22 Tahun	22 Tahun
Agama	Islam	Islam	Islam
Pekerjaan	Mahasiswa	Mahasiswa	Mahasiswa

b. Pelaksanaan Penelitian

Tabel 5.
Jadwal Pelaksanaan Wawancara Subjek

No	Tanggal Wawancara	Kegiatan	Waktu Wawancara	Tempat Wawancara
Subjek I				
1.	03 Agustus 2023	Wawancara dan Observasi	10.00-10.50 WIB	Unmuha
2.	05 Agustus 2023	Wawancara	09.15-09.45 WIB	Cafe Sippin
3.	07 Agustus 2023	Wawancara	15.22-16.12 WIB	Cafe Sippin
Subjek II				
1.	04 Agustus 2023	Wawancara dan Observasi	09.00-09.47 WIB	Unmuha
2.	06 Agustus 2023	Wawancara	12.00-12.34 WIB	Cafe sippin
3.	08 Agustus 2023	Wawancara	11.00-11.47 WIB	Cafe Sippin
Subjek III				
1.	05 Agustus 2023	Wawancara dan Observasi	15.00-15.55 WIB	Unmuha
2.	07 Agustus 2023	Wawancara	10.12-11.07 WIB	Rumah Subjek
3.	08 Agustus 2023	Wawancara	14.00-14.55 WIB	Rumah Subjek

c. *Alloanamnesia*

Tabel 6.
Identitas Alloanamnesia Subjek Penelitian

1) Teman Subjek

No	Identitas Subjek Penelitian	Wawancara		Tempat
		Hari & Tanggal	Waktu	
1.	Alloanamnesia subjek I Nama/Inisial: NBM Hubungan dengan Subjek: teman Usia: 22 Tahun Pekerjaan: Mahasiswi Alamat:	Rabu, 09 Agustus 2023	22.00 WIB	Via Telepon
2.	Alloanamnesia subjek I Nama/Inisial: MH Hubungan dengan Subjek : Teman	Rabu, 09 Agustus 2023	20.00 WIB	Via Telepon
3.	Alloanamnesia subjek I Nama Inisial: IS Hubungan dengan Subjek: Teman	Rabu, 09 Agustus 2023	17.00 WIB	Via Telepon

C. Hasil Penelitian

1. Subjek I

a. Hasil Observasi Subjek I

No	Indikator yang diamati	Hasil Observasi
1.	Gambaran Umum Subjek	a. Seorang wanita yang berumur 24 tahun. b. Tinggi badan 151 cm dan berat badan 59 kg. c. Berkulit berwarna gelap. d. Hidung pesek. e. Bentuk wajah yang sedikit bulat. f. Bibir yang tipis.
	Kondisi Fisik dan Penampilan subjek saat Penelitian	a. Terlihat Sehat. b. Memakai baju berwarna putih. c. Memakai rok berwarna biru.
	Bahasa Tubuh yang ditunjukkan oleh subjek selama proses wawancara	a. Subjek menunjukkan <i>gesture</i> tubuh rileks saat menjawab pertanyaan. b. Subjek selalu melakukan kontak mata dengan peneliti ketika menjawab pertanyaan.
	Eksperesi wajah subjek selama penelitian	a. Subjek menjawab pertanyaan dengan ekspresi serius. b. Subjek terkadang terlihat tersenyum ketika menjawab pertanyaan dari peneliti.
	Kondisi emosional subjek selama penelitian	a. Subjek terlihat tenang ketika menjawab pertanyaan. b. Subjek terkadang murung ketika menjawab pertanyaan.
	Sikap dan perilaku subjek saat menggunakan media sosial	a. Subjek terlihat aktif dalam menggunakan media sosial seperti instagram dan tiktok. b. Subjek terkadang membandingkan dirinya dengan orang-orang yang ditampilkan di media sosial.
	Hubungan subjek dengan teman-teman, dan lingkungan sosialnya	a. Subjek terlihat dekat dengan temannya. b. Selama penelitian subjek terlihat sedang berdiskusi dengan temannya mengenai tren-tren yang ditampilkan di media sosial.

b. Hasil Wawancara Subjek I

1) Informasi Umum

a) Biodata

Subjek adalah seorang mahasiswi asal Banda Aceh yang berumur 24 tahun. Berikut keterangan dari subjek:

“Boleh Ferdi, perkenalkan nama saya RZ, lahir di Banda Aceh tanggal 15 bulan mei tahun 1999.”
(Verbatim, R0016-R0018).

b) Berat Badan

Subjek memiliki berat badan 59 kg dan memiliki tinggi badan sekitar 153 cm. Berikut keterangan dari subjek:

“Berat saya 59, kalo tinggi saya 153 cm”.
(Verbatim, R0059).

2) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Berdasarkan hasil wawancara terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *body image* dan ketiga faktor tersebut terungkap dalam hasil wawancara, yaitu:

a) Jenis Kelamin

Ada empat indikator yang terungkap dari faktor jenis kelamin, yaitu:

(1) Tingkat Kepuasan Hidup

Subjek berpendapat bahwa wanita lebih memperhatikan *body goals* yang ingin dimiliki seperti yang ditampilkan di media sosial. Subjek berpendapat bahwa jika tidak langsing berarti tidak memiliki *body goals* yang menarik. Berikut keterangan dari subjek:

“Karena mungkin perempuan itu lebih peduli penampilan ya, kaya pakaian dari bawah sampai atas cocok, terus kalo soal bentuk tubuh juga, apalagi sekarang ada standar tubuh ideal di media sosial kayak punya badan bagus tu kayak body goals, mungkin kalo ga kurus gitu berasa ga cantik gitu terus kalo misalnya kita gendut tu kayak bukan standar di media sosial tu dan lingkungan kita gitu lah”.
(Verbatim, R0023-R0032).

(2) *Body Image* Negatif

Subjek berpendapat bahwa jika pria tidak terlalu memperhatikan penampilannya dibanding wanita. Subjek lebih

memperhatikan penampilan fisik yang harus memiliki tubuh yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo laki-laki mungkin lebih cuek yang tentang penampilan tapi kebanyakan laki-laki yang aku jumpa sih cuek ke penampilan yang penting mereka nyaman aja sama yang mereka pakai, tapi kalo perempuan itu lebih lihat penampilan agar tidak terlihat gendut dan biar lebih percaya diri. Kalau menurut aku sendiri sih aku ga percaya diri sama bentuk tubuh aku, aku gemuk dan pendek.”

(Verbatim, R0036-R0044).

(3) Massa Otot

Subjek tidak berkeinginan untuk membesarkan massa otot seperti laki-laki, subjek ingin memiliki tubuh ideal seperti artis-artis yang ditampilkan media sosial. Berikut keterangan dari subjek:

“Massa otot seperti laki-laki sih engga, tetapi ada ideal tubuh sendiri untuk otot perempuan ga seperti laki-laki, kayak siapa tu, aderai ya, nah itu, tapi kalo body goals ala-ala cinta laura aku sih oke banget.”

(Verbatim, R0063-R0077).

(4) Merasa Tidak Puas

Subjek merasa tidak puas terhadap bagian-bagian tubuh yang dimilikinya karena subjek memiliki perut yang buncit, paha yang agak besar dan memiliki tubuh yang pendek. Berikut keterangan dari subjek:

“Karena saya perutnya buncit ya, paha saya juga besar tapi apalagi soal pendek ya cuma karena saya bisa siasatin pake baju ya, soalnya saya berhijab, pake bajunya panjang-panjang gitu kan bisa di manipulasi gitu biar kelihatan kurus, ga gendut dan bantet gitu.”

(Verbatim, R0075-R0080).

Subjek merasa tidak puas karena tidak memiliki badan yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo saya maunya jadi tinggi, ga pendek kayak sekarang, terus saya juga gamau gemuk saya juga gamau buncit, itu sih badan ideal yang saya inginkan”
(Verbatim, R0226-R0229).

b) Media Massa

Terdapat tiga indikator dari faktor media massa, yaitu:

(1) Standar Kecantikan

Standar kecantikan yang ditampilkan media sosial membuat subjek terpengaruh agar memiliki tubuh yang langsing. Berikut keterangan subjek:

“Iya, karena saya pengen kayak cewe-cewe dimedia sosial yang perutnya langsing dan kempes ga buncit seperti saya, jadi kalo mau pake baju apa aja juga cocok semua.”
(Verbatim, R0085-R0088).

(2) Pengaruh Media Massa

Subjek berpendapat bahwa jika ingin memiliki tubuh ideal seperti yang ditampilkan media sosial itu hal yang wajar, namun harus dengan cara yang *healty*. Berikut keterangan dari subjek:

“Sebenarnya kalo perempuan tu pengen punya badan-badan ideal tu ga salah ya kayak di media sosial gitu tapi dengan catatan dengan cara yang healthy, saya juga pengen menyampaikan ke semua perempuan misal mau punya badan yang ideal ga salah tapi dengan cara yang sehat, tapi jangan pengen kurus tapi dietnya masi salah ga olahraga dan segala macam yang cobain obat-obat diet yang bikin sakit itu tu jangan.”
(Verbatim, R0103-R012).

(3) Dampak Negatif Media Sosial

Subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya karena melihat teman-temannya yang memiliki tubuh yang ideal di media sosial:

“Iya, karena teman-teman saya selalu memposting foto mereka dengan bentuk tubuh yang bagus dan enak dipandang, tidak seperti saya yang memiliki tubuh gemuk dan pendek, maka dari itu saya jadi tidak puas dan tidak percaya diri ketika memposting foto sendiri di media sosial.”

(Verbatim, R0117-R0123).

Subjek merasa tidak percaya diri dan *overthinking* mengenai bentuk tubuh yang dimilikinya karena melihat orang-orang di media sosial yang mempunyai bentuk tubuh yang ideal.

Berikut keterangan dari subjek:

“Iya bener, gara-gara media sosial tu saya jadi overthinking dan ga percaya diri, apalagi kan di media sosial banyak orang-orang hebat, habis tu orang-orang di media sosial tu kebanyakan cantik-cantik dan tinggi-tinggi, jadinya saya makin insecure, terus saya gara-gara itu pernah juga sampai hapus media sosial biar mengurangi rasa kurang percaya diri saya.”

(Verbatim, R0091-R0099).

c) Hubungan Interpersonal

Terdapat tiga indikator dari faktor hubungan interpersonal:

(1) Perbandingan Diri

Subjek sering membandingkan dirinya karena tidak memiliki badan yang ideal seperti teman-temannya. Berikut keterangan dari subjek:

“Yang buat saya bandingin diri saya dengan teman saya itu, kenapa sih saya ga bisa punya tubuh langsing seperti mereka, kenapa sih saya ga tinggi kayak mereka, saya juga pengen kayak mereka, pengen di puji-puji cantik sama orang-orang juga.”

(Verbatim, R0127-R0132).

Subjek terkadang mengalami stress karena sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain yang membuat subjek berkeinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang menarik.

Berikut keterangan dari subjek:

“Bikin stress sih, bikin cemas, pengen bisa kayak dia, emang susah juga kan banding-bandingin diri sama orang lain gitu, lebih ke stress sih cuman saya lebih belajar selflove lagi.”
(Verbatim, R0135-R0140).

(2) Penampilan Fisik

Subjek merasa tidak percaya diri dan merasa *insecure* ketika mendapat tanggapan yang negatif dari orang-orang mengenai penampilan fisiknya:

“Kalo saya sih iya, karena kan saya ga percaya diri dengan penampilan fisik saya, apalagi kalo ada orang memberi tanggapan yang negatif pada saya otomatis saya jadinya lebih insecure dan mungkin juga sakit hati gara-gara dapat tanggapan negatif dari orang-orang.”
(Verbatim, R0144-R0150).

Subjek sering mendapat komentar-komentar yang negatif dari orang-orang seperti di dirundung memiliki badan pendek dan perut yang buncit. Berikut keterangan dari subjek:

“Lebih ke fisik saya sih, saya ga suka selalu di bilang pendek sama orang-orang walaupun emang nyatanya pendek, tapi saya ga terima aja di ejek-ejek kayak gitu, bukannya kasih masukan malah ngejek-ngejek gajelas, saya pernah sampai nangis gara-gara diejek kayak gitu. Saya juga pernah di ejek udah pendek buncit lagi, gimana saya ga sakit hati coba”
(Verbatim, R0153-R0160).

Walaupun merasa sakit hati subjek lebih memilih diam dan tidak melawan ketika mendapat komentar yang negatif terhadap bentuk tubuhnya. Subjek juga berusaha untuk memiliki badan yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Lebih ke mendem aja sih kalo aku walaupun terkadang emang bikin sakit hati, yang penting saya usaha dulu sebisanya untuk berubah menjadi lebih baik.”
(Verbatim, R0164-R0167).

Subjek merasa tertekan dengan ekspektasi orang-orang terhadapnya mengenai penampilan fisiknya yang dimiliki. Berikut keterangan dari subjek:

“Ekspektasi orang-orang, ya mungkin ada sih kayak aku tu harus kurus, harus bisa berubah jadi punya tubuh yang langsing, tapi gara-gara ekspektasi orang-orang tu sayanya jadi tertekan dan malah membuat saya ga semangat dan terlalu memikirkan ekspektasi orang-orang terhadap saya.”
(Verbatim, R0171-R0177).

(3) Kecemasan

Ketika mendapatkan evaluasi yang buruk dari orang-orang terhadap bentuk tubuhnya, subjek merasa sakit hati dan membuat jadi tidak percaya diri lagi. Berikut keterangan dari subjek:

“Ya tergantung sih evaluasinya gimana, terkadang ada orang yang berusaha menjatuhkan dan ada juga orang emang memberikan masukan yang bagus, kalo mereka menjelekan saya mungkin akan sakit hati dan membuat saya malah makin ga percaya diri, tapi kalo orang yang memberikan masukan yang bagus saya merasa ya senang karena mereka juga ngomongnya baik-baik jadi saya juga terima baik-baik juga.”
(Verbatim, R0181-R0191).

Subjek merasa cemas ketika mendapat evaluasi dari orang-orang terhadap bentuk tubuhnya sehingga membuat subjek jadi tidak bersyukur terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya sih, karena waktu dapat evaluasi dari orang lain saya jadinya ga percaya diri karena yang awalnya saya udah percaya diri tiba-tiba dapat evaluasi dari orang lain jadinya saya ngerasa kok masih ada yang kurang ya menurut orang-orang.”
(Verbatim, R0196-R0201).

Subjek sering mendapat dukungan dari teman-temannya yang membuat subjek jadi merasa bahagia dan bersyukur dengan tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya iyaa, karena kawan dekat saya adalah support system saya, jadi apapun kekurangan saya di mata orang-orang lain tapi di mata teman saya, saya adalah perempuan yang harus bahagia dengan apa yang saya miliki dan wanita yang memiliki banyak kelebihan.”

(Verbatim, R0105-R0110).

3) Aspek-Aspek *Body Image*

Berdasarkan hasil wawancara terdapat lima aspek *body image* dan kelima aspek tersebut terungkap dalam hasil wawancara, yaitu:

a) *Appearance Evalution*

Terdapat satu indikator dari aspek *Appearance evalution*, yaitu:

(1) Perhatian Individu Mengenai Fisiknya

Subjek merasa tidak percaya diri karena melihat teman-temannya memiliki badan yang ideal dan membuat subjek jadi merasa berpikiran negatif terhadap bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Sebenarnya iya, tapi karena saya melihat teman-teman saya yang lebih memiliki badan yang ideal saya jadinya kurang percaya diri, dan saya kadang-kadang ngerasa penampilan saya tu buruk.”

(Verbatim, R0214-R0218).

Subjek berpendapat bahwa dirinya tidak memiliki badan yang ideal seperti teman-temannya. Berikut keterangan dari subjek:

“Tidak sih, karena teman-teman saya lebih menarik dibanding saya, karena saya masih jauh dari badan yang ideal dan penampilan saya.”

(Verbatim, R0222-R0225).

b) *Appearance Orientation*

Terdapat satu indikator dari aspek *Appearance orientation*, yaitu:

(1) Perhatian Individu dalam Berpenampilan

Subjek terkadang memperhatikan cara berpakaian agar terlihat menarik dan agar terhindar dari komentar-komentar yang tidak baik untuk dirinya. Berikut keterangan dari subjek:

“Kadang iya, kadang tidak, karena sebenarnya saya bisa pake apa aja yang saya inginkan tapi terkadang saya jadi harus lebih hati-hati kayak kemarin tu saya pernah dibilang mirip emak-emak karena baju saya kelihatan seperti ibu-ibu, padahal awalnya saya biasanya biasa aja, cuma gara-gara itu saya jadi berhati-hati dalam memilih pakaian.”
(Verbatim, R0234-R0241).

Subjek selalu menjaga penampilannya di media sosial agar terhindar dari perkataan-perkataan yang buruk dari orang-orang. Berikut keterangan dari subjek:

“Mungkin buruk atau baik, jadi saya harus menjaga penampilan saya agar terlihat bagus di media sosial.” “Iya, karena media sosial dapat membuat persepsi dari orang-orang terhadap kita,
(Verbatim, R0246-R0250).

Subjek terkadang peduli dengan yang dipikirkan oleh orang-orang tentang dirinya agar dapat lebih memperhatikan penampilannya. Berikut keterangan dari subjek:

“Sebenarnya saya engga terlalu peduli sih, tapi kadang emang ada tanggapan-tanggapan dari orang-orang yang bikin saya peduli tentang orang pikirkan tentang penampilan saya di media sosial, karena bisa jadi itu membuat saya lebih memperhatikan penampilan saya yang mungkin tidak enak dipandang oleh orang-orang.”
(Verbatim, R0266-R0273).

c) *Body Area Satisfaction*

Terdapat satu indikator dari aspek *Body area satisfaction*, yaitu:

(1) Bagian Tubuh

Subjek berpendapat bahwa dirinya tidak memiliki bentuk tubuh yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Menurut saya sih engga, karena saya tidak mancung juga, dan muka saya terlihat besar juga, tidak menarik kayak yang punya hidung mancung dan wajah yang tirus dan paha saya agak sedikit besar gitu, jadi saya engga terlalu suka sih begitu”
(Verbatim, R0276-R0281).

Subjek sering menutup bagian-bagian tubuhnya yang dianggap menonjol dan tidak menarik untuk dilihat. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya seperti yang saya bilang tadi, kalo terlihat misalnya terlihat gendut gitu dan mungkin saya edit dikit dan mungkin saya tutup pake stiker yang ada di instagram.”
(Verbatim, R0285-R0288).

d) *Overweight Preoccupation*

Terdapat satu indikator dari aspek *Overweight preoccupation*, yaitu:

(1) Berat Badan

Subjek merasa tidak percaya diri ketika perutnya menjadi buncit. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya karena saya ga mau terlihat perut saya menonjol di orang-orang, dan yang ada membuat saya makin tidak percaya diri.”
Verbatim, R0291-R0293).

Subjek menjalani program diet dan mulai hidup sehat dengan cara olahraga, tidur tepat waktu dan mengkonsumsi buah. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo diet ketat sih engga, tapi sih saya sekarang udah belajar untuk hidup sehat kayak olahraga, tidur cepet, dan mengkonsumsi buah-buahan.”
(Verbatim, R0297-R0300).

Subjek merasa cemas ketika berat badannya terus bertambah.

Berikut keterangan dari subjek:

“Iya karena saya gamau dibilang gendut sama orang-orang yang ada buat saya cemas tentang bentuk tubuh saya dan makin ga percaya diri sama diri sendiri.”
(Verbatim, R0304-R0307).

e) *Self-classified Weight*

Terdapat satu indikator dari aspek *Self-classified weight*, yaitu subjek berpendapat bahwa pandangan bentuk tubuh wanita itu seperti memiliki badan yang langsing dan tubuh yang tinggi. Berikut keterangan dari subjek:

“Ohh kalo tu sih mungkin kalo perempuan bentuk tubuhnya tu harus kurus, ga kurus-kurus kali sih, yang penting ga keliatan gemuk, dan juga kalo soal ukuran tubuh jangan pendek-pendek kali lah, Cuma gatau ya kalo laki-laki, mungkin laki lebih agar punya warna kulit yang putih sih, mungkin juga lebih ke gaya rambutnya gimana gitu kalo menurut saya”
(Verbatim, R0048-R0056).

Subjek berpendapat bahwa teman dekatnya memuji dirinya cantik, tetapi orang-orang lain memberikan perkataan yang tidak baik mengenai bentuk fisiknya. Berikut keterangan dari subjek:

“Tergantung sih, kalo kawan dekat bilang saya cantik, tapi kalo orang-orang lain mungkin sering ngatain saya pendek dan kurang cantik.”
(Verbatim, R0313-R0315).

c. Hasil Wawancara Alloanamnesa Subjek I (NBM)

Subjek adalah seorang mahasiswa yang aktif dalam bermedia sosial, namun subjek memiliki masalah terhadap *body image* yang dimilikinya, subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya.

Subjek merasa *insecure* karena memiliki tubuh yang pendek dan membuat subjek jadi merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Eee kalok menurut saya ya, eee oja gak begitu memiliki apa, kepuasan tubuh yang rendah dari laki-laki soalnya, saya liat dia jugak puas sama bentuk ee tubuhnya kayak misalnya warna kulitnyaa gitu kan wajah dia pun cantik putih, tross ya mungkin yang membuat dia insecure menurut saya, cuman ini yaa, dia agak pendek gitu orangnya jadi itu yang buat dia tuh gak begitu puas dengan tubuhnya.”
(Verbatim, N0024-N0033).

Subjek berpendapat bahwa pria lebih baik jika badannya lebih gemuk, tetapi jika wanita lebih baik mempunyai badan yang langsing agar kelihatan menarik. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ee kalok menurut saya, pandangan oja terhadap perbedaan bentuk tubuh antara perempuan dan ee laki-laki itu gimana yaa, saya kurang tau juga dia mandangnya gimana, cuman eee kalok misalnya menurut saya oja tuh sukak sama laki laki yang tubuhnya tuh proporsional kayak ee tinggi truss wajahnya ganteng gitu, abistuh eee perbedaan bentuk tubuh antara laki-laki dan perempuan, pandangan oja sih gak terlalu ini yaa, soalnya kan perempuan sama laki-laki tetap memiliki perbedaannya gitu kayak misalnya eee lakik-lakik kan mungkin cenderung lebih bagus badannya kalok berisi, tapi kalo misalnya perempuan menurut oja mungkin lebih bagus kalo perempuan tuh tubuhnya sedikit lebih kurus biar cantik gitu.”
(Verbatim, N0038-N0054).

Subjek tidak berkeinginan untuk menambah atau memiliki massa otot seperti pria lainnya. Subjek lebih ingin memiliki badan yang langsing. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Eeee menurut saya enggak yaa, soalnya kan oja kayak cewek feminim kali gitu trus eee paling si oja dia sukak olahraga biar tubuhnya segar truss biar kulitnya jugak katanya biar bagus gitukan sehat, tapi untuk eee ngembangin otot gitu enggak yaa untuk seorang oja, karena dia lebih sukak tubuhnya yang perempuan kali gitu.”
(Verbatim, N0058-N0065).

Subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, karena ingin memiliki tubuh yang tinggi serta badan yang langsing. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Yaa ini kayak yang saya bilang tadi yaa, mungkin oja terhadap kulitnya kek gitu terhadap warna kulit itu dia puas, ee terhadap wajahnya, parasnya tu dia puas. Tapi menurut saya mungkin yang buat dia kurang puas itu eee apa, berat tubuh sama tinggi tubuhnya gitu karena kan oja gak terlalu tinggi untuk seorang perempuan mungkin oja bisa dibilang pendek gitu, mungkin itu yang buat dia kurang puas sama eee bagian tubuhnya.”
(Verbatim, N0070-N0079).

Subjek sering mengikuti standar kecantikan seperti yang ditampilkan media sosial, subjek sering mengikuti *trend-trend* kecantikan yang ada di media sosial. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Eeee kalok misalnya oja mengikuti standar kecantikan iya sih menurut saya, kayak misalnya “oh ini lagi cantik model hijab gini” oja ikutin itu trus kayak misalnya “oh bagus pakek skincare ini gitu, bagus model alisnya gini” atau gimana gitu kan, itu oja bakal ikuti itu, tren tren yang ada di sosial media. trus apa ya, jadi menurut saya oja itu termasuk cewek yang mengikuti standar kecantikan yang ada di apah sosial media kayak misalnya bagaimana pakaian, bagaimana cara makeup gitu kayak saya bilang tadi.”
(Verbatim, N0083-N0094).

Subjek terkadang merasa *insecure* karena merasa ada yang lebih cantik darinya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Eee kalok menurut saya sendiri yaa, yang yang melihat oja jugak di sosial media, saya merasa oja udah cukup cantik gitu, udah cukup bagus tubuhnya eee yang dia posting di sosial media, tapi bagaimana tanggapan apa tadi bagaimana tanggapan oja terhadap tubuhnya yang dianggap ideal tuu menurut saya oja menanggapi dengan baik sih kek gitu, oja jugak ee

senang gitu tapi ya mungkin ada sisi insecure nya jugak yaa di oja pas itu karena yang saya tau jugak oja banyak insecure nya gitu, jadi kalok misalnya ee dia menganggap kadang-kadang yang dia post itu dia gak cantik lebih cantik orang, padahal dia termasuk yang cantik jugak gitu, ee make up nya bagus gak make up pun oja jugak cantik.”
(Verbatim, N0098-N0113).

Subjek sering merasa *insecure* dengan bentuk tubuhnya karena melihat wanita yang ada di media sosial lebih menarik dibanding dirinya. Subjek pernah menghapus aplikasi instagram untuk menghindari rasa *insecure* ketika melihat wanita-wanita yang memiliki badan yang ideal.

Berikut keterangan dari teman subjek:

“Iya yang kayak saya bilang tadi yaa, oja kan insecure-an eee anaknya, trus kayak kadang-kadang eee saking dia merasa insecure ni ya terhadap bentuk tubuh eee teman-temannya yang dia liat di media sosial atau siapapun, itu bahkan dia kayak apah menonaktifkan instagram gitu atau hapus akun insagram aplikasi instagram dari hp nya, untuk apa ya di bilang untuk biar dia jugak lebih eee bisa mencintai diri sendiri dengan tidak membandingkan eee dirinya dengan orang lain di sosial media gitu.”
(Verbatim, N0118-N0229).

Subjek terkadang membandingkan dirinya dengan orang lain mengenai ukuran tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Menurut saya, menurut saya tuh yang membuat oja membandingkan diri dengan teman-temannya, eeee eh ya kek bilang yang kek saya bilang tadi tu oja mungkin dia merasa kurang puas samaaa ukuran tubuhnya tapi kalo misalnya wajah, ya mungkin oja ini yaa bakal merasa dirinya tu ee cantik gitu, karena saya pun yaa jugak mengakui itu.”
(Verbatim, N0133-N0140).

Subjek merasa tidak percaya diri dan terkadang sulit untuk menghargai bentuk tubuh yang dimiliki. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Yaa menurut saya tuh kalok misalnya dampak negatif dari oja kalo dia membandingkan diri dengan orang lain tu yaa buat dia tuh menjadi gak percaya diri trus kayak apa yahh selalu merasa dirinya tuh rendah gitu trus kayak kadang-kadang jadi gak cinta sama dirinya sendiri padahal kan mau cantik atau apapun cantik itu relatif yaa jadi kayak kalau bisa yaa eee oja bisa lebih menghargai gitu bentuk tubuhnya kek gitu jadi kan dia gak akan merasa dampak negatifnya.”
(Verbatim, N0144-N0155).

Komentar-komentar yang tidak baik terhadap subjek membuat dirinya tidak percaya diri. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Eee memang ada yaa yang komen negatif untuk oja misalnya kayak “ihh udah gendut ya sekarang” kek gitu kan atau “udah lebih berisi yaa” kek gitu tu buat oja apa yaa jadi gak percaya diri jadi kurang percaya diri kek gitu, trus kayak misalnya tiba-tiba di mukak oja jugak ada jerawat gitu tu jugak komentar orang tu jugak buat oja jadi kurang percaya diri jugak, aaa trus kayak apa yaa trus kayak oja jugak merasa gak percaya diri kalok dia bandingin sama orang lain bentuk tubuhnya.”
(Verbatim, N0159-N0169).

Walaupun sakit hati subjek tidak terlalu memperdulikan tanggapan-tanggapan yang tidak baik terhadap bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Kalo menghadapi komentar negatif tentang fisiknya itu, menurut saya oja bisa yaa kek gitu kayak kayak misalnya ada orang nih yang komen negatif tentang tubuhnya terus kayak oja ahh ya udahlah kek gitu, dia cuekin aja bodo amat orang mau bilang apa gitu sih.”
(Verbatim, N0173-N0178).

Ketika subjek mendapat evaluasi mengenai bentuk tubuhnya dari orang lain, subjek beruaha untuk mengubah bentuk tubuhnya agar kelihatan lebih menarik. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Eee kalok yang dirasakan subjek saat menerima evaluasi penam penampilan fisik dari orang lain tuh, eee menurut saya oja termasuk orang yang menerima yaa gitu menerima kritikan, menerima komentar yang baik-baik gitu terus dia kayak yaa misalnya ada ada ni Lidia bilang untuk dia misalnyaa “ohh ihh oja udah gendut ya sekarang udah gendutan yaa” kek gitu kan, itu dia bakal olahraga untuk eee kembali memiliki

bentuk tubuh yang ideal gitu, jadi oja termasuk orang yang bisalah mengevaluasi dirinya mengenai tubuh kalok misalnya dikasih kritikan sama orang.”

(Verbatim, N0196-N0209).

Subjek selalu mendapat dukungan dari teman dekatnya agar tidak terlalu mendengarkan perkataan yang tidak baik dari orang lain. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Eee cara saya mendukung oja itu, dengan apa yaa dengan beri dia afirmasi afirmasi positif terus kayak semangat dia, terus kayak kasih tau kalok misalnya yaa “jangan dengerin semua omongan orang” kek gitu, “ambil yang baiknya terus ya yang buruk-buruknya itu jangan dengerin lagipula kan yang tau diri kita tu diri kita sendiri, gitulah lebih kurang yang saya bilang sama oja.”

(Verbatim, N0228-N0236).

Subjek selalu memperhatikan cara berpakaianya agar terlihat menarik. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Wah iyaa, menurut saya oja sangat memperhatikan ya cara dia berpakaian kek saya bilang tadi, eee karena menurut oja itu eee apah fashion jugak sangat penting gitu untuk diliat sama orang gitu kan, abis tu apah dengan berpakaian bagus itu kata oja ya orang bakal tertarik sama kita kekgitu.”

(Verbatim, N0258-N0264).

Subjek selalu memperhatikan penampilan ketika ingin memposting fotonya di media sosial agar terlihat menarik. Berikut keterangan dari subjek:

“Ya yaa menurut saya gitu, soalnya oja selalu eee memposting foto yang bagus gitu, yang yang menariklah untuk ditengok sama orang, jadi saat penampilannya tu bagus, menarik itu dia bakal posting foto sih.”

(Verbatim, N0268-N0272).

Subjek selalu menutupi bagian-bagian tubuhnya di media sosial agar tidak terlihat gemuk. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Eeee tentang oja yang menutupi bagian tubuhnya di media sosial itu, pendapat saya bagian tubuh mana ni misalnya kayak misalnya misalnya

kalok misalnya oja merasa dirinya tu gendutan gitu kan terus dia kayak ya bakal foto bag aa selfie doang yang gak terlihat begitu jelas tubuhnya, jadi tanggapan saya wajar-wajar aja sih karna kan setiap orang punya insecurenya masing-masing gitu, jadi kalok oja menutupi bentuk ee tubuhnya yang mungkin menurut dia tu buat dia insecure menurut saya wajar.”

(Verbatim, N0297-N0308).

Subjek khawatir jika perutnya menjadi buncit. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Iyaa menurut saya eee oja khawatir yaa kalok misalnya perutnya tu buncit, karena kan eee menurut oja tu cantik adalah nomor satu gitu, termasuk kalok misalnya eee tubuhnya tu ideal termasuk kalo perutnya tu jadi langsing gitu.”

(Verbatim, N0312-N0317).

Subjek mengikuti program diet yang sehat agar tidak membuat subjek tersiksa jika mengikuti diet ketat. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Menurut saya kalok oja bisa dibilang termasuk orang yang mempunyai program diet ya, tapi oja ini program diet nya tu kayak program diet ee sehat gitu, bukannya memaksakan dirinya untuk diet sampe gak makan atau gimana, tapi dia lebih kek kayak konsumsi misalnya makanan-makanan yang rendah kalori atau gimana gitu kan, terus jugak dietnya tu eee diet yang bagaimana asupan yang dia masukan ke tubuhnya itu bukan cuma untuk mengurangi berat badannya tapi juga bisa menyehatkan tubuhnya gitu termasuk kulitnya.”

(Verbatim, N0320-N0332).

Subjek merasa cemas ketika berat badannya terus berrambah, karena subjek ingin terlihat menarik dan agar terhindar dari komentar-komentar negatif dari orang. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ee iyaa oja termasuk orang yang cemas kalo beratnya tu bertambah, karena ya wajar sih menurut saya ya apalagi cewek kek gitu kan, karena kan kalok berat badan kita bertambah otomatis kan kita akan terlihat lebih gendut, dengan kita terlihat lebih gendut itu, saya rasa buat oja ee cemas karena bakal apa yahh bakal membuat kita tuh lag lebih kayak merasa gak percaya diri, apalagi kalo sampek dapat komentar dari orang mau itu di media sosial atau secara langsung itu kan bakal nurun banget ke rasa gak percaya diri.”

(Verbatim, N0336-N0347).

2. Subjek II

a. Hasil Observasi Subjek II

No	Indikator yang diamati	Hasil Observasi
1.	Gambaran Umum Subjek	a. Seorang wanita yang berumur 22 tahun b. Tinggi badan 155 cm dan berat badan 57 kg c. Berkulit berwarna gelap d. Hidung pesek e. Bentuk wajah yang sedikit bulat f. Bibir yang tipis
2.	Kondisi Fisik dan Penampilan subjek saat Penelitian	a. Terlihat Sehat b. Memakai baju kemeja berwarna biru dan putih c. Memakai celana berwarna hitam
3.	Bahasa Tubuh yang ditunjukkan oleh subjek selama proses wawancara	a. Subjek menunjukkan gesture tubuh rileks saat menjawab pertanyaan b. Subjek jarang melakukan kontak mata dengan peneliti ketika menjawab pertanyaan
4.	Eksperesi wajah subjek selama penelitian	a. Subjek menjawab pertanyaan dengan ekspresi serius b. Subjek terkadang terlihat kaku ketika menjawab pertanyaan dari penelitian
5.	Kondisi emosional subjek selama penelitian	a. Subjek terlihat tenang ketika menjawab pertanyaan b. Subjek terkadang tidak percaya diri ketika menjawab pertanyaan
6.	Sikap dan perilaku subjek saat menggunakan media sosial	a. Subjek terlihat aktif dalam menggunakan media sosial seperti instagram b. Subjek terkadang membandingkan dirinya dengan orang-orang yang ditampilkan di media sosial
7.	Hubungan subjek dengan teman-teman, dan lingkungan sosialnya	a. Subjek terlihat dekat dengan temannya b. Selama penelitian subjek terlihat sedang membahas pakaian-pakaian yang sedang tren di media sosial

b. Hasil Wawancara Subjek II

1) Informasi Umum

a) Biodata

Subjek adalah seorang mahasiswi yang berasal dari takengon dan berumur 22 tahun. Berikut keterangan dari subjek:

“Boleh ferdi, kenalin nama saya RO kelahiran 28 oktober 2001 di takengon. Saya mahasiswi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.”
(Verbatim, R0016-R0019).

b) Berat Badan

Subjek memiliki berat badan sekitar 67 kg dan memiliki tinggi badan 155 cm. Berikut keterangan dari subjek:

“Ee udah agak lupa sih kalo ga salah kemarin tu cek berat badan 67 kilo dan tinggi 155.”
(Verbatim, R0070-R0071).

2) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Berdasarkan hasil wawancara terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *body image* dan ketiga faktor tersebut terungkap dalam hasil wawancara, yaitu:

a) Jenis Kelamin

Ada empat indikator yang terungkap dari faktor jenis kelamin, yaitu:

(1) Tingkat Kepuasan Tubuh

Subjek berpendapat bahwa wanita memiliki tingkat kepuasan yang lebih rendah dibanding laki-laki karena standar kecantikan wanita lebih tinggi sehingga menjadikan wanita tidak bersyukur dengan bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Karena di indonesia itu kan kalau cantik tu, standar cantiknya tu harus putih, harus tinggi, harus langsing, harus mancung, pokoknya semuanya lah kan. Nah gara-gara itu jadi wanita tu lebih ga bersyukur kayak gitu punya badan ga sesuai standar dengan indonesia, menurut saya seperti itu ya.”
(Verbatim, R0024-R0030).

(2) *Body Image* Negatif

Subjek merasa *insecure* karena tidak memiliki standar kecantikan tubuh yang ideal seperti yang ditampilkan di media sosial. Berikut keterangan dari subjek:

“Eee secara ga langsung saya ngikutin standar kecantikan yang ada di media sosial, karena jadinya kayak kurang bersyukur sama bentuk tubuh saya, kayak liat orang-orang yang lebih cantik, lebih langsing, jadi kalo udah liat yang kayak-kayak gitu udah langsung insecure gitu.”
(Verbatim, R0034-R0040).

Subjek berpendapat bahwa jika pria lebih mementingkan bentuk otot dibanding tubuh yang langsing, subjek juga merasa tidak percaya diri terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo cowo kan lebih ke bentuk otot kan, maksudnya kan kalo warna kulit atau mancungnya tu lebih ke cewe. Terus kalo cewe tu bentuk tubuhnya harus langsing, terus body goals, mulus gitu, kalau saya sih ga kayak gitu saya punya bentuk tubuh yang ga ideal kayak perempuan yang lainnya, saya ga percaya diri sama bentuk tubuh saya, kalo saya punya badan ideal saya mah bakal senang.”
(Verbatim, R0044-R0053).

(3) Massa Otot

Subjek tidak tertarik dengan bentuk otot yang terlalu berlebihan kecuali jika memiliki tubuh dengan otot sesuai dengan porsi tubuh. Berikut keterangan dari subjek:

“Ga ga ga, ga tertarik. Karena kalo menurut saya pribadi saya tidak suka sama penampilan bentuk tubuh yang berotot, kecuali kalo berototnya ga terlalu kelihatan.”
(Verbatim, R0057-R0060).

(4) Merasa Tidak Puas

Subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh karena subjek merasa memiliki postur tubuh yang gemuk sehingga tidak memenuhi standar kecantikan seperti orang lain. Berikut keterangan dari subjek:

“Karena saya tidak memenuhi standar kecantikan seperti orang-orang, saya gemuk dan kelebihan berat badan, tidak langsing seperti orang-orang.”
(Verbatim, R0064-R0067).

b) Media Massa

Ada dua indikator yang terungkap dari faktor Media Massa, yaitu:

(1) Standar Kecantikan

Subjek merasa terpengaruh oleh standar kecantikan yang ada di media sosial sehingga membuat subjek ingin memiliki badan yang ideal seperti yang ditampilkan di media sosial. Dimana menurut subjek bentuk tubuh ideal ialah kurus dan tinggi. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena kalo liat media sosial tu kan orang-orang kan bagus badannya, jadi saya pun terpengaruh gitu kalo body-body yang bagus tu kayak yang saya liat di media-media sosial kayak di instagram gitu, kurus gitu, tinggi gitu.”
(Verbatim, R0076-R0081).

(2) Pengaruh Media Massa

Pengaruh media sosial yang dialami subjek membuat subjek mengetahui perbedaan *body goals* yang ada di beberapa negara. Berikut keterangan dari subjek:

“kalau menurut yang saya lihat di media sosial tu, yang body goals tu emang yang sehat-sehat kayak gitu. Terus kan menurut orang kan berbeda body goals di setiap negara, kalau di korea kan kayak kurus, cina kan kurus juga gitu, tapi di indonesia dari segala sisi sih diliat. Terus Kalau yang aku lihat di media sosial orang-orang tu kayak body goals yang sehat, sering makan sayuran, olahraga gitu.”
(Verbatim, R0085-R0094).

c) Hubungan Interpersonal

Ada tiga indikator yang terungkap dari faktor hubungan interpersonal yaitu:

(1) Perbandingan diri

Subjek sering membandingkan diri dengan orang lain dalam hal bentuk tubuh. Subjek merasa jika menggunakan pakaian tertentu tidak bagus jika dilihat, dibandingkan dengan teman yang memiliki postur tubuh yang langsing. Berikut keterangan dari subjek:

“Karena mereka kurus, jadi kalo misalnya mau pake baju-baju gitu pun kayak cocok dan bagus kelihatannya, karena kan orang-orang kurus tu kalo pake baju ga keliatan auratnya, kalo orang-orang gemuk pasti ada bagian-bagian tubuh yang menonjol yang tidak enak dipandang, begitu.”
(Verbatim, R0112-R0118).

Subjek merasa tidak percaya diri terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya, sehingga membuat subjek terkadang menutup diri. Berikut keterangan dari subjek:

“Tentunya saya merasa insecure, terus saya juga ngerasa lebih tertutup dan kurang percaya diri ketika ada di sekitar orang-orang cantik yang memiliki badan yang bagus.”
(Verbatim, R0126-R0132).

(2) Penampilan Fisik

Subjek terkadang merasa sakit hati ketika mendapatkan komentar-komentar tentang bentuk tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari subjek:

“Terkadang iya, terkadang engga. Tergantung orang, misalnya nyebelin saya bakal sakit hati, kalau misal orangnya baik dan ngasih saran-saran dan penilaian yang bagus untuk bentuk tubuh saya kedepannya ga masalah.”
(Verbatim, R0133-R0137),

Subjek merasa tidak terima ketika ada yang menghina mengenai fisiknya yang membuat subjek merasa tidak adil dan tidak terima. Berikut keterangan dari subjek:

“yang nyebelin kayak suka kali ngejek-ngejek orang tentang fisik saya, kayak dia manusia sempurna kali sampai ngejek-ngejek gitu.”
(Verbatim, R0140-R0143)

Subjek sering mendapat komentar negatif tentang penampilan fisiknya seperti gemuk, hitam dan lain-lain sebagainya. Berikut keterangan dari subjek:

“Saya diejek gemuk, hitam dan pernah di bilang udah gendut kali kok ga malu apa di lihat sama orang, pas di bilang gitu saya sakit hati kali, cuma mau gimana lagi.”
(Verbatim, R0144-R0147),

Walaupun merasa sakit hati karena sering di hina oleh orang lain, subjek merasa tidak peduli dan menjadikan hinaan tersebut sebagai motivasi untuk memiliki bentuk tubuh yang lebih baik. Berikut keterangan dari subjek:

“Saya ga peduli, walaupun saya sakit hati, saya hanya jadikan motivasi agar memiliki bentuk tubuh yang lebih baik dari pada mereka.”
(Verbatim, R0151-R0154),

Subjek merasa tertekan atas ekspektasi orang-orang mengenai penampilan fisiknya. Berikut keterangan dari subjek:

“Agak tertekan, sebenarnya saya ingin memenuhi ekspektasi orang-orang, namun kalo dari diri saya belum bisa, kayak ada aja

halangannya, kayak pengen punya penampilan yang fisik yang bagus tapi kayak belum ada usaha.”

(Verbatim, R0158-R0163),

Orang-orang berekspektasi terhadap subjek seperti memiliki kulit yang putih dan kurus. Berikut keterangan subjek:

“Ekspektasi orang-orang tu ke saya kayak saya tu cantik, ga gendut, putih, kayak contohnya di media sosial saya sering pake filter agar saya kelihatan putih, di kira orang saya putih padahal kulit saya gelap gitu.”

(Verbatim, R0166-R0170),

(3) Kecemasan

Subjek merasa khawatir jika mendapat komentar yang negatif terhadap bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Tergantung, kalo misalnya evaluasinya baik ya saya senang, kalo engga ya saya sakit hati dan sebenarnya saya juga khawatir misalnya bentuk saya tu dapat komentar yang buruk.”

(Verbatim, R0174-R0177),

Subjek merasa sakit hati ketika mendapatkan komentar yang negatif terhadap bentuk tubuh seperti “jangan banyak makan bisa tambah gendut, tidak ada laki-laki yang mau”, akibat komentar-komentar buruk tersebut subjek merasa cemas dan berpikir bagaimana jika akan terjadi seperti komentar buruk tersebut, tidak ada laki-laki yang mau karena subjek memiliki tubuh yang gendut.

Berikut keterangan dari subjek:

“Ya karena ketika dikasih evaluasi dari orang-orang terkadang omongannya ga secara baik-baik, kayak di sengajain ngejek gitu, di blg dia kayak ehh jangan makan banyak kali nanti tambah gendut, nanti ga ada cowo yang mau lagi, jadinya ketika di bilang gitu aku sakit hati kecuali dia evaluasinya dengan bai-baik kan ga apa, jadi saya bisa menerimanya juga dan jadinya saya cemas gimana ni nanti kalo bener emang ga ada yang mau lagi.”

(Verbatim, R0179-R0188),

Subjek cemas dan menjadi tidak percaya diri ketika mendapatkan evaluasi dari lingkungan sekitar. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena saya sering mendapatkan evaluasi-evaluasi bentuk tubuh yang buruk dari lingkungan sekitar, yang membuat saya yang awalnya saya percaya diri menjadi ga percaya diri.”
(Verbatim, R0193-R0197),

Subjek berpendapat bahwa dukungan dari teman-teman dapat membuat subjek menjadi semangat dan bisa membuat subjek percaya diri. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena ketika teman saya memberi dukungan kepada saya, saya jadi percaya diri dan lebih merasa semangat ketika ingin mengubah bentuk tubuh saya menjadi lebih baik.”
(Verbatim, R0201-R0205),

3) Aspek-aspek *Body Image*

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada subjek, diketahui terdapat lima aspek *body image* yang terdapat pada subjek yaitu:

a) *Appearance Evaluation*

Ada satu indikator yang terungkap dari aspek *appearance evaluation*, yaitu:

(1) Perhatian Individu Mengenai Fisiknya

Subjek merasa tidak menyukai penampilan fisiknya, tetapi subjek berkeinginan untuk berubah menjadi lebih baik seperti melakukan olahraga dan diet. Berikut keterangan dari subjek:

“Tidak, karena saya merasa insecure dan tidak memiliki badan yang ideal seperti orang lain, tapi terkadang saya harus

berubah kayak harus sering olahraga, diet agar punya badan yang bagus”
(Verbatim, R0220-R0224).

Subjek merasa tidak menarik seperti teman-teman yang lain dan subjek berkeinginan untuk memiliki wajah yang cantik serta memiliki tubuh yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Tidak, karena dia lebih kurus dan lebih cantik dibanding saya, kayak saya bilang tadi saya pengen kurus, saya pengen berubah kayak mau usaha untuk olahraga agar punya badan yang bagus.”
(Verbatim, R0234-R0238).

b) Appearance Orientation

Ada satu indikator yang terungkap dari aspek *appearance orientation*, yaitu:

(1)Perhatian Individu dalam Berpenampilan

Subjek tidak terlalu peduli dengan pakaian yang subjek pakai karena subjek merasa tidak dapat merubah apapun mengenai bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Tidak, karena dengan apa yang saya pake tidak membuat saya menjadi kurus dan cantik.”
(Verbatim, R0242-R0244).

Subjek berpendapat harus memperhatikan penampilan sebelum memposting foto agar terlihat cantik di media sosial. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena saya ingin memenuhi ekspektasi dari orang-orang kayak harus terlihat cantik di media sosial dan kelihatan ga terlalu jelek di mata orang-orang.”
(Verbatim, R0248-R0251).

Subjek merasa peduli dengan yang orang pikirkan tentang penampilannya agar tidak mendapatkan komentar-komentar negatif dari orang lain. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena saya ga mau mendapatkan komentar-komentar yang buruk kedepannya dan mau seperti orang-orang yang memiliki tubuh yang ideal.”
(Verbatim, R0255-R0258).

c) *Body Area Satisfaction*

Ada satu indikator yang terungkap dari aspek *body area satisfaction*, yaitu:

(1) *Bagian Tubuh*

Subjek mengatakan bahwa dirinya tidak memiliki pipi yang tirus, tidak memiliki hidung yang mancung dan tidak memiliki badan yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo selflove iya, tapi sebenarnya engga, karena saya ga tirus dan hidung saya juga ga mancung dan saya punya perut yang buncit.”
(Verbatim, R0261-R0263).

Subjek selalu menutupi bagian-bagian tubuh yang gemuk atau menonjol agar tidak terlihat di media sosial. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena kan kalo orang gendut tu harus terlihat kurus ketika difoto, saya sering menutupi bagian-bagian tubuh saya yang menurut saya tu gemuk atau terlalu menonjol agar orang tidak melihat bagian yang itu”
(Verbatim, R0267-R0271).

Subjek mengatakan bahwa bagian tubuh yang menonjol lengan dan paha yang terlihat besar. Berikut keterangan dari subjek:

“kalo saya sih bagian tubuh di lengan saya terlihat besar, paha saya juga, jadinya gara-gara itu jadi ga percaya diri.”
(Verbatim, R0121-R0123).

d) *Overweight Preoccupation*

Ada satu indikator yang terungkap dari aspek *overweight preoccupation*, yaitu:

(1) Berat Badan

Subjek mempunyai berat badan 67 kg dan memiliki tinggi 155 cm. Berikut keterangan dari subjek:

“Ee udah agak lupa sih kalo ga salah kemarin tu cek berat badan 67 kilo dan tinggi 155.”
(Verbatim, R0070-R0071).

Subjek merasa tidak percaya diri jika perutnya buncit karena menyebabkan sulit mencari pakaian-pakaian yang akan digunakan. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena saya ingin perut yang kecil dan tentunya tubuh yang langsing sehingga muat di baju apapun dan terlihat bagus ketika memakai baju yang saya inginkan.”
(Verbatim, R0274-R0277).

Subjek hanya melakukan diet untuk mengurangi berat badan, namun subjek tidak konsisten dalam melakukan diet. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo diet ketat engga, kalo diet biasa iya, itu pun tiga hari habis tu ga lagi, karena saya sering ga tahan ketika melihat

makanan yang enak di media sosial sehingga membuat saya gagal diet.”

(Verbatim, R0281-R0285).

Subjek merasa khawatir jika berat badannya terus menerus bertambah karena akan sulit untuk menggunakan pakaian-pakaian yang ada. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena takut obesitas, takut jadi tidak muat lagi baju dan tentunya juga ga mau dengar pendapat buruk dari orang lain terhadap bentuk tubuh saya yang membuat saya makin insecure.”

(Verbatim, R0289-R0293).

e) *Self-classified Weight*

Terdapat satu indikator yang terungkap dari aspek *self-classified weight*, yaitu:

(1) *Penilaian Bentuk Tubuh*

Subjek mengatakan bahwa dirinya tidak memiliki badan yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Tidak, karena saya gemuk, tidak memiliki tubuh yang langsing kayak orang-orang.”

(Verbatim, R0296-R0297).

Subjek mengatakan bahwa teman subjek mengatakan dirinya cantik agar subjek tidak merasa sakit hati, karena subjek menganggap dirinya tidak cantik. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo dari kawan dekat ku iya, tapi kalo dari aku sendiri engga, karena menurut ku juga kawan dekat ku bilang aku cantik agar aku ga sakit hati aja, sebenarnya aku lebih suka kalo kawan dekat aku tu ngomong jujur aja dari pada ngomong bohong biar aku ga sakit hati, tapi ada beberapa kawan bilang kalau saya kurusan pasti cantik”

(Verbatim, R0300-R0307).

Subjek mendapatkan semangat motivasi dari teman-temannya untuk berolahraga, teman-teman juga sering mengatakan subjek cantik agar subjek merasa tidak terpuruk. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya dukungan kayak semangat olahraga, dan mereka sering ngajak saya olahraga demi kebaikan saya, mereka juga ga pernah ngejek-ngejek saya malahan sering membela saya kalo ada yang ngejek-ngejek saya, mereka selalu bilang kalau saya tu emang cantik dan ga kelihatan gendut ngapain harus insecure coba, gitu mereka bilang ke saya.”
(Verbatim, R0208-R0215).

Subjek menginginkan bentuk tubuh yang ideal seperti kurus dan mempunyai wajah yang putih. Berikut keterangan dari subjek:

“Yg saya inginkan sih kayak yang saya bilang tadi punya badan yang kurus dan juga saya pengen punya kulit yang putih biar saya percaya diri lagi.”
(Verbatim, R0227-R0230).

c. Hasil Wawancara Alloanamnesa Subjek II (MH)

Subjek adalah seorang mahasiswa yang aktif dalam bermedia sosial, namun subjek memiliki masalah terhadap *body image* yang dimilikinya, subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya.

Subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Menurut saya dia ada juga sih rasa yang tingkat yang kurang puas dari tubuhnya, mungkin kebanyakannya kurang puas terhadap bentuk tubuhnya”
(Verbatim, M0024-M0027).

Subjek terkadang merasa *insecure* ketika melihat orang yang memiliki bentuk tubuh yang lebih ideal dibanding dirinya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Hmm pandangan mengenai hal tersebut, bisa dibilang gimana ya ee dia kadang Insecure juga kalo misalnya lihat tubuh laki-laki yang bagus proporsi tubuhnya bagus kayak kalo dia tu kurang gitu.”
(Verbatim, M0032-M0036).

Subjek merasa tidak puas terhadap beberapa bagian tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Iya dia ada sih ga puas di bagian tanggannya yang mungkin menurut dia terlalu besar, terus pahanya juga besar yang buat dia tidak puas sama bagian-bagian tubuhnya.”
(Verbatim, M0047-M0050).

Subjek terkadang ingin mengikuti standar kecantikan yang ada di media sosial. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ee terlihat saya sih gatau ya, tapi terkadang dia pernah kayak bilang eh aku pengen lah cantik dan punya badan bagus kayak artis ni, gitu-gitu lah saya dengarnya”
(Verbatim, M0054-M0070).

Subjek terkadang merasa iri ketika melihat bentuk tubuh yang ideal di media sosial dibanding dirinya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ada rasa iri tapi ya cuman ya balik lagi karena dia kalo mau diet tu selalu bilang nanti-nanti, jadi ya gitu.”
(Verbatim, M0062-M0054).

Subjek merasa *insecure* ketika melihat orang-orang memiliki *body goals* yang bagus dan membuat subjek ada keinginan untuk seperti orang-orang lainnya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Insecure itu tetap ada karena kalau mau lihat body-body goals yang ada di media sosial tu dia terkadang insecure kayak nanya kapan ya badan aku bisa gini terus dia pengen gitu tapi jawabnya nanti-nanti gitu kan jadinya engga terealisasikan ya dengan apa yang dia mau, begitu sih banyak maunya”
(Verbatim, M0069-M0075).

Subjek terkadang membandingkan bentuk tubuhnya dengan teman-temannya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Kalau untuk membanding-bandingkan diri sama teman kayak ada sih beberapa kali saya dengar, kayak contohnya dia pernah bilang ke saya, eh aku pengen lah badan bagus kayak ke, kasih tips-tipsnya dong gimana, ya gitu saya dengarnya, tapi walaupun udah dikasih tau caranya tu kadang dia cuma dengar aja tapi lakuin ga ada, mungkin ada di lakuin cuma paling awal-awal aja, kayak ga konsisten gitu.”
(Verbatim, M0079-M0088).

Subjek merasa tidak percaya diri ketika mendapatkan komentar tentang penampilan fisiknya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Kalau untuk kurang percaya diri sih kayaknya sedikit ya kadang kalau misalnya dia dikatain gendut gitu sama orang lain jadi dia kayak balik lagi insecure gitu jadinya besok jadi pengen diet dia”
(Verbatim, M0100-M0104).

Subjek merasa sakit hati ketika mendapatkan komentar yang buruk terhadap bentuk fisik yang dimilikinya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ya dia cuek aja orangnya kayak engga suka membalas perkataan-perkataan yang negatif dari para netizen, walaupun misalnya kadang dia sakit hati sama perkataan-perkataan dari netizen tu”
(Verbatim, M0108-M0112).

Subjek terkadang tidak terima ketika diberikan evaluasi dengan cara yang tidak sopan dari orang lain. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Kalau dia dikasi evaluasi dia oke-oke aja sih tapi kalo dia dikatain soal fisiknya tu nah tu baru dia ga terima, kayak marah lah ya, karena kalo di kata-katain tu lebih kasar tapi ya kalo dia dikasih evaluasi kayak eh kurangi lah berat badannya sikit biar cantik kayak gini atau ga kurusin dikit biar bagus nampaknya, dia sebenarnya ga suka kalo badannya tu gendut makanya dia kayak kepikiran terus kalau badannya makin gendut”
(Verbatim, M0125-M0134).

Subjek terkadang merasa cemas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya sehingga subjek jadi kurang percaya diri. Berikut keterangan teman subjek:

“Kalo yang dari aku lihat selama ini kayaknya sih mungkin ada beberapa momen yang dia ga percaya diri, kayak dia ngerasa cemas kalo berkumpul di tempat banyak-banyak orang-orang yang mungkin menurut dia lebih cantik, jadinya dia ga percaya diri.”
(Verbatim, M0139-M0144).

Subjek terkadang memperhatikan cara berpakaianya jika pergi ke acara tertentu. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Kalau kayak pergi-pergi gitu sih tergantung dia mau pergi kemana, kalo ke acara-acara pastinya dia memperhatikan pakaian-pakaiannya, kalo pergi-pergi biasa sih yang simple-simple aja dia.”
(Verbatim, M0173-M0179).

Subjek selalu memperhatikan penampilannya ketika ingin memposting fotonya di media sosial. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Itu sih udah pasti jadi kayak sebelum foto tu harus bagus letak kamera dan fotonya gitu, pokoknya sangat-sangat memperhatikan penampilan sebelum memposting fotonya gitu.”
(Verbatim, M0083-M0087).

Subjek menutupi bagian-bagian tubuh yang terlihat menonjol di media sosial. Berikut keterangan teman subjek:

“Ee kalo pendapat saya sih gapapa sih, ga masalah selama itu baik dilakukan dan tidak membuat dia risih dan orang-orang lain risih dan selama tidak mengganggu orang lain ya ga masalah.”
(Verbatim, M0201-M0205).

Subjek merasa khawatir ketika perutnya menjadi buncit. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ya kalau menurut yang saya lihat sih dia khawatir tetapi balik lagi gimana dia dengan dia merasa khawatir pasti akan berpikir akan diet tapi dia balik lagi dengan dia khawatir dia berpikir akan diet tapi dietnya tu tetap nanti-nanti gitu.”
(Verbatim, M0208-M0213).

Subjek pernah mengikuti program diet namun tidak secara konsisten. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Dia itu pernah mengikuti program diet tapi gagal gitu kayak misalnya di hari pertama emang berhasil namun dihari berikutnya dia makan jajan gitu yang banyak.”
(Verbatim, M0216-M0219).

Subjek merasa cemas ketika berat badannya terus menerus bertambah.

Berikut keterangan dari subjek:

“Ya cemas pasti dia, karena semakin hari semakin bertambah berat badannya, kayak dia sering jajan gitu, ga jaga makanan-makanan yang sehat gitu, jadinya ya gitu.”
(Verbatim, M0222-M0225)

3. Subjek III

a. Hasil Observasi Subjek III

No	Indikator yang diamati	Hasil Observasi
	Gambaran Umum Subjek	a. Seorang wanita yang berumur 22 tahun b. Tinggi badan 154 cm dan berat badan 57 kg c. Berkulit berwarna kuning langsung d. Hidung mancung e. Bibir yang tipis
	Kondisi Fisik dan Penampilan subjek saat Penelitian	a. Terlihat Sehat b. Memakai baju gamis berwarna coklat susu
	Bahasa Tubuh yang ditunjukkan oleh subjek selama proses wawancara	a. Subjek menunjukkan <i>gesture</i> tubuh rileks saat menjawab pertanyaan b. Subjek jarang melakukan kontak mata dengan peneliti ketika menjawab pertanyaan
	Eksperesi wajah subjek selama penelitian	a. Subjek menjawab pertanyaan dengan ekspresi serius b. Subjek terkadang terlihat kaku ketika menjawab pertanyaan dari penelitian
	Kondisi emosional subjek selama penelitian	a. Subjek terlihat tenang ketika menjawab pertanyaan b. Subjek terkadang tidak percaya diri ketika menjawab pertanyaan
	Sikap dan perilaku subjek saat menggunakan media sosial	a. Subjek terlihat aktif dalam menggunakan media sosial seperti instagram dan tiktok a. Subjek merasa <i>insecure</i> ketika melihat orang lain yang memiliki tubuh yang ideal yang ditampilkan media sosial
	Hubungan subjek dengan teman-teman, dan lingkungan sosialnya	a. Subjek terlihat dekat dengan temannya b. Selama penelitian subjek membahas tentang ukuran tubuh bersama teman.

b. Hasil Wawancara Subjek III

1) Informasi Umum

a) Biodata

Subjek adalah seorang mahasiswi yang berumur 22 tahun dan berasal dari medan. Berikut keterangan dari subjek:

“Boleh ferdi, kenalin nama saya NZ lahir di kelapa gading tanggal 20 bulan 7 tahun 2001.”
(Verbatim, N0017-N0018).

2) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Berdasarkan hasil wawancara terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *body image* dan dari faktor tersebut terungkap dalam hasil wawancara, yaitu:

a) Jenis Kelamin

Ada empat indikator yang terungkap dari faktor jenis kelamin, yaitu:

(1) Tingkat Kepuasan Tubuh

Subjek berpendapat bahwa tingkat kepuasan tubuh pada wanita lebih rendah dibanding laki-laki karena sering mendapatkan deskriminasi dari orang-orang mengenai bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Karena wanita itu lebih suka membandingkan diri itu karena mereka terlalu mengkedepankan perasaan dan juga perempuan sering mendapatkan deskriminasi dari orang-orang tentang bentuk tubuh begitu dibanding laki-laki, walaupun laki-laki juga ada tapi kebanyakan perempuan misalnya kaya perempuan itu terlalu kurus pasti dibilang kamu ga makan ya atau terlalu gemuk terus dibilang kamu kerjaannya makan doang ya nanti ga ada laki-laki yang mau sama kamu.”
(Verbatim, N0023-N0034).

Subjek mengatakan bahwa wanita itu lebih cenderung merasa *insecure*. Berikut keterangan dari subjek:

“Wanita itu lebih cenderung lebih mudah insecure karena orang-orang itu sering mendiskriminasi mereka, misalnya jerawat atau apapun tentang diri mereka sering mendikriminasi sehingga pandangan mereka tu terhadap dirinya jadi buruk.”
(Verbatim, N0038-N0043).

Subjek merasa tidak perlu mengembangkan masa otot. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo saya sih ga terlalu suka untuk mengembangkan otot kayak laki-laki engga.”
(Verbatim, N0046-N0047).

Subjek merasa *insecure* dan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, karena sering dihina pendek. Berikut keterangan dari subjek:

“Karena saya sering mendapat diskriminasi dari orang-orang, saya itu kan tingginya Cuma 157 cm, nah terkadang orang-orang itu mengejek saya seperti bilang saya pendek terus menyalahkan orang tua saya karena saya pendek, nah karena itu saya merasa insecure dan merasa tidak puas terhadap bagian-bagian tubuh yang saya miliki. Tapi sebenarnya kalo tanpa omongan mereka, tanpa adanya mereka mengejek atau menjelekkan saya mungkin tidak insecure, tapi karena omongan mereka saya menjadi down sehingga kadang-kadang sering membandingkan diri dengan orang lain, kayak kenapa saya ga tinggi seperti mereka.”
(Verbatim, N0051-N0065).

b) Media Massa

Ada tiga faktor yang terungkap dari media massa, yaitu:

(1) Standar Kecantikan

Subjek mengatakan bahwa dirinya terpengaruh standar kecantikan dari media sosial. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, Terkadang kecantikan di media sosial memang dapat mempengaruhi pandangan saya, yang awalnya saya bersyukur dengan bentuk tubuh, jadi gara- melihat standar kecantikan di media sosial jadinya saya insecure dan ingin seperti cantik yang ada di media sosial.”

(Verbatim, N0070-N0075).

(2)Pengaruh Media Massa

Subjek mengatakan bahwa dirinya berkeinginan ingin mempunyai badan yang ideal seperti yang ada di media sosial.

Berikut keterangan dari subjek:

“Ya menurut saya mereka cantik dan perfect dan saya juga ingin seperti mereka, tingginya pas, badannya langsing, siapa sih yang ga mau.”

(Verbatim, N0079-N0082).

Subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya ketika melihat teman-temannya yang mempunyai tubuh yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena saya tu pendek dan tidak langsing, tidak seperti teman-teman saya yang memiliki tubuh yang ideal dan memiliki tubuh yang tinggi.”

(Verbatim, N0087-N0090).

c) Hubungan Interpersonal

Ada tiga indikator yang terungkap dari faktor hubungan interpersonal, yaitu:

(1)Perbandingan diri

Subjek sering membandingkan dirinya dengan orang lain mengenai bentuk tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari subjek:

“Yang membuat saya membandingkan diri dengan orang lain, kenapa sih saya ga bisa tinggi seperti orang-orang lain pada umumnya, kenapa sih saya ga bisa langsing seperti cewe-cewe atau teman saya. Kadang saya merasa iri dan kepengen ingin seperti orang lain yang memiliki badan yang ideal.”
(Verbatim, N0094-N0100).

Ketika membandingkan diri dengan orang lain, subjek lebih mudah menjadi *insecure* dan membuat subjek berpikiran akan hal tersebut. Berikut keterangan dari subjek:

“Ya pastinya negatif ketika kita membandingkan diri dengan orang lain, karena kita pastinya akan kepikiran terus dan membuat kita jadi gampang insecure.”
(Verbatim, N0103-N0106).

(2)Penampilan Fisik

Subjek merasa kurang percaya diri ketika orang-orang memberikan tanggapan tentang fisiknya. Berikut keterangan dari subjek:

“Jujur, tanggapan orang lain terhadap saya tu mempengaruhi kepercayaan diri saya, misalnya orang mengomentari fisik saya seperti bilang, ih kamu jerawat ya sekarang, kamu jadi hitam ya semenjak tinggal di banda, nah gara-gara orang mengomentari saya seperti itu saya menjadi insecure.”
(Verbatim, N0110-N0117).

Subjek sering merasa *down* dan tidak percaya diri ketika mendapatkan evaluasi tentang bentuk tubuh yang dimilikinya. Berikut keterangan dari subjek:

“Cara saya tu sih diem aja tapi saya agak marah sih seperti ya udahlah, di biarin aja, Cuma di dalam hati tu kek mikir, kenapa sih harus digituin, dikomentarin kek gitu, tapi tergantung juga sih konteksnya tu gimana, komentar negatifnya tu sebenarnya untuk evaluasi diri sih aku ga marah tapi kalo jatuhnya menghina atau menjatuhkan itu aku ga suka sih dan membuat aku jadi ga percaya diri dan malah membuat aku down.”
(Verbatim, N0121-N0130).

Subjek merasa tertekan atas ekspektasi orang-orang terhadapnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Menurut saya ya ekspektasi orang-orang tu, membuat saya ngerasa tu tertekan, kayak orang bilang, eh kamu kayaknya gendutan deh, itu bikin saya ngerasa ga nyaman, ekspektasi mereka tu bikin ngerasa saya tu ga nyaman, saya jadinya harus mengurangi makan, kan ga seru gitu, misalnya kek, ihh kamu apa ya kurusan misal, tapi saya pengen banyak makan sedangkan saya ga pengen disuruh jadinya makan dikit, jadi itu ekspektasi dari orang tu bikin ga nyaman.”
(Verbatim, N0134-N0144).

(3)Kecemasan

Subjek merasa cemas ketika diberikan evaluasi tentang penampilan fisik dan mengkhawatirkan bentuk tubuh yang dimilikinya kedepannya. Berikut keterangan dari subjek:

“Tergantung caranya gimana dia evaluasi saya, kalo caranya bagus, saya senang, berarti dia peduli, tapi kalo dia sarannya ga bagus gitu kan, jadinya bikin saya suka dan yang ada buat saya sakit hati dan jatuhnya saya jadi insecure terus jadinya saya cemas ni gimana kedepannya tentang bentuk fisik saya”
(Verbatim, N0153-N0159)

Subjek merasa cemas ketika mendapatkan komentar-komentar tentang bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena ketika saya dikomentarin tentang bentuk tubuh saya, saya jadi cemas dan mikirnya jadi bisa ga sih untuk membuat tubuh ideal seperti orang-orang, terus membuat saya yang awalnya percaya diri malah jadi ga percaya diri dan lebih menutup diri dari lingkungan sekitar.”
(Verbatim, N0163-N0169).

Subjek merasa senang ketika mendapat dukungan dari teman-temannya dan dapat mengurangi rasa cemas yang dirinya rasakan. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya jujur, dukungan dari teman-teman saya mengurangi rasa cemas saya, kayak waktu itu kan saya punya temen yang pokonya dia itu mendukung saya gitu kayak dia bilang, gapapa kok katanya, ga ada yang salah dari penampilan kamu, gada yang salah dari fisik kamu, walaupun kamu kecil gitu tapi lucu kok, nah gara-gara teman saya ngomong gitu saya senang dan menjadi lebih percaya diri.”
(Verbatim, N0173-N0181).

3) Aspek-Aspek *Body Image*

Berdasarkan hasil wawancara terdapat empat aspek-aspek *body image* dan keempat dari aspek-aspek tersebut terungkap dalam hasil wawancara, yaitu:

a) *Appearance evaluation*

Terdapat satu indikator yang terungkap dari aspek *appearance evaluation*, yaitu:

(1) Perhatian Individu Mengenai Fisiknya

Subjek merasa tidak menyukai penampilan fisiknya karena subjek tidak memiliki tubuh yang ideal. Berikut keterangan dari subjek:

“Tidak, karena saya tidak memiliki tubuh yang ideal dan tidak tinggi yang membuat saya tidak percaya diri akan bentuk tubuh saya, saya juga jarang olahraga tapi padahal saya pengen banget olahraga biar nambah tinggi dan mengurangi berat badan”
(Verbatim, N0184-N0189).

Subjek merasa tidak menarik mengenai penampilannya dibandingkan teman-temannya yang lebih menarik. Berikut keterangan subjek:

“Tidak, karena teman-teman saya lebih kelihatan cantik ketika memakai baju apapun itu dibanding saya yang kelihatan jelek dan gendut ketika memakai baju yang persis seperti mereka.”
(Verbatim, N0193-N0197).

b) *Appearance Orientation*

Terdapat satu indikator yang terungkap dari aspek *appearance orientation*, yaitu:

(1) Perhatian Individu dalam Berpenampilan

Subjek sangat berhati-hati dalam memilih pakaian yang akan dipakai karena subjek takut akan kelihatan jelek ketika memakai pakaian yang tidak cocok. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena saya tu ga suka memakai pakaian yang ga nyaman di saya gitu, apalagi misalnya memakai pakaian yang membuat badan saya jadi kelihatan jelek begitu.”
(Verbatim, N0201-N0204).

Subjek selalu memperhatikan penampilan ketika ingin memposting foto di media sosial agar tidak mendapat komentar negatif dari orang-orang. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, saya selalu memperhatikannya, karena saya harus rapi, harus bagus gitu, karena saya ga mau dapat komentar yang negatif dari teman-teman saya mengenai penampilan saya.”
(Verbatim, N0208-N0212).

Subjek terkadang memikirkan tentang apa yang dipikirkan orang lain terhadap bentuk tubuhnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Tergantung, saya kadang mikirin apa yang orang pikirkan mengenai penampilan saya di media sosial, terkadang juga bodoh amat. Saya mikirnya gini, apakah saya akan di bilang pendek, gemuk, atau kayak ibu-ibu kalo pakai gamis yang saya perlihatkan di media sosial, jadi begitu.”
(Verbatim, N0216-N0222).

c) *Body Area Satisfaction*

Terdapat satu indikator dari aspek *body area satisfaction*, yaitu:

(1)Bagian Tubuh

Subjek merasa tidak cantik karena tidak memiliki warna kulit yang putih dan tidak merasa langsing. Berikut keterangan dari subjek:

“Tidak, kadang-kadang saya mikir wajah saya jelek, pipi saya besar, hidung saya juga gimana bentuknya, warna kulit wajah saya juga tidak putih seperti cewe-cewe yang lain, terus kalo saya kurusan dikit aja agak mendingan lah, ni emang penuh dengan kekurangan.”
(Verbatim, N0225-N0231).

Subjek tidak merasa percaya diri terhadap bagian-bagian tubuh yang dimilikinya sehingga membuat subjek sering menutupi bagian-bagian tubuhnya. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena saya ga percaya diri pada bagian-bagian tubuh saya, ketika saya upload foto di media sosial saya sering menutupi bagian-bagian tubuh saya yang saya kurang percaya diri kayak saya sering tutupin pake stiker atau coret-coret di bagian perut agar tidak terlihat buncit, terus pada bagian tangan saya agar tidak dilihat tangan saya besar oleh orang-orang.”
(Verbatim, N0235-N0245).

d) *Overweight Preoccupation*

Terdapat satu indikator dari aspek *Overweight preoccupation*, yaitu:

(1)Berat Badan

Subjek merasa khawatir jika perutnya menjadi buncit karena akan membuat dirinya menjadi tidak percaya diri dan khawatir jika

terlihat menonjol ketika memakai pakaian. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena saya tidak ingin terlihat menonjol pada bagian itu yang membuat saya semakin tidak percaya diri terhadap bentuk tubuh saya, kayak misalnya saya pakai baju yang agak udah sempit saya khawatir jika terlihat bulat di bagian perut saya, kayak terlihat ibu-ibu yang kayak udah hamil tu saya ga mau seperti itu.”
(Verbatim, N0246-N0252).

Subjek pernah mengikuti diet untuk mengurangi berat badan walaupun tidak konsisten ketika menajalani diet. Subjek akan semangat jika ada teman yang ikut untuk berolahraga dan menjalani diet. Berikut keterangan dari subjek:

“Kalo diet biasa sih pernah, karena saya ingin kurus dan punya badan yang langsing seperti orang-orang, walaupun terkadang diet saya tidak konsisten. Tapi kalo misalnya saya ada kawan untuk diet sama-sama mungkin saya akan lebih semangat jalaninnya, kayak senang aja gitu misalnya ada kawan yang mau diajak diet bersama dan olahraga bersama, pengen saya punya kawan yang ada seperti itu”
(Verbatim, N0256-N0265).

Subjek merasa cemas ketika berat badannya bertambah sehingga membuat subjek membandingkan bentuk tubuhnya dengan teman-temannya dan membuat subjek jadi tidak percaya diri. Berikut keterangan dari subjek:

“Iya, karena badan saya gemuk dan ada bagian-bagian yang menonjol dari badan saya, makanya saya cemas ketika berat badan saya bertambah. Apalagi misalnya ada kawan yang awalnya dia gemuk tapi sekarang mulai kurusan, jadi saya mikirin tentang berat badan saya yang makin lama makin bertambah, kayak mikir gimana ya kalo saya makin tambah berat badan, kawan saya udah kurusan tapi saya malah tambah gemuk, apalagi juga mikir nanti bakal jadi susah pakai pakaian kayak jadi sempit gitu.”
(Verbatim, N0269-N0280).

e) *Self-classified Weight*

Terdapat satu indikator dari aspek *Self-classified weight*, yaitu:

(1) Penilaian Bentuk tubuh

Subjek tidak memiliki tubuh yang ideal karena memiliki badan yang gemuk dan pendek, subjek juga berpendapat bahwa dirinya sering memakan makanan yang berlemak sehingga tidak membuat tubuhnya menjadi ideal seperti orang-orang. Berikut keterangan dari subjek:

“Tidak, karena saya gemuk, dan saya juga memiliki tubuh yang pendek yang mana itu bukan bentuk tubuh yang ideal, gimana mau punya tubuh ideal saya sering banyak makan makanan yang berlemak, apalagi soal tinggi pasti butuh usaha yang lebih buat lebih tinggi apalagi di usia segini, masa pubertas udah habis gmana mau punya tubuh tinggi, tapi kalo soal tubuh langsing masih bisa”

(Verbatim, N0283-N0291).

Subjek mendapatkan pujian dari teman-temannya bahwa dirinya cantik, namun subjek tidak terlalu percaya dengan yang dikatakan oleh teman-temannya mengenai fisiknya, subjek hanya percaya dengan keluarganya. Berikut keterangan dari subjek:

“Saya tidak tau kalo orang bilang saya cantik atau engga, karena saya tidak pernah mendengar dari orang kalo saya itu cantik kecuali ibu saya, adik saya, dan ayah saya. Tapi ada sih beberapa teman saya yang bilang saya cantik dan punya badan bagus di depan tapi gatau kalo dibelakang saya gimana, tapi saya harapannya sih mereka emang jujur dalam hati, tapi kalo kawan yang bener-bener dekat saya percaya sih tapi gatau kalo emang orang yang jarang saya temui atau kurang dekat lah sama mereka saya agak kurang percaya, mungkin kalo mereka bilang cantin karena ga enakan aja sama saya, mungkin itu aja sih menurut saya.”

(Verbatim, N0295-N0309).

c. Hasil Wawancara Alloanamnesa Subjek III (IF)

Subjek adalah seorang mahasiswa yang aktif dalam bermedia sosial, namun subjek memiliki masalah terhadap *body image* yang dimilikinya, subjek merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya.

Subjek tidak terima dengan bentuk tubuhnya dan merasa tidak puas karena subjek memiliki badan yang gemuk dan memiliki tubuh yang pendek. Berikut keterangan teman subjek:

“Kok menurut aku ee kalo dari laki-laki sih engga tapi kalo dia tu kayak sesama perempuan aja, kek misalnya tu dia ga puas sama tinggi badannya, katanya aku gemuk kali lah kek gini dengan tinggi badan kek gini itu yang aku tau, tapi kalau dari pada laki-laki kayak engga sih dia tu” (Verbatim, I0024-I0030).

Subjek tidak ingin memiliki bentuk tubuh yang berotot, subjek ingin mempunyai badan yang tinggi dan tubuh yang langsing. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ga kalo dia, dia tu lebih pengen tinggi dan biar ga gendut-gendut kali” (Verbatim, I0043-I0044).

Subjek tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, seperti pahanya yang agak besar dan tidak memiliki tubuh yang tinggi. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ada sih bagian tubuh yang dia tidak puas kayak dari tingginya, badannya yang agak gemuk, pahanya mungkin yg agak besar gitu” (Verbatim, I0045-I0047).

Subjek merasa *insecure* karena tidak memiliki badan yang ideal seperti memiliki tubuh yang langsing dan tubuh yang tinggi. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Kadang iya, kayak pertanyaan pertama tadi, kayak dia tu ga puas sama tinggi badan dan berat badannya tu, kadang dia tu pengen lebih kurus dari badannya sekarang terus”
(Verbatim, I0053-I0056).

Subjek sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan teman-temannya, subjek tidak memiliki badan yang ideal seperti teman-temannya.

Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ya menurut aku ya soal tinggi badan dan berat badan sih, kayak di liat teman-teman dia pada tinggi dan punya badan bagus, terus dia jadi sering bandingin diri dengan teman-temannya”
(Verbatim, I0060-I0064).

Subjek merasa tidak percaya diri ketika mendapat komentar-komentar negatif dari orang lain mengenai bentuk fisik dan membuat subjek sedih selama beberapa hari. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Iya, karena dia pernah kemarin tu dikomentarin orang, kepikiran juga dia sih tapi kepikirannya ga lama gitu paling beberapa hari kepikiran gitu, fhabis tu dah kembali kayak biasa”
(Verbatim, I0073-I0077).

Subjek sering mendapatkan dukungan dari temannya agar subjek mempunyai badan ideal dan tidak terlalu mendengarkan komentar negatif dari orang lain mengenai bentuk fisiknya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Iya aku kasih tau ke dia, jadi yang kayak gitu ngapain kepikiran dengan omongan orang gitu terus kadang pun dia bilang, iya sih sebenarnya aku ga itu kali tapi karena liat orang lebih tinggi dari aku dan punya badan yang lebih kurus dari aku kadang aku tu ngerasa lebih pendek dan lebih gemuk dari mereka, kadang pun aku ada bilang ke dia kayak coba minum susu ini, kadang masi bisa tinggi tu ,oh iya katanya, terus dia pun semangat untuk itu, beli susu untuk mencoba biar bisa tinggi lagi gitu kan tapi kayaknya emang udah ga bisa sih karena udah umur di atas 20 kan ya. Kadang aku bilang ke dia, beb gapapa loh tinggi badan kita segini atau belum ideal, nanti kan dapat jodoh yang tinggi”
(Verbatim, I0107-I0123).

Subjek terkadang bersyukur dengan bentuk tubuh yang dimilikinya, namun terkadang subjek memikirkan bentuk tubuh yang ideal seperti yang ada di media sosial. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Kadang bersyukur karena kadang dia juga kepikiran karena faktor lingkungan dan terus dia lihat dari media sosial mungkin”
(Verbatim, I0127-I0129).

Subjek selalu memperhatikan cara berpakaianya agar terlihat menarik. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Iya dia memperhatikan, kayak misal dia keluar tu, dia pake jilbab hijau terus dia pake baju hijau juga yang harus cocok kayak gitu, dia memperhatikan cara berpakaianya kok”
(Verbatim, I0142-I0145).

Subjek selalu menutupi bagian-bagian tubuh yang terlihat menonjol ketika memposting fotonya di media sosial. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Wah baguss hebat, emang kek gitu bagusnya, apalagi perempuan, emang alangkah baiknya menutup aurat untuk tidak dilihat dari orang, terutama dari laki-laki”
(Verbatim, I0163-I0167).

Subjek mengikuti program diet untuk membuat tubuh yang ideal. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Hmm ga juga sih tapi dia kan akhir-akhir ni dia kalo makan nasi tu sehari sekali kalo bisa, kayak misalhnya dalam sehari tu dia makan 2 kali sehari tu kayak ketiga kali tu udah takut makan nasi, kayak dia bilangaku udah makan nasi loh tadi pagi sama siang, kalo aku makan lagi nanti badan aku jadi gemuk loh, kayak gitu”
(Verbatim, I0173-I0180).

Subjek merasa cemas ketika berat badannya bertambah karena subjek khawatir berat badannya tidak sesuai dengan tingginya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Iya, karena dia takut berat badannya naik yang ga sesuai sama tinggi badannya”
(Verbatim, I0183-I0184).

Subjek berusaha untuk memiliki badan ideal, ingin menambah tinggi badan agar terlihat menarik, namun tidak berhasil dengan yang diinginkannya. Berikut keterangan dari teman subjek:

“Ya dia menanggapi dengan apa adanya gitu, karena emang dia udah berusaha untuk meninggikan badan tapi belum naik-naik gitu, jadi dia nanggapinnya dengan paling ya dengan ya emang segini tinggi badan ku, jadi ya kek gitu lah biasanya”
(Verbatim, I0186-I0191).

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dipaparkan diatas, diperoleh tentang gambaran kepuasan *body image* pada wanita dalam penggunaan media sosial di fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan *body image* pada wanita, yang pertama faktor jenis kelamin. Dalam penelitian ini jenis kelamin dapat diartikan sebagai perbedaan kepuasan *body image* antara laki-laki dan wanita. Menurut Cash (dalam, Amandha & Ifdhil, 2015) Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita dari pada laki-laki. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki *body image* yang negatif. Wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki. Presepsi *body image* yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada wanita.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ketiga subjek memiliki perbedaan kepuasan *body image*, subjek I lebih memperdulikan penampilan fisiknya, subjek I ingin memiliki bentuk tubuh ideal seperti tubuh yang langsing ketimbang bentuk tubuh yang berotot. Kemudian subjek II ingin mengikuti standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial seperti memiliki warna kulit yang putih, tubuh yang langsing dan hidung yang mancung, subjek II tidak ingin memiliki massa otot yang berlebihan seperti laki-laki, subjek II hanya ingin memiliki otot yang sesuai dengan porsi tubuhnya. Subjek III memiliki kepuasan *body image* yang lebih rendah, karena sering mendapat deskriminasi dari orang-orang di media sosial mengenai penampilan fisiknya, subjek III juga sering merasa *insecure* karena hal tersebut. Subjek III juga tidak ingin memiliki bentuk tubuh dengan massa otot seperti laki-laki.

Faktor kedua adalah media massa. Media massa yang muncul memberikan gambaran ideal mengenai *figure* perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang, Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi konsumen dalam berbagai cara. Isi tayangan media massa sering menggambarkan standart kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, dalam hal ini berarti wanita yang memiliki tubuh yang kurus percaya bahwa mereka adalah orang-orang yang sehat. Kemudian dengan melihat foto-foto model yang langsing membuat gadis dan perempuan merasa buruk tentang tubuh mereka, beberapa penelitian menunjukkan dampak negatif (Cash, dalam Amandha & Ifdhil, 2015).

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ketiga subjek memiliki pengaruh dari media massa terhadap *body image* yang dimiliki. Subjek I ingin memiliki badan yang ideal seperti yang ditampilkan di media sosial, namun subjek ingin memiliki badan yang ideal dengan cara yang *healty*, tidak menggunakan obat-obatan pelangsing untuk membuat tubuh langsing. Subjek I juga tidak merasa puas dan *overthinking* terhadap bentuk tubuhnya karena sering melihat teman-temannya yang memiliki badan yang ideal di media sosial, karena hal tersebut subjek I pernah sampai menghapus semua media sosial yang dimiliki agar terhindar dari *overthinking* dan terhindar dari rasa *insecure*. Subjek I juga pernah sampai mengurung diri di kamar karena pada waktu itu subjek I mengalami *breakout* pada wajah yang membuat subjek tidak ingin bertemu dengan teman-temannya dan tidak ingin lagi aktif di media sosial beberapa waktu. Kemudian subjek II juga terpengaruh standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial seperti ketika melihat orang-orang yang ada di media sosial yang memiliki badan yang ideal, subjek II berkeinginan untuk memiliki badan ideal seperti yang ditampilkan media sosial, subjek II jadi merasa tidak bersyukur terhadap bentuk tubuhnya. Subjek III juga terpengaruh standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial, subjek awalnya bersyukur dengan bentuk tubuh yang dimiliki, namun ketika melihat standar kecantikan yang ada di media sosial membuat jadi tidak bersyukur dan tidak puas terhadap bentuk tubuh.

Faktor ketiga adalah hubungan interpersonal. Menurut Cash (dalam, Amandha dan Ifdhil, 2015) Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan *feedback* yang diterima

mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ketiga subjek memiliki masalah terhadap hubungan interpersonal yang menyebabkan perasaan buruk terhadap penampilan fisik. Subjek I sering membandingkan dirinya dengan teman-teman karena tidak memiliki badan yang ideal, subjek I juga mengalami stress ketika membandingkan diri dengan orang lain, sehingga membuat waktu tidurnya menjadi berantakan karena selalu membandingkan diri dengan orang-orang yang ada di media sosial. kemudian subjek I juga berkeinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang menarik. Subjek I juga merasa cemas ketika mendapat evaluasi dari orang-orang yang ada di media sosial mengenai bentuk tubuh dan membuat subjek jadi kurang bersyukur dengan bentuk tubuh dan membuat subjek menghindari keramaian karena tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Subjek II sering membandingkan diri dengan orang-orang yang ada di media sosial mengenai penampilan fisik, subjek II juga merasa tidak percaya diri ketika menggunakan pakaian karena tidak memiliki proporsi badan yang bagus yang mengakibatkan Subjek II sering menutup diri dari orang-orang sekitar. Subjek II merasa sakit hati ketika mendapat komentar-komentar yang negatif dari orang-orang yang ada di media sosial, sehingga membuat subjek menghapus semua fotonya di media sosial agar terhindar dari komentar-komentar negatif dari orang-orang yang ada di media sosial, tetapi walaupun subjek merasa sakit hati, subjek tidak peduli dan menjadi hinaan tersebut sebagai motivasi untuk memiliki bentuk

tubuh yang lebih baik. Kemudian subjek III juga membandingkan diri dengan orang-orang yang ada di media sosial sehingga membuat subjek jadi merasa *insecure* dan tidak puas terhadap bentuk tubuh, karena hal tersebut subjek jadi menutup diri dan sering menolak ajakan teman-temannya ketika ingin berkumpul. Subjek III sering merasa *down* dan tertekan ketika mendapat tanggapan yang buruk dari orang-orang yang ada di media sosial mengenai penampilan fisik, sehingga membuat subjek III mengalami gangguan makan seperti mengurangi makan nasi dan makan hanya sehari sekali.

Terdapat beberapa aspek *body image* pada wanita, yang pertama *Appearance evalution*. Menurut Cash dan Puzinsky (dalam Amandha & Ifdhil, 2015) *Appearance evalution* yaitu mengukur penampilan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan.

Subjek I berpikir negatif terhadap bentuk tubuh yang dimiliki, subjek I tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya karena tidak memiliki badan yang ideal atau penampilan fisik yang menarik seperti teman-temannya. Subjek II merasa tidak menyukai penampilan fisiknya, walaupun begitu subjek berkeinginan untuk melakukan olahraga dan diet agar memiliki penampilan fisik yang menarik. Subjek III juga merasa tidak menyukai penampilan fisiknya karena tidak memiliki tubuh yang ideal, subjek juga merasa penampilan fisiknya tidak menarik seperti teman-temannya yang lain yang memiliki bentuk tubuh yang ideal.

Aspek kedua adalah *Appearance orientation*. Menurut Cash dan Puzinsky (dalam, Amandha & Ifdhil, 2015) yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.

Subjek I sangat memperhatikan cara berpakaianya agar terhindar dari komentar-komentar negatif dari orang-orang yang ada di media sosial, subjek I juga selalu memperhatikan penampilannya ketika ingin memposting di media sosial agar terlihat menarik oleh orang lain. Subjek I terkadang peduli dengan perkataan orang-orang yang ada di media sosial terhadapnya agar lebih memperhatikan penampilannya kedepannya. Kemudian subjek II tidak terlalu peduli dengan cara berpakaianya karena ia merasa bahwa apapun pakaian yang dipakai tidak terlihat menarik, namun subjek II memperhatikan penampilannya di media sosial agar terlihat menarik oleh orang-orang. Subjek II tidak peduli dengan yang dikatakan orang-orang di media sosial mengenai penampilannya, namun subjek menjaga penampilannya agar terhindar dari komentar-komentar yang tidak baik di media sosial. Subjek III berhati-hati dalam memilih pakaian agar terlihat menarik oleh orang lain, subjek III juga selalu memperhatikan penampilannya ketika ingin memposting foto di media sosial, subjek III selalu memikirkan tanggapan orang lain mengenai penampilan fisiknya.

Aspek ketiga adalah *Body area satisfaction*. *Body area satisfaction* adalah Kepuasan terhadap bagian tubuh, yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan (Cash dan Puzinsky, dalam Amandah dan Ifdhil, 2015).

Subjek I merasa tidak memiliki tubuh yang ideal, subjek merasa tidak puas karena memiliki hidung yang tidak mancung, tubuh yang pendek dan memiliki

paha yang agak besar. Subjek I sering menutup bagian-bagian tubuhnya yang terlihat menonjol di media sosial agar tidak terlihat bagian-bagian tubuh yang gemuk. Subjek II merasa tidak puas terhadap bagian-bagian tubuhnya karena tidak memiliki pipi yang tirus, hidung yang mancung, dan tidak memiliki tubuh yang langsing. Subjek II juga sering menutupi bagian-bagian tubuhnya yang terlihat gemuk di media sosial agar terlihat kurus oleh orang lain. Subjek II terlihat gemuk di bagian paha dan lengan sehingga membuat subjek jadi tidak percaya diri. Subjek III merasa tidak puas terhadap *body image* yang dimiliki karena tidak memiliki warna kulit yang putih dan tidak memiliki tubuh yang langsing, subjek III tidak percaya diri terhadap bagian-bagian tubuh yang dimiliki sehingga membuat subjek menutup bagian-bagian tubuhnya di media sosial agar tidak terlihat gemuk.

Aspek keempat adalah *Overweight preoccupation*. Menurut Cash dan Punzisky (dalam, Amandha dan Ifdhil, 2015) *Overweight preoccupation* yaitu mengukur kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan.

Subjek I tidak percaya diri karena memiliki perut yang buncit, oleh sebab itu, subjek I melakukan diet, berolahraga dan mengonsumsi makanan yang sehat agar mengurangi berat badan. Subjek I merasa cemas ketika berat badannya terus bertambah. Subjek II memiliki berat badan 67 kg dan memiliki tinggi 155 cm, subjek merasa tidak percaya diri jika perutnya terlihat buncit karena akan terlihat menonjol ketika memakai pakaian. Subjek II merasa cemas ketika berat badannya terus bertambah. Subjek II mengikuti diet untuk menurunkan berat badan namun

subjek tidak konsisten ketika menjalaninya. Subjek III merasa khawatir jika perutnya menjadi buncit dan membuat jadi tidak percaya diri dengan bentuk tubuh yang dimilikinya, Subjek III merasa cemas ketika berat badannya terus bertambah dan membuat subjek jadi membandingkan diri dengan teman-temannya. Subjek III melakukan diet untuk menurunkan berat badan, subjek III juga merasa akan lebih semangat jika mendapat dukungan dari teman-temannya.

Aspek kelima adalah *Self-classified weight*. Menurut Cash dan Punzisky (dalam, Amandha dan Ifdhil, 2015) Pengkategorian ukuran tubuh, yaitu mengukur bagaimana individu menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai gemuk.

Subjek I berpendapat bahwa dirinya memiliki tubuh yang gemuk dan memiliki tubuh yang pendek, Subjek I sering mendapatkan pujian dari temannya tentang penampilan fisiknya, namun subjek I sering mendapatkan perkataan yang tidak baik dari orang lain. Subjek II memiliki bentuk tubuh yang gemuk yang tidak memiliki tubuh yang langsing seperti orang-orang. Subjek berkeinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal dan berkeinginan untuk memiliki kulit berwarna putih. Subjek II juga sering mendapat dukungan dari teman-temannya untuk menurunkan berat badan dengan cara berolahraga dan melakukan diet. Subjek III tidak memiliki badan yang ideal karena memiliki tubuh yang pendek, subjek III juga sering mengkonsumsi makanan yang berlemak sehingga membuatnya sulit untuk menurunkan berat badan, namun subjek sering mendapat pujian dari teman-temannya karena cantik, tetapi subjek III tetap tidak percaya dengan perkataan teman-temannya dan tetap merasa *insecure* dengan penampilannya.

Tabel 8.
Kesimpulan Hasil Penelitian

No	Aspek	Subjek I	Subjek II	Subjek III
1	<i>Appearance evaluation</i>	a. subjek selalu merasa <i>overthinking</i> mengenai bentuk tubuh karena tidak memiliki bentuk tubuh yang bagus, subjek juga sering merasa tidak percaya diri	a. subjek tidak menyukai penampilan fisiknya, namun subjek berkeinginan untuk memiliki badan yang ideal dengan cara berolahraga dan melakukan diet.	a. Subjek merasa penampilan fisiknya tidak menarik seperti teman-teman yang lain karena tidak memiliki bentuk tubuh yang ideal
2	<i>Appearance orientation</i>	a. Subjek sangat memperhatikan cara berpakaian agar terhindar dari komentar-komentar yang buruk, dan subjek selalu memperhatikan penampilannya ketika ingin memposting foto di media sosial	-	a. Subjek sangat berhati-hati ketika memilih pakaian agar terlihat menarik oleh orang-orang, subjek selalu memikirkan tanggapan orang lain mengenai penampilannya
3	<i>Body area satisfaction</i>	-	-	-
4	<i>Overweight preoccupation</i>	a. Merasa tidak percaya diri karena memiliki perut yang buncit, namun subjek berusaha untuk menurunkan berat badan dengan cara berolahraga dan melakukan diet	a. Subjek merasa cemas ketika berat badannya terus bertambah, subjek juga melakukan diet walaupun tidak konsisten	a. Subjek merasa khawatir perutnya menjadi buncit karena akan terlihat menonjol ketika berpakaian
5	<i>Self-classified weight</i>	a. Subjek berpendapat memiliki tubuh yang gemuk dan pendek, subjek sering mendapat dukungan dari teman-teman	a. Subjek memiliki tubuh yang gemuk dan subjek berkeinginan untuk memiliki tubuh yang langsing serta memiliki kulit berwarna putih	a. Subjek sering mengonsumsi makanan yang tidak sehat sehingga sulit untuk menurunkan berat badan. Subjek sering mendapat pujian dari temannya, tetapi subjek tidak percaya oleh perkataan tersebut

No	Faktor	Subjek I	Subjek II	Subjek III
1	Jenis Kelamin	a. subjek ingin memiliki bentuk tubuh yang ideal dan tidak ingin mengembangkan massa otot seperti laki-laki	a. subjek mengikuti standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial, subjek tidak ingin memiliki massa otot yang berlebihan, subjek ingin memiliki massa otot yang sesuai dengan proporsi tubuhnya	a. subjek memiliki kepuasan lebih rendah dibanding laki-laki karean sering mendapatkan deskriminasi dari orang-orang mengenai penampilan fisik dan subjek juga tidak ingin membesarkan massa otot
2	Media Massa	a. subjek ingin memiliki badan yang ideal seperti yang ditampilkan di media sosial, namun subjek harus dengar cara yang healthy	a. subjek merasa insecure karena tidak memiliki badan yang ideal seperti standar kecantikan yang ada di media sosial	a. subjek merasa tidak beryukur terhadap bentuk tubuhnya ketika melihat badan ideal yang di tampilkan di media sosial
3	Hubungan Interpersonal	a. subjek merasa stress ketika membandingkan dirinya dengan orang lain, namun subjek berkeinginan untuk memiliki badan yang ideal seperti orang lain	a. subjek sering membandingkan diri dengan orang lain, subjek sering menutup diri dari orang lain karena tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya dan subjek merasa sakit hati ketika mendengar komentar buruk dari orang lain mengenai bentuk tubuhnya	a. subjek sering merasa down ketika mendapat tanggapan yang buruk mengenai penampilan fisiknya, subjek juga merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya karena tidak memiliki badan yang ideal

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan tentang “Gambaran *Body Image* pada Wanita dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh”, dapat disimpulkan bahwa:

1. Ditemukan bahwa ketiga subjek memiliki *body image* yang buruk.
2. *Body image* pada ketiga subjek dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu jenis kelamin, media massa dan hubungan interpersonal.
3. *Body image* pada ketiga subjek dipengaruhi oleh beberapa aspek. Aspek *appearance evaluation* ditemukan hanya pada subjek I dan subjek II. Aspek *appearance orientation* ditemukan pada ketiga subjek. Namun tidak ditemukan aspek *body area satisfaction* pada ketiga subjek. Aspek *overweight preoccupation* ditemukan pada ketiga subjek. Kemudian pada aspek *self classified weight* ditemukan pada ketiga subjek.

B. Saran

1. Saran Untuk Subjek Penelitian

Kepada subjek sebaiknya lebih memilih setiap informasi yang diterima. Subjek tidak perlu meniru standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial, karena setiap individu itu berbeda, tidak ada yang sama. Subjek diharapkan agar menerima dan menyukai diri sendiri apa adanya, tidak terlalu mengikuti trend-trend yang ada di media sosial, karena jika trend tersebut tidak sesuai merugikan diri subjek. Diharapkan kepada subjek

untuk mengurangi dalam penggunaan media sosial dengan cara membuat komitmen dan *schedule* untuk batasan dalam penggunaan media sosial, subjek juga dapat memberanikan diri untuk menghapus media sosial dan disarankan hanya menggunakan dua media sosial, kemudian subjek juga disarankan untuk memberikan *reward* untuk diri sendiri jika berhasil mencapai target yang diinginkan. Subjek juga diharapkan untuk hidup dengan sehat agar terhindar dari perasaan yang buruk mengenai bentuk tubuh yang dimiliki dengan cara berolahraga, tidak tepat waktu dan mengonsumsi makanan yang sehat. Subjek juga harus mencintai diri sendiri dan bersyukur dengan bentuk tubuh yang dimiliki, karena dengan hal tersebut membuat subjek jadi memiliki perasaan yang positif mengenai bentuk tubuhnya.

2. Saran untuk orang-orang terdekat (teman)

Adanya dukungan dari orang-orang terdekat dapat membangun semangat subjek agar lebih bersyukur terhadap bentuk tubuh yang dimiliki. Maka dari itu diharapkan kepada orang-orang terdekat subjek terus memberi motivasi dan membela ketika subjek mendapat komentar-komentar negatif mengenai bentuk tubuhnya dari orang lain.

3. Saran untuk pengguna media sosial

Diharapkan kepada pengguna media sosial untuk lebih bijak dalam menggunakan media sosial, menjaga perkataan di media sosial dan menjunjung tinggi etika dalam berkomunikasi.

4. Saran untuk peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti lebih dalam tentang *body image*, sebaiknya mencari teori yang lebih banyak yang ada serta mencari dan memperhatikan faktor-faktor dan aspek-aspek lainnya yang mempengaruhi kepuasan *body image*.

Jika ingin meneliti mengenai *body image* disarankan agar menggunakan jumlah subjek yang lebih banyak dan mungkin bisa meneliti dengan jenis kelamin yang berbeda seperti laki-laki.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah B. S., (2021). Hubungan antara *body image* kepercayaan diri pada remaja siswa XI sman 6 kota tanggerang selatan. *Jurnal Empati*, Volume 10, No. 4, Agustus 2021.
- Amalia, L. (2007). Citra tubuh remaja perempuan. *Jurnal Musawa*, 5(4). STAIN Ponorogo.
- Arthur, S. R. & Emily S. R. (2010). Kamus psikologi. Pustaka Pelajar Yogyakarta.
- Brogan, C., (2010) *Sosial media 101: Tactics and tips to develop your business online*: Jhon Wiley & Sons.
- Cash T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: a handbook of theory, research and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Cash, T.F. (2012). *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*. California: Elsevier.
- Chaplin, J.P. (2006). Kamus lengkap psikologi. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep *body image*. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. volume 3 No. 2, Juni 2015, Hal 55-61.
- Diener, E., and Ryan, K. (2015). *Subjective well-Being: a general overview*. *south african journal of psychology*, 39(4), 391-406.
- Diener, Ed. & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: unlocking the mysteries of psychological wealth*. Blackwell Publishing Singapore.
- Frisch, N.C. (2006). *Psychiatric mental health nursing*. Thomson Delmar Learning Canada.
- Ghozali, Imam. (2009). Apikasi analisis multivariat dengan program SPSS, Badan Penerbit Universitas Diponegoro, Semarang.
- Hakim, L. N., (2013). Ulasan metodologi kualitatif: wawancara terhadap elit. *Jurnal Aspirasi*, Vol. 4 No. 2, Desember 2013.
- Honigman, Roberta & David J. Castle. (2007). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan memiliki anak. *Jurnal Psikologi*. Volume 1, Nomor 1 Tahun 2007, 52 – 62.

- Hurlock, E.B (2009). Psikologi perkembangan: Suatu perkembangan sepanjang rentan kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Kapikiran, S. (2013). *Loneliness and life satisfaction in turkish early adolescents: the mediating role of self esteem and social support*. Soc Indic Res, 111, 617-632.
- Liedfray, T. dkk. (2022). Peran media sosial dalam mempererati interaksi antar keluarga di desa esandom kecamatan tombatu timur kabupaten minahasa tenggara. *Jurnal ilmiah society*. Volume 2 No. 1 Tahun 2022.
- Maemunah, S. E., (2020). Hubungan antara tingkat kepuasan citra tubuh (*body image*) dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswa fakultas psikologi. *Jurnal Aksioma Al-Asas : Jurnal Pendidikan Islam Usia Dini*, Vol 1, No.1, 2020. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Michael H Walizer. (1987). “Metode dan analisis penelitian, Jilid 2 : Mencari hubungan”, Jakarta : Erlangga.
- Miles, Michael B., & A. Michael Huberman.(2002). Analisis data kualitatif. Terj.
- Nasrullah, Rulli. (2014). Teori dan riset media siber (*Cybermedia*). Kencana Prenadamedia Group Jakarta.
- Nasrullah, Rulli. (2015). Media sosial perspektif komunikasi, budaya dan sosioteknologi. Simbiosis Rekatama Media Bandung.
- Neugarten, B.L. (1968). *Middle age & aging, a reader in social psychology. The University of Chicago*.
- Noeng Muhadjir, (2002). Metodologi penelitian kualitatif edisi IV. Penerbit Rake Sarasin Yogyakarta.
- Rijali, A., (2018). Analisis data kualitatif. *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17, No. 33, Januari-Juni 2018.
- Rombe, S. (2014). Hubungan *body image* dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di sma negeri 5 samarinda. *eJournal Psikologi*.
- Samosir, D. T. P., & Sawitri, D. R., (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan pengungkapan diri pada remaja awal kelas VII. *Jurnal Empati*. April 2015, Volume 4(2), 14-19.
- Sanaky, M. M., (2021). Analisis faktor-faktor keterlambatan pada proyek pembangunan gedung asrama man 1 tulehu maluku tengah. *Jurnal Simetrik*, Vol. 11, No. 1, Juni 2021.

- Santrock, J.W.(2002). *Life span development* (Perkembangan Masa Hidup). Erlangga Jakarta.
- Schonfeld, W.A. (1969). *The body and the body-image in adolescents*. New York: Basic Books.
- Septiadi, A., (2016). Pemamfaatan media sosial untuk efektifitas komunikasi. *Joernal Social media, Effetiveness, Communications*.
- Sitinjak, Tumpal JR & Sugiarto. (2006). LISREL. Graha Ilmu Yogyakarta.
- Smolak, Linda & Thompson. (2009). *Body image, eating disorders, and obesity in youth*. American Psychological Asociation Wasinghton.
- Sousa, L., & Lyubomirsky, S. (2001). Life satisfaction. In J. Worell (Ed), *Encyclopedia of women and gender: Sex similarities and differences and the impact of society on gender*, 2, 667 – 676. San Diego : Academic Press.
- Sugiyono. (2013). Metode penelitian kuantitatif, kualitatig dan R&D. Alfabeta Cv Bandung.
- Sugiyono. (2015). Metode penelitian kombinasi (*Mix Methods*).Alfabeta Bandung.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta Bandung.
- Syamsudin, A., (2014). Pengembangan instrumen evaluasi non tes untuk menjaring data kualitatif perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, Vol. III, Edisi 1, Juni 2014.
- Thompson, J. K. (2000). *Body image, eating disorders, and obesity*. Amarican Psychological Association. Washington, DC. Tjetjep Rohendi Rohidi. Jakarta: UI Press.
- Wanto, A. H., (2017). Strategi pemerintah kota malang dalam meningkatkan kualitas pelayanan publik berbasis konsep *smart city*. *Joernal of Public Sector Innovations*, Vol. 2, No. 1, November Tahun 2017, (39-43).

LAMPIRAN

Panduan obervasi umum

No	Indikator
1	Gambar umum subjek.
2	Kondisi fisik dan penampilan subjek saat penelitian.
3	Bahasa tubuh yang ditunjukkan oleh subjek selama proses wawancara.
4	Eksperesi wajah subjek selama penelitian.
5	Kondisi emosional subjek selama penelitian.
6	Sikap dan perilaku subjek saat wawancara.
7	Hubungan subjek dengan teman-teman, dan lingkungan sosialnya

Panduan wawancara khusus faktor-faktor kepuasan *body image* (Cash, dalam Amandha & Ifdhil 2015)

No	Faktor-faktor <i>Body Image</i>	Indikator	Pertanyaan
1	Jenis kelamin	Tingkat kepuasan tubuh	- Menurut anda mengapa wanita lebih sering memiliki tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah dibanding laki-laki?
		<i>Body image</i> negatif	- Menurut anda apa perbedaan pandangan antara wanita dan laki-laki terhadap bentuk tubuh yang dimiliki?
		Massa otot	- Apakah anda ingin mengembangkan massa otot seperti laki-laki?
		Merasa tidak puas	- Mengapa anda merasa tidak puas pada bagian-bagian tubuh yang anda miliki?
2	Media massa	Standar kecantikan	- Apakah standar kecantikan dari media sosial mempengaruhi pandangan anda mengenai bentuk tubuh anda? Jika iya, mengapa?
		Pengaruh media massa	- Apa pendapat anda mengenai bentuk tubuh yang dianggap ideal oleh media sosial?
		Dampak negatif media sosial	- Apakah anda merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh anda ketika melihat teman-teman anda yang memiliki tubuh ideal di media sosial? Jika iya, kenapa?
3	Hubungan interpersonal	Perbandingan diri	- Apa yang membuat anda sampai membandingkan diri dengan teman atau orang lain dalam lingkungan sosial anda? - Apa dampak negatif bagi anda ketika membandingkan diri dari orang lain?
		Penampilan fisik	- Apakah tanggapan penampilan fisik dari orang lain mempengaruhi kepercayaan diri anda? - Bagaimana anda menghadapi komentar negatif terhadap penampilan fisik yang anda miliki? - Bagaimana menurut anda mengenai ekspektasi orang-orang terhadap anda mengenai penampilan fisik?

		Kecemasan	- Apa yang anda rasakan ketika menerima evaluasi penampilan fisik dari orang lain? - Apakah perasaan cemas saat menerima evaluasi diri dari orang lain mempengaruhi kepercayaan diri anda? Jika iya, kenapa? - Apakah dukungan dari teman-teman anda dapat mengurangi rasa cemas yang anda alami? Jika iya, kenapa?
--	--	-----------	---

Panduan wawancara khusus aspek-aspek kepuasan *body image*
(Cash, dalam Amandha & Ifdhil 2015)

No	Aspek-aspek kepuasan <i>body image</i>	Indikator	Pertanyaan
1	<i>Appearance evalution</i>	Perhatian individu mengenai fisiknya	- Apakah anda menyukai penampilan anda apa adanya? Jika iya, kenapa? - Apakah penampilan anda lebih menarik dibanding dengan teman-teman? Jika tidak, kenapa?
2	<i>Appearance orientation</i>	Perhatian individu dalam berpenampilan	- Apakah anda berhati-hati dalam memilih pakaian yang dapat mempercantik penampilan? Jika iya, kenapa? - Apakah anda selalu memperhatikan penampilan sebelum mengupload foto di media sosial? Jika iya, kenapa? - Apakah anda selalu peduli dengan apa orang pikirkan mengenai penampilan anda di media sosial? Jika iya, kenapa?
3	<i>Body area satisfaction</i>	Bagian tubuh	- Apakah anda memiliki bentuk wajah yang menarik? Jika tidak, kenapa? - Apakah anda menutupi bagian tubuh ketika mengupload foto di media sosial? Jika iya, kenapa?
4	<i>Overweight preoccupation</i>	Berat badan	- Apakah anda khawatir jika perut anda buncit? Jika iya, kenapa? - Apakah anda pernah melakukan diet ketat atau puasa untuk mengurangi berat badan? Jika pernah, kenapa? - Apakah anda terus menerus mencemaskan berat badan anda semakin bertambah? Jika iya, kenapa?
5	<i>Self-classified weight</i>	Penilaian bentuk tubuh	- Apakah anda memiliki bentuk tubuh yang ideal? Jika tidak, kenapa? - Apakah kebanyakan orang menganggap anda cantik?

Panduan Wawancara *Alloanamnesa*
Faktor-Faktor Kepuasan *Body Image* (Cash, dalam
Amandha & Ifdhil 2015)

No	Faktor-faktor <i>Body Image</i>	Indikator	Pertanyaan
1	Jenis kelamin	Tingkat kepuasan tubuh	- Menurut anda apakah subjek memiliki tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah dari pada laki-laki?
		<i>Body image</i> negatif	- Menurut anda bagaimana pandangan subjek mengenai perbedaan bentuk tubuh antara wanita dan laki-laki?
		Massa otot	- Menurut anda apakah subjek ingin mengembangkan massa ototnya seperti laki-laki?
		Merasa tidak puas	- Menurut anda apakah subjek tidak puas terhadap bagian-bagian tubuh yang dimilikinya?
2	Media massa	Standar kecantikan	- Menurut anda apakah subjek mengikuti standar kecantikan yang ada di media sosial? Jika iya, kenapa?
		Pengaruh media massa	- Menurut anda bagaimana subjek menanggapi tubuh yang dianggap ideal di media sosial?
		Dampak negatif media sosial	- Menurut anda apakah subjek merasa <i>insecure</i> terhadap bentuk tubuhnya ketika melihat teman-temannya yang ada di media sosial?
3	Hubungan interpersonal	perbandingan diri	- Menurut anda apa yang membuat subjek membandingkan diri dengan teman-temannya? - Menurut anda apa dampak negatif yang dialami subjek ketika membandingkan diri dengan orang lain?
		Penampilan fisik	- Menurut anda apakah komentar dari orang lain terhadap subjek membuat subjek jadi kurang percaya diri? - Bagaimana cara subjek menghadapi komentar negatif dari orang-orang mengenai penampilannya? - Menurut anda bagaimana subjek menanggapi ekspektasi orang-orang terhadapnya mengenai penampilan fisik?
		Kecemasan	- Menurut anda apa yang dirasakan subjek ketika menerima evaluasi penampilan fisik dari orang lain? - Menurut anda apakah subjek ketika menerima evaluasi diri dari orang lain membuat subjek jadi kurang percaya diri? - Bagaimana cara anda mendukung subjek agar tidak merasa cemas?

Panduan Wawancara *Alloanamnesa*
Aspek-Aspek Kepuasan *Body Image* (Cash, dalam
Amandha & Ifdhil 2015)

No	Aspek-aspek kepuasan <i>body image</i>	Indikator	Pertanyaan
1	<i>Appearance evalution</i>	Perhatian individu mengenai fisiknya	- Menurut anda apakah subjek bersyukur dengan bentuk tubuh yang dimilikinya? - Menurut anda apakah penampilan subjek menarik? Jika iya, kenapa?
2	<i>Appearance orientation</i>	Perhatian individu dalam berpenampilan	- Menurut anda apakah subjek memperhatikan cara berpakaian agar terlihat cantik? Jika iya, kenapa? - Menurut anda apakah subjek selalu memperhatikan penampilannya sebelum memposting fotonya? - Menurut anda apakah subjek selalu memikirkan tentang orang pikirkan tentang penampilan fisiknya di media soial?
3	<i>Body area satisfaction</i>	Bagian tubuh	- Menurut anda apakah subjek memiliki bentuk wajah yang menarik? - Bagaimana pendapat anda tentang subjek yang menutupi bagian-bagian tubuh di media sosial?
4	<i>Overweight preoccupation</i>	Berat badan	- Menurut anda apakah subjek merasa khawatir ketika perutnya menjadi buncit? - Apakah subjek mengikuti program diet agar mengurangi berat badan? - Apakah subjek mencemaskan berat badannya ketika semakin bertambah? Jika iya, kenapa?
5	<i>Self-classified weight</i>	Penilaian bentuk tubuh	- Menurut anda apakah subjek memiliki tubuh yang ideal? Jika tidak, kenapa? - Menurut anda apakah subjek adalah seorang wanita yang cantik?

HASIL VERBATIM SUBJEK I

Responden : RZ
 Hari/Tanggal : Senin, 03 Agustus 2023
 Durasi Wawancara : 50 Menit
 Lokasi/Tempat : UNMUHA

Code	Percakapan	Coding
P0001	Assalamualaikum, kak.	
R0002	Walaikumsalam.	
P0003 P0004 P0005 P0006 P0007 P0008 P0009 P0010	Perkenalkan kak, nama saya Muhammad Ferdi Prananda dari Fakultas Psikologi UNMUHA. Jadi saya sedang melakukan penelitian skripsi mengenai gambaran kepuasan <i>body image</i> pada wanita dalam penggunaan media sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. apa boleh saya wawancara kakak?	
R0011	Boleh kok, nanya aja.	
P0012	Baik kak, bagaimana kabar kakak?	
R0013	Alhamdulillah baik kok	
P0014 P0015	Mohon maaf kak boleh perkenalkan diri dulu kak sebelum memulai wawancara	
R0016 R0017 R0018	Boleh ferdi, perkenalkan nama saya RZ, lahir di Banda Aceh tanggal 15 bulan mei tahun 1999.	
P0019 P0020 P0021 P0022	Terimakasih kak, kita mulai saja ya kak pertanyaannya. Menurut anda mengapa wanita lebih sering memiliki tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah dibanding laki-laki?	
R0023 R0024 R0025 R0026 R0027 R0028 R0029 R0030 R0031 R0032	Karena mungkin perempuan itu lebih peduli penampilan ya, kaya pakaian dari bawah sampai atas cocok, terus kalo soal bentuk tubuh juga, apalagi sekarang ada standar tubuh ideal di media sosial kayak punya badan bagus tu kayak <i>body goals</i> , mungkin kalo ga kurus gitu berasa ga cantik gitu terus kalo misalnya kita gendut tu kayak bukan standar di media sosial tu dan lingkungan kita gitulah.	Tingkat Kepuasan
P0033 P0034 P0035	Kemudian menurut anda apa perbedaan pandangan antara wanita dan laki-laki terhadap bentuk tubuh yang dimiliki?	

R0036 R0037 R0038 R0039 R0040 R0041 R0042 R0043 R0044	Kalo laki-laki mungkin lebih cuek yang tentang penampilan tapi kebanyakan laki-laki yang aku jumpa sih cuek ke penampilan yang penting mereka nyaman aja sama yang mereka pakai, tapi kalo perempuan itu lebih lihat penampilan agar tidak terlihat gendut dan biar lebih percaya diri. Kalau menurut aku sendiri sih aku ga percaya diri sama bentuk tubuh aku, aku gemuk dan pendek.	Body Image Negatif
P0045 P0046 P0047	Itu kan tentang penampilan terus kalau pandangan bentuk tubuh antara laki-laki sama wanita itu gimana?	
R0048 R0049 R0050 R0051 R0052 R0053 R0054 R0055 R0056	Ohh kalo tu sih mungkin kalo perempuan bentuk tubuhnya tu harus kurus, ga kurus-kurus kali sih, yang penting ga keliatan gemuk, dan juga kalo soal ukuran tubuh jangan pendek-pendek kali lah, Cuma gatau ya kalo laki-laki, mungkin laki lebih agar punya warna kulit yang putih sih, mungkin juga lebih ke gaya rambutnya gimana gitu kalo menurut saya	Penilaian Bentuk Tubuh
P0057 P0058	Ohyaya, kalau boleh tau anda berat sama tingginya berapa ya?	
R0059	Berat saya 59, kalo tinggi saya 153 cm	Berat Badan
P0060 P0061 P0062	Ohh begitu, Lalu apakah anda ingin mengembangkan massa otot seperti laki-laki? Jika tidak, kenapa?	
R0063 R0064 R0065 R0066 R0067	Massa otot seperti laki-laki sih engga, tetapi ada ideal tubuh sendiri untuk otot perempuan ga seperti laki-laki, kayak siapa tu, aderai ya, nah itu, tapi kalo <i>body goals</i> ala-ala cinta laura aku sih oke banget.	Massa Otot
P0068 P0069	Kemudian apakah anda puas dengan bentuk tubuh anda?	
R0070 R0071	Engga juga sih, ada bagian-bagian yang saya ga suka dari tubuh saya.	Merasa Tidak Puas
P0072 P0073 P0074	Oh begitu, kemudian mengapa anda merasa tidak puas pada bagian-bagian tubuh yang anda miliki?	
R0075 R0076 R0077 R0078 R0079 R0080	Karena saya perutnya buncit ya, paha saya juga besar tapi apalagi soal pendek ya cuma karena saya bisa siasatin pake baju ya, soalnya saya berhijab, pake bajunya panjang-panjang gitu kan bisa di manipulasi gitu biar kelihatan kurus, ga gendut dan bantet gitu.	Merasa Tidak Puas

P0081 P0082 P0083 P0084	Lalu apakah standar kecantikan dari media sosial mempengaruhi pandangan anda mengenai bentuk tubuh anda? Jika iya, mengapa?	
R0085 R0086 R0087 R0088	Iya, karena saya pengen kayak cewe-cewe di media sosial yang perutnya langsing dan kempes ga buncit seperti saya, jadi kalo mau pake baju apa aja juga cocok semua.	Standar Kecantikan
P0089 P0090	Emang kalau dari media sosial ada berdampak buruk tidak bagi anda?	
R0091 R0092 R0093 R0094 R0095 R0096 R0097 R0098 R0099	Iya bener, gara-gara media sosial tu saya jadi <i>overthinking</i> dan ga percaya diri, apalagi kan di media sosial banyak orang-orang hebat, habis tu orang-orang di media sosial tu kebanyakan cantik-cantik dan tinggi-tinggi, jadinya saya makin <i>insecure</i> , terus saya gara-gara itu pernah juga sampai hapus media sosial biar mengurangi rasa kurang percaya diri saya.	Dampak Negatif Media Sosial
P0100 P0101 P0102	Ohh begitu, Kemudian apa pendapat anda mengenai bentuk tubuh yang dianggap ideal oleh media sosial?	
R0103 R0104 R0105 R0106 R0107 R0108 R0109 R0110 R0111 R0112	Sebenarnya kalo perempuan tu pengen punya badan-badan ideal tu ga salah ya kayak di media sosial gitu tapi dengan catatan dengan cara yang <i>healty</i> , saya juga pengen menyampaikan ke semua perempuan misal mau punya badan yang ideal ga salah tapi dengan cara yang sehat, tapi jangan pengen kurus tapi dietnya masi salah ga olahraga dan segala macam yang cobain obat-obat diet yang bikin sakit itu tu jangan.	Pengaruh Media Massa
P0113 P0114 P0115 P0116	Kemudian Apakah anda merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh anda ketika melihat teman-teman anda yang memiliki tubuh ideal di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0117 R0118 R0119 R0120 R0121 R0122 R0123	Iya, karena teman-teman saya selalu memposting foto mereka dengan bentuk tubuh yang bagus dan enak dipandang, tidak seperti saya yang memiliki tubuh gemuk dan pendek, maka dari itu saya jadi tidak puas dan tidak percaya diri ketika memposting foto sendiri di media sosial.	Dampak Negatif Media Sosial
P0124 P0125 P0126	Kemudian apa yang membuat anda sampai membandingkan diri dengan teman atau orang lain dalam lingkungan sosial anda?	

R0127 R0128 R0129 R0130 R0131 R0132	Yang buat saya bandingin diri saya dengan teman saya itu, kenapa sih saya ga bisa punya tubuh langsing seperti mereka, kenapa sih saya ga tinggi kayak mereka, saya juga pengen kayak mereka, pengen di puji-puji cantik sama orang-orang juga.	Perbandingan Diri
P0133 P0134	Kemudian apa dampak negatif bagi anda ketika membandingkan diri dari orang lain?	
R0135 R0136 R0137 R0138 R0140	Bikin stress sih, bikin cemas, pengen bisa kayak dia, emang susah juga kan banding-bandingin diri sama orang lain gitu, lebih ke stress sih cuman saya lebih belajar <i>selflove</i> lagi.	Perbandingan Diri
P0141 P0142 P0143	Terus Apakah tanggapan penampilan fisik dari orang lain mempengaruhi kepercayaan diri anda?	
R0144 R0145 R0146 R0147 R0148 R0149 R0150	Kalo saya sih iya, karena kan saya ga percaya diri dengan penampilan fisik saya, apalagi kalo ada orang memberi tanggapan yang negatif pada saya otomatis saya jadinya lebih <i>insecure</i> dan mungkin juga sakit hati gara-gara dapat tanggapan negatif dari orang-orang.	Penampilan Fisik
P0151 P0152	Emang bagaimana sih tanggapan negatif dari orang-orang terhadap anda?	
R0153 R0154 R0155 R0156 R0157 R0158 R0159 R0160	Lebih ke fisik saya sih, saya ga suka selalu di bilang pendek sama orang-orang walaupun emang nyatanya pendek, tapi saya ga terima aja di ejek-ejek kayak gitu, bukannya kasih masukan malah ngejek-ngejek gajelas, saya pernah sampai nangis gara-gara diejek kayak gitu. Saya juga pernah di ejek udah pendek buncit lagi, gimana saya ga sakit hati coba	Penampilan Fisik
P0161 P0162 P0163	Kemudian Bagaimana anda menghadapi komentar negatif terhadap penampilan fisik yang anda miliki?	
R0164 R0165 R0166 R0167	Lebih ke mendem aja sih kalo aku walaupun terkadang emang bikin sakit hati, yang penting saya usaha dulu sebisanya untuk berubah menjadi lebih baik.	Penampilan Fisik
P0168 P0169 P0170	Kemudian Bagaimana menurut anda mengenai ekspektasi orang-orang terhadap anda mengenai penampilan fisik?	

R0171 R0172 R0173 R0174 R0175 R0176 R0177	Ekspektasi orang-orang, ya mungkin ada sih kayak aku tu harus kurus, harus bisa berubah jadi punya tubuh yang langsing, tapi gara-gara ekspektasi orang-orang tu sayanya jadi tertekan dan malah membuat saya ga semangat dan terlalu memikirkan ekspektasi orang-orang terhadap saya.	Penampilan Fisik
P0178 P0179 P0180	Hmm begitu, kemudian Apa yang anda rasakan ketika menerima evaluasi penampilan fisik dari orang lain?	
R0181 R0182 R0183 R0184 R0185 R0186 R0187 R0188 R0189 R0190 R0191	Ya tergantung sih evaluasinya gimana , terkadang ada orang yang berusaha menjatuhkan dan ada juga orang emang memberikan masukan yang bagus, kalo mereka menjelekan saya mungkin akan sakit hati dan membuat saya malah makin ga percaya diri, tapi kalo orang yang memberikan masukan yang bagus saya merasa ya senang karena mereka juga ngomongnya baik-baik jadi saya juga terima baik-baik juga.	Kecemasan
P0192 P0193 P0194 P0195	Kemudian Apakah perasaan cemas saat menerima evaluasi diri dari orang lain mempengaruhi kepercayaan diri anda? Jika iya, kenapa?	
R0196 R0197 R0198 R0199 R0200 R0201	Iya sih, karena waktu dapat evaluasi dari orang lain saya jadinya ga percaya diri karena yang awalnya saya udah percaya diri tiba-tiba dapat evaluasi dari orang lain jadinya saya ngerasa kok masih ada yang kurang ya menurut orang-orang.	Kecemasan
P0202 P0203 P0204	Kemudian apakah dukungan dari teman-teman anda dapat mengurangi rasa cemas yang anda alami? Jika iya, kenapa?	
R0205 R0206 R0207 R0208 R0209 R0210	Iya iyaa, karena kawan dekat saya adalah <i>support system</i> saya, jadi apapun kekurangan saya di mata orang-orang lain tapi di mata teman saya, saya adalah perempuan yang harus bahagia dengan apa yang saya miliki dan wanita yang memiliki banyak kelebihan.	Kecemasan
P0211 P0212 P0213	Kemudian apakah anda menyukai penampilan anda apa adanya? Jika iya, kenapa?	
R0214 R0215 R0216 R0217 R0218	Sebenarnya iya, tapi karena saya melihat teman-teman saya yang lebih memiliki badan yang ideal saya jadinya kurang percaya diri, dan saya kadang-kadang ngerasa penampilan saya tu buruk.	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya

P0219 P0220 P0221	Apakah penampilan anda lebih menarik dibanding dengan teman-teman? Jika tidak, kenapa?	
R0222 R0223 R0224 R0225	Tidak sih, karena teman-teman saya lebih menarik dibanding saya, karena saya masih jauh dari badan yang ideal dan penampilan saya.	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya
P0224 P0225	Emang badan ideal yang seperti apa yang anda inginkan?	
R0226 R0227 R0228 R0229	Kalo saya maunya jadi tinggi, ga pendek kayak sekarang, terus saya juga gamau gemuk saya juga gamau buncit, itu sih badan ideal yang saya inginkan	Merasa Tidak Puas
P0230 P0231 P0232 P0233	Ohh begitu, kemudian apakah anda berhati-hati dalam memilih pakaian yang dapat mempercantik penampilan? Jika tidak, kenapa?	
R0234 R0235 R0236 R0237 R0238 R0239 R0240 R0241	Kadang iya, kadang tidak, karena sebenarnya saya bisa pake apa aja yang saya inginkan tapi terkadang saya jadi harus lebih hati-hati kayak kemarin tu saya pernah dibilang mirip emak-emak karena baju saya kelihatan seperti ibu-ibu, padahal awalnya saya biasanya biasa aja, cuma gara-gara itu saya jadi berhati-hati dalam memilih pakaian.	Perhatian Individu dalam Berpenampilan
P0242 P0243 P0244 P0245	Kemudian, apakah anda selalu memperhatikan penampilan sebelum mengupload foto di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0246 R0247 R0248 R0249 R0250	Iya, karena media sosial dapat membuat persepsi dari orang-orang terhadap kita, mungkin buruk atau baik, jadi saya harus menjaga penampilan saya agar terlihat bagus di media sosial.	Perhatian Individu dalam berpenampilan
P0251 P0252 P0253	Emang di media sosial anda kalau mau memposting foto apa yang anda lakukan untuk terlihat cantik?	
R0254 R0255 R0256 R0257 R0258 R0259 R0260 R0261	Saya biasanya misalnya sebelum posting foto di media sosial harus berhias dulu agar terlihat cantik, namun kalo misalnya foto saya di bagian tangan misalnya terlihat agak gelap saya tutup pakai stiker yang ada di instagram, atau mungkin misalnya tubuh saya terlihat ada yang lebih gemuk keliatannya, saya bakal tutup juga seperti itu.	Perhatian Individu dalam Berpenampilan blm

P0262 P0263 P0264 P0265	Ohh begitu, kemudian apakah anda selalu peduli dengan apa orang pikirkan mengenai penampilan anda di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0266 R0267 R0268 R0269 R0270 R0271 R0272 R0273	Sebenarnya saya engga terlalu peduli sih, tapi kadang emang ada tanggapan-tanggapan dari orang-orang yang bikin saya peduli tentang orang pikirkan tentang penampilan saya di media sosial, karena bisa jadi itu membuat saya lebih memperhatikan penampilan saya yang mungkin tidak enak dipandang oleh orang-orang.	Perhatian Individu dalam Berpenampilan
P0274 P0275	Kemudian apakah anda memiliki bentuk wajah yang menarik? Jika tidak, kenapa?	
R0276 R0277 R0278 R0279 R0280 R0281	Menurut saya sih engga, karena saya tidak mancung juga, dan muka saya terlihat besar juga, tidak menarik kayak yang punya hidung mancung dan wajah yang tirus dan paha saya agak sedikit besar gitu, jadi saya engga terlalu suka sih begitu	Bagian Tubuh
P0282 P0283 P0284	Kemudian apakah anda menutupi bagian tubuh ketika mengupload foto di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0285 R0286 R0287 R0288	Iya seperti yang saya bilang tadi, kalo terlihat misalnya terlihat gendut gitu dan mungkin saya edit dikit dan mungkin saya tutup pake stiker yang ada di instagram.	Bagian Tubuh
P0289 P0290	Ohh iya iya, kemudian apakah anda khawatir jika perut anda buncit? Jika iya, kenapa?	
R0291 R0292 R0293	Iya karena saya ga mau terlihat perut saya menonjol di orang-orang, dan yang ada membuat saya makin tidak percaya diri.	Berat Badan
P0294 P0295 P0296	Apakah anda pernah melakukan diet ketat atau puasa untuk mengurangi berat badan? Jika pernah, kenapa?	
R0297 R0298 R0299 R0300	Kalo diet ketat sih engga, tapi sih saya sekarang udah belajar untuk hidup sehat kayak olahraga, tidur cepat, dan mengkonsumsi buah-buahan.	Berat Badan
P0301 P0302 P0303	Apakah anda terus menerus mencemaskan berat badan anda semakin bertambah? Jika iya, kenapa?	
R0304 R0305 R0306 R0307	Iya karena saya gamau dibilang gendut sama orang-orang yang ada buat saya cemas tentang bentuk tubuh saya dan makin ga percaya diri sama diri sendiri.	Berat Badan

P0308	Kemudian apakah anda memiliki bentuk	
P0309	tubuh yang ideal? Jika tidak, kenapa?	
R0310	Tidak karena saya gendut dan pendek.	Penilaian Bentuk Tubuh
P0311	<i>Apakah kebanyakan orang menganggap</i>	
P0312	<i>anda cantik?</i>	
R0313	Tergantung sih, kalo kawan dekat bilang	Penilaian Bentuk Tubuh
R0314	saya cantik, tapi kalo orang-orang lain	
R0315	mungkin sering ngatain saya pendek dan kurang cantik.	
P0316	Baik kak, mungkin sekian dari	
P0317	wawancaranya kak, terimakasih kak atas waktunya.	
R0318	Iya terimakasih kembali.	

HASIL VERBATIM SUBJEK II

Responden : RO
 Hari/Tanggal : Minggu, 04 Agustus 2023
 Durasi Wawancara : ± 1 Jam
 Lokasi/Tempat : UNMUHA

Code	Percakapan	Coding
P0001	Assalamualaikum, kak.	
R0002	Walaikumsalam.	
P0003 P0004 P0005 P0006 P0007 P0008 P0009 P0010	Perkenalkan kak, nama saya Muhammad Ferdi Prananda dari Fakultas Psikologi UNMUHA. Jadi saya sedang melakukan penelitian skripsi mengenai gambaran kepuasan <i>body image</i> pada wanita dalam penggunaan media sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. apa boleh saya wawancara kakak?	
R0011	Boleh ferdi, nanya aja gapapa kok	
P0012	Baik kak, bagaimana kabar kakak?	
R0013	Alhamdulillah baik kok	
P0014 P0015	Mohon maaf kak boleh perkenalkan diri dulu kak sebelum memulai wawancara	
R0016 R0017 R0018 R0019	Boleh ferdi, kenalin nama saya RO kelahiran 28 oktober 2001 di takengon. Saya mahasiswi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.	
P0020 P0021 P0022 P0023	Terimakasih kak, kita mulai saja ya kak pertanyaannya. Menurut anda mengapa wanita lebih sering memiliki tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah dibanding laki-laki?	
R0024 R0025 R0026 R0027 R0028 R0029 R0030	Karena di indonesia itu kan kalau cantik tu, standar cantiknya tu harus putih, harus tinggi, harus langsing, harus mancung, pokoknya semuanya lah kan. Nah gara-gara itu jadi wanita tu lebih ga bersyukur kayak gitu punya badan ga sesuai standar dengan indonesia, menurut saya seperti itu ya.	Tingkat Kepuasan Tubuh
P0031 P0032 P0033	Jadi kalau boleh tahu ni, apakah anda mengikuti standar kecantikan yang ada di media sosial?	
R0034 R0035 R0036 R0037	Eee secara ga langsung saya ngikutin standar kecantikan yang ada di media sosial, karena jadinya kayak kurang bersyukur sama bentuk tubuh saya, kayak	Body Image negatif

R0038 R0039 R0040	liat orang-orang yang lebih cantik, lebih langsing, jadi kalo udah liat yang kayak-kayak gitu udah langsung <i>insecure</i> gitu.	
P0041 P0042 P0043	Oh begitu ya, lalu menurut anda apa perbedaan pandangan antara wanita dan laki-laki terhadap bentuk tubuh yang dimiliki?	
R0044 R0045 R0046 R0047 R0048 R0049 R0050 R0051 R0052 R0053	Kalo cowo kan lebih ke bentuk otot kan, maksudnya kan kalo warna kulit atau mancungnya tu lebih ke cewe. Terus kalo cewe tu bentuk tubuhnya harus langsing, terus <i>body goals</i> , mulus gitu, kalau saya sih ga kayak gitu saya punya bentuk tubuh yang ga ideal kayak perempuan yang lainnya, saya ga percaya diri sama bentuk tubuh saya, kalo saya punya badan ideal saya mah bakal senang.	Body Image Negatif
P0054 P0055 P0056	Oh begitu, Lalu apakah anda ingin mengembangkan massa otot seperti laki-laki? Jika tidak, kenapa?	
R0057 R0058 R0059 R0060	Ga ga ga, ga tertarik. Karena kalo menurut saya pribadi saya tidak suka sama penampilan bentuk tubuh yang berotot, kecuali kalo berototnya ga terlalu kelihatan.	Massa Otot
P0061 P0062 P0063	Oh begitu, kemudian mengapa anda merasa tidak puas pada bagian-bagian tubuh yang anda miliki?	
R0064 R0065 R0066 R0067	Karena saya tidak memenuhi standar kecantikan seperti orang-orang, saya gemuk dan kelebihan berat badan, tidak langsing seperti orang-orang.	Merasa Tidak Puas
P0068 P0069	Kalau boleh tahu anda berat badan dan tingginya berapa ya?	
R0070 R0071	Ee udah agak lupa sih kalo ga salah kemarin tu cek berat badan 67 kilo dan tinggi 155.	Berat Badan
P0072 P0073 P0074 P0075	Oh iya ya, Lalu apakah standar kecantikan dari media sosial mempengaruhi pandangan anda mengenai bentuk tubuh anda? Jika iya, mengapa?	
R0076 R0077 R0078 R0079 R0080 R0081	Iya, karena kalo liat media sosial tu kan orang-orang kan bagus badannya, jadi saya pun terpengaruh gitu kalo <i>body-body</i> yang bagus tu kayak yang saya liat di media-media sosial kayak di instagram gitu, kurus gitu, tinggi gitu.	Standar Kecantikan

P0082 P0083 P0084	Hmm gitu, Kemudian apa pendapat anda mengenai bentuk tubuh yang dianggap ideal oleh media sosial?	
R0085 R0086 R0087 R0088 R0089 R0090 R0091 R0092 R0093 R0094	kalau menurut yang saya lihat di media sosial tu, yang <i>body goals</i> tu emang yang sehat-sehat kayak gitu. Terus kan menurut orang kan berbeda <i>body goals</i> di setiap negara , kalau di korea kan kayak kurus, cina kan kurus juga gitu, tapi di indonesia dari segala sisi sih diliat. Terus Kalau yang aku lihat di media sosial orang-orang tu kayak <i>body goals</i> yang sehat, sering makan sayuran, olahraga gitu.	Pengaruh Media Massa
P0095 P0096 P0097 P0098	Kemudian apakah anda merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh anda ketika melihat teman-teman anda yang memiliki tubuh ideal di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0099 R0100 R0101 R0102 R0103 R0104 R0105 R0106 R0107	Iya, karena saya insecure dengan bentuk tubuh saya, teman-teman saya kebanyakan memiliki bentuk tubuh yang bagus, saya terkadang merasa iri, pengen cantik dan kurus seperti mereka, saya juga kurang percaya diri waktu kumpul dengan teman-teman saya yang lain. Saya juga pengen percaya diri ketika memposting foto di instagram seperti teman-teman yang lain.	Dampak Negatif Media Sosial
P0108 P0109 P0110 P0111	Hmm begitu kemudian apa yang membuat anda sampai membandingkan diri dengan teman atau orang lain dalam lingkungan sosial anda?	
R0112 R0113 R0114 R0115 R0116 R0117 R0118	Karena mereka kurus, jadi kalo misalnya mau pake baju-baju gitu pun kayak cocok dan bagus kelihatannya, karena kan orang-orang kurus tu kalo pake baju ga keliatan auratnya, kalo orang-orang gemuk pasti ada bagian-bagian tubuh yang menonjol yang tidak enak dipandang, begitu.	Perbandingan Diri
P0119 P0120	Emang bagian-bagian tubuh yang mana yang terlihat menonjol di bentuk tubuh anda?	
R0121 R0122 R0123	kalo saya sih bagian tubuh di lengan saya terlihat besar, paha saya juga, jadinya gara-gara itu jadi ga percaya diri.	Bagian Tubuh
P0124 P0125	Lalu apa dampak negatif bagi anda ketika membandingkan diri dari orang lain?	

R0126 R0127 R0128 R0129	Tentunya saya merasa <i>insecure</i> , terus saya juga ngerasa lebih tertutup dan kurang percaya diri ketika ada di sekitar orang-orang cantik yang memiliki badan yang bagus.	Perbandingan Diri
P0130 P0131 P0132	Ohh iya ya, kemudian Apakah tanggapan penampilan fisik dari orang lain mempengaruhi kepercayaan diri anda?	
R0133 R0134 R0135 R0136 R0137	Terkadang iya, terkadang engga. Tergantung orang, misalnya nyebelin saya bakal sakit hati, kalau misal orangnya baik dan ngasih saran-saran dan penilaian yang bagus untuk bentuk tubuh saya kedepannya ga masalah.	Penampilan Fisik
P0138 P0139	Emang kalau boleh tahu nyebelin yang bagaimana sih yang membuat anda sakit hati?	
R0140 R0141 R0142	yang nyebelin kayak suka kali ngejek-ngejek orang tentang fisik saya, kayak dia manusia sempurna kali sampai ngejek-ngejek gitu.	Penampilan Fisik
P0143	Emang anda diejek bagaimana?	
R0144 R0145 R0146 R0147	Saya diejek gemuk, hitam dan pernah di bilang udah gendut kali kok ga malu apa di lihat sama orang, pas di bilang gitu saya sakit hati kali, cuma mau gimana lagi.	Penampilan Fisik
P0148 P0149 P0150	Oh iyaa ya, terus Bagaimana anda menghadapi komentar negatif terhadap penampilan fisik yang anda miliki?	
R0151 R0152 R0153 R0154	Saya ga peduli, walaupun saya sakit hati, saya hanya jadikan motivasi agar memiliki bentuk tubuh yang lebih baik dari pada mereka.	Penampilan Fisik
P0155 P0156 P0157	Bagaimana menurut anda mengenai ekspektasi orang-orang terhadap anda mengenai penampilan fisik?	
R0158 R0159 R0160 R0161 R0162 R0163	Agak tertekan, sebenarnya saya ingin memenuhi ekspektasi orang-orang, namun kalo dari diri saya belum bisa, kayak ada aja halangannya, kayak pengen punya penampilan yang fisik yang bagus tapi kayak belum ada usaha.	Penampilan Fisik
P0164 P0165	Emang eskpektasi orang-orang tu gimana sih terhadap anda?	

R0166 R0167 R0168 R0169 R0170	Ekspektasi orang-orang tu ke saya kayak saya tu cantik, ga gendut, putih, kayak contohnya di media sosial saya sering pake filter agar saya kelihatan putih, di kira orang saya putih padahal kulit saya gelap gitu.	Penampilan Fisik
P0171 P0172 P0173	Ohh begitu, terus apa yang anda rasakan ketika menerima evaluasi penampilan fisik dari orang lain?	
R0174 R0175 R0176 R0177	Tergantung, kalo misalnya evaluasinya baik ya saya senang, kalo engga ya saya sakit hati dan sebenarnya saya juga khawatir misalnya bentuk saya tu dapat komentar yang buruk.	Kecemasan
P0178	Emang kalo boleh tahu sakit hati karena apa?	
R0179 R0180 R0181 R0182 R0183 R0184 R0185 R0186 R0187 R0188	Ya karena ketika dikasih evaluasi dari orang-orang terkadang omongannya ga secara baik-baik, kayak di sengajain ngejek gitu, di blg dia kayak ehh jangan makan banyak kali nanti tambah gendut, nanti ga ada cowo yang mau lagi, jadinya ketika di bilang gitu aku sakit hati kecuali dia evaluasinya dengan bai-baik kan ga apa, jadi saya bisa menerimanya juga dan jadinya saya cemas gimana ni nanti kalo bener emang ga ada yang mau lagi.	Kecemasan
P0189 P0190 P0191 P0192	Hmm begitu, lalu Apakah perasaan cemas saat menerima evaluasi diri dari orang lain mempengaruhi kepercayaan diri anda? Jika iya, kenapa?	
R0193 R0194 R0195 R0196 R0197	Iya, karena saya sering mendapatkan evaluasi-evaluasi bentuk tubuh yang buruk dari lingkungan sekitar, yang membuat saya yang awalnya saya percaya diri menjadi ga percaya diri.	Kecemasan
P0198 P0199 P0200	Lalu apakah dukungan dari teman-teman anda dapat mengurangi rasa cemas yang anda alami? Jika iya, kenapa?	
R0201 R0202 R0203 R0204 R0205	Iya, karena ketika teman saya memberi dukungan kepada saya, saya jadi percaya diri dan lebih merasa semangat ketika ingin mengubah bentuk tubuh saya menjadi lebih baik.	Kecemasan
P0206 P0207	Emang dukungan seperti apa yang anda dapatkan dari teman-teman anda?	

R0208 R0209 R0210 R0211 R0212 R0213 R0214 R0215	Iya dukungan kayak semangat olahraga, dan mereka sering ngajak saya olahraga demi kebaikan saya, mereka juga ga pernah ngejek-ngejek saya malahan sering membela saya kalo ada yang ngejek-ngejek saya, mereka selalu bilang kalau saya tu emang cantik dan ga kelihatan gendut ngapain harus <i>insecure</i> coba, gitu mereka bilang ke saya.	Penilaian Bentuk Tubuh
P0216 P0217 P0218 P0219	Ohh bagus deh kalo anda mempunyai kawan dekat yang selalu support anda. Kemudian apakah anda menyukai penampilan anda apa adanya?	
R0220 R0221 R0222 R0223 R0224	Tidak, karena saya merasa <i>insecure</i> dan tidak memiliki badan yang ideal seperti orang lain, tapi terkadang saya harus berubah kayak harus sering olahraga, diet agar punya badan yang bagus	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya
P0225 P0226	Emang badan ideal seperti apa yang anda inginkan?	
R0227 R0228 R0229 R0230	Yg saya inginkan sih kayak yang saya bilang tadi punya badan yang kurus dan juga saya pengen punya kulit yang putih biar saya percaya diri lagi.	Penilaian Bentuk Tubuh
P0231 P0232 P0233	Lalu Apakah penampilan anda lebih menarik dibanding dengan teman-teman? Jika tidak, kenapa?	
R0234 R0235 R0236 R0237 R0238	Tidak, karena dia lebih kurus dan lebih cantik dibanding saya, kayak saya bilang tadi saya pengen kurus, saya pengen berubah kayak mau usaha untuk olahraga agar punya badan yang bagus.	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya
P0239 P0240 P0241	Apakah anda berhati-hati dalam memilih pakaian yang dapat mempercantik penampilan? Jika tidak, kenapa?	
R0242 R0243 R0244	Tidak, karena dengan apa yang saya pake tidak membuat saya menjadi kurus dan cantik.	Perhatian Individu dalam Berpenampilan
P0245 P0246 P0247	Lalu Apakah anda selalu memperhatikan penampilan sebelum mengupload foto di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0248 R0249 R0250 R0251	Iya, karena saya ingin memenuhi ekspektasi dari orang-orang kayak harus terlihat cantik di media sosial dan kelihatan ga terlalu jelek di mata orang-orang.	Perhatian Individu dalam Berpenampilan

P0252 P0253 P0254	Apakah anda selalu peduli dengan apa orang pikirkan mengenai penampilan anda di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0255 R0256 R0257 R0258	Iya, karena saya ga mau mendapatkan komentar-komentar yang buruk kedepannya dan mau seperti orang-orang yang memiliki tubuh yang ideal.	Perhatian Individu dalam Berpenampilan
P0259 P0260	Apakah anda memiliki bentuk wajah yang menarik? Jika tidak, kenapa?	
R0261 R0262 R0263	Kalo <i>selflove</i> iya, tapi sebenarnya engga, karena saya ga tirus dan hidung saya juga ga mancung dan saya punya perut yang buncit.	Bagian Tubuh
P0264 P0265 P0266	Kemudian apakah anda menutupi bagian tubuh ketika mengupload foto di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0267 R0268 R0269 R0270 R0271	Iya, karena kan kalo orang gendut tu harus terlihat kurus ketika difoto, saya sering menutupi bagian-bagian tubuh saya yang menurut saya tu gemuk atau terlalu menonjol agar orang tidak melihat bagian yang itu	Bagian Tubuh
P0272 P0273	Apakah anda khawatir jika perut anda buncit? Jika iya, kenapa? Jika iya, kenapa?	
R0274 R0275 R0276 R0277	Iya, karena saya ingin perut yang kecil dan tentunya tubuh yang langsing sehingga muat di baju apapun dan terlihat bagus ketika memakai baju yang saya inginkan.	Berat Badan
P0278 P0279 P0280	Apakah anda pernah melakukan diet ketat atau puasa untuk mengurangi berat badan? Jika pernah, kenapa?	
R0281 R0282 R0283 R0284 R0285	Kalo diet ketat engga, kalo diet biasa iya, itu pun tiga hari habis tu ga lagi, karena saya sering ga tahan ketika melihat makanan yang enak di media sosial sehingga membuat saya gagal diet.	Berat Badan
P0286 P0287 P0288	Apakah anda terus menerus mencemaskan berat badan anda semakin bertambah? Jika iya, kenapa?	
R0289 R0290 R0291 R0292 R0293	Iya, karena takut obesitas, takut jadi tidak muat lagi baju dan tentunya juga ga mau dengar pendapat buruk dari orang lain terhadap bentuk tubuh saya yang membuat saya makin <i>insecure</i> .	Berat Badan
P0294 P0295	Apakah anda memiliki bentuk tubuh yang ideal? Jika tidak, kenapa?	

R0296	Tidak, karena saya gemuk, tidak memiliki	Penilaian Bentuk Tubuh
R0297	tubuh yang langsing kayak orang-orang.	
P0298 P0299	<i>Apakah kebanyakan orang menganggap anda cantik?</i>	
R0300 R0301 R0302 R0303 R0304 R0305 R0306 R0307	Kalo dari kawan dekat ku iya, tapi kalo dari aku sendiri engga, karena menurut ku juga kawan dekat ku bilang aku cantik agar aku ga sakit hati aja, sebenarnya aku lebih suka kalo kawan dekat aku tu ngomong jujur aja dari pada ngomong bohong biar aku ga sakit hati, tapi ada beberapa kawan bilang kalau saya kurusan pasti cantik	Penilaian Bentuk Tubuh
P0308 P0309	Baik kak, mungkin sekian dari wawancaranya kak, terimakasih kak atas waktunya.	
R0310	Iya sama-sama ferdi.	

HASIL VERBATIM SUBJEK III

Responden : NZ
 Hari/Tanggal : Selasa, 05 Agustus 2023
 Durasi Wawancara : 55 Menit
 Lokasi/Tempat : UNMUHA

Code	Percakapan	Coding
P0001	Assalamualaikum, kak.	
R0002	Walaikumsalam.	
P0003 P0004 P0005 P0006 P0007 P0008 P0009 P0010	Perkenalkan kak, nama saya Muhammad Ferdi Prananda dari Fakultas Psikologi UNMUHA. Jadi saya sedang melakukan penelitian skripsi mengenai gambaran kepuasan <i>body image</i> pada wanita dalam penggunaan media sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. apa boleh saya wawancara kakak?	
R0011	Boleh kok ferdi, silahkan.	
P0012	Baik kak, bagaimana kabar kakak?	
R0013 R0014	Alhamdulillah masih bisa dikasih kesehatan yang cukup untuk bisa menjalani aktifitas.	
P0015 P0016	Mohon maaf kak boleh perkenalkan diri dulu kak sebelum memulai wawancara	
R0017 R0018	Boleh ferdi, kenalin nama saya NZ lahir di kelapa gading tanggal 20 bulan 7 tahun 2001.	
P0019 P0020 P0021 P0022	Terimakasih kak, kita mulai saja ya kak pertanyaannya. Menurut anda mengapa wanita lebih sering memiliki tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah dibanding laki-laki?	
R0023 R0024 R0025 R0026 R0027 R0028 R0029 R0030 R0031 R0032 R0033 R0034	Karena wanita itu lebih suka membandingkan diri itu karena mereka terlalu mengkedepankan perasaan dan juga perempuan sering mendapatkan deskriminasi dari orang-orang tentang bentuk tubuh begitu dibanding laki-laki, walaupun laki-laki juga ada tapi kebanyakan perempuan misalnya kaya perempuan itu terlalu kurus pasti dibilang kamu ga makan ya atau terlalu gemuk terus dibilang kamu kerjanya makan doang ya nanti ga ada laki-laki yang mau sama kamu.	Tingkat Kepuasan Tubuh

P0035 P0036 P0037	Kemudian menurut anda apa perbedaan pandangan antara wanita dan laki-laki terhadap bentuk tubuh yang dimiliki?	
R0038 R0039 R0040 R0041 R0042 R0043	Wanita itu lebih cenderung lebih mudah <i>insecure</i> karena orang-orang itu sering mendiskriminasi mereka, misalnya jerawat atau apapun tentang diri mereka sering mendikriminasi sehingga pandangan mereka tu terhadap dirinya jadi buruk.	Body Image Negatif
P0043 P0044 P0045	Lalu apakah anda ingin mengembangkan massa otot seperti laki-laki? Jika tidak, kenapa?	
R0046 R0047	Kalo saya sih ga terlalu suka untuk mengembangkan otot kayak laki-laki engga.	Massa Otot
P0048 P0049 P0050	Oh begitu, kemudian mengapa anda merasa tidak puas pada bagian-bagian tubuh yang anda miliki?	
R0051 R0052 R0053 R0054 R0055 R0056 R0057 R0058 R0059 R0060 R0061 R0062 R0063 R0064 R0065	Karena saya sering mendapat diskriminasi dari orang-orang, saya itu kan tingginya Cuma 157 cm, nah terkadang orang-orang itu mengejek saya seperti bilang saya pendek terus menyalahkan orang tua saya karena saya pendek, nah karena itu saya merasa <i>insecure</i> dan merasa tidak puas terhadap bagian-bagian tubuh yang saya miliki. Tapi sebenarnya kalo tanpa omongan mereka, tanpa adanya mereka mengejek atau menjelekkkan saya mungkin tidak <i>insecure</i> , tapi karena omongan mereka saya menjadi <i>down</i> sehingga kadang-kadang sering membandingkan diri dengan orang lain, kayak kenapa saya ga tinggi seperti mereka.	Merasa Tidak Puas
P0066 P0067 P0068 P0069	Lalu apakah standar kecantikan dari media sosial mempengaruhi pandangan anda mengenai bentuk tubuh anda? Jika iya, mengapa?	
R0070 R0071 R0072 R0073 R0074 R0075	Iya, Terkadang kecantikan di media sosial emang dapat mempengaruhi pandangan saya, yang awalnya saya bersyukur dengan bentuk tubuh, jadi gara- melihat standar kecantikan di media sosial jadinya saya <i>insecure</i> dan ingin seperti cantik yang ada di media sosial.	Standar kecantikan

P0076 P0077 P0078	Kemudian apa pendapat anda mengenai bentuk tubuh yang dianggap ideal oleh media sosial?	
R0079 R0080 R0081 R0082	Ya menurut saya mereka cantik dan <i>perfect</i> dan saya juga ingin seperti mereka, tingginya pas, badannya langsing, siapa sih yang ga mau.	Pengaruh Media Massa
P0083 P0084 P0085 P0086	Apakah anda merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh anda ketika melihat teman-teman anda yang memiliki tubuh ideal di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0087 R0088 R0089 R0090	Iya, karena saya tu pendek dan tidak langsing, tidak seperti teman-teman saya yang memiliki tubuh yang ideal dan memiliki tubuh yang tinggi.	Dampak Negatif Media Sosial
P0091 P0092 P0093	Apa yang membuat anda sampai membandingkan diri dengan teman atau orang lain dalam lingkungan sosial anda?	
R0094 R0095 R0096 R0097 R0098 R0099 R0100	Yang membuat saya membandingkan diri dengan orang lain, kenapa sih saya ga bisa tinggi seperti orang-orang lain pada umumnya, kenapa sih saya ga bisa langsing seperti cewe-cewe atau teman saya. Kadang saya merasa iri dan kepengen ingin seperti orang lain yang memiliki badan yang ideal.	Perbandingan Diri
P0101 P0102	Apa dampak negatif bagi anda ketika membandingkan diri dari orang lain?	
R0103 R0104 R0105 R0106	Ya pastinya negatif ketika kita membandingkan diri dengan orang lain, karena kita pastinya akan kepikiran terus dan membuat kita jadi gampang <i>insecure</i> .	Perbandingan Diri
P0107 P0108 P0109	Apakah tanggapan penampilan fisik dari orang lain mempengaruhi kepercayaan diri anda?	
R0110 R0111 R0112 R0113 R0114 R0115 R0116 R0117	Jujur, tanggapan orang lain terhadap saya tu mempengaruhi kepercayaan diri saya, misalnya orang mengomentari fisik saya seperti bilang, ih kamu jerawat ya sekarang, kamu jadi hitam ya semenjak tinggal di banda, nah gara-gara orang mengomentari saya seperti itu saya menjadi <i>insecure</i> .	Penampilan Fisik
P0118 P0119 P0120	Bagaimana anda menghadapi komentar negatif terhadap penampilan fisik yang anda miliki?	

R0121 R0122 R0123 R0124 R0125 R0126 R0127 R0128 R0129 R0130	Cara saya tu sih diem aja tapi saya agak marah sih seperti ya udahlah, di biarin aja, Cuma di dalam hati tu kek mikir, kenapa sih harus digituin, dikomentarin kek gitu, tapi tergantung juga sih konteksnya tu gimana, komentar negatifnya tu sebenarnya untuk evaluasi diri sih aku ga marah tapi kalo jatuhnya menghina atau menjatuhkan itu aku ga suka sih dan membuat aku jadi ga percaya diri dan malah membuat aku <i>down</i> .	Penampilan Fisik
P0131 P0132 P0133	Bagaimana menurut anda mengenai ekspektasi orang-orang terhadap anda mengenai penampilan fisik?	
R0134 R0135 R0136 R0137 R0138 R0139 R0140 R0141 R0142 R0143 R0144	Menurut saya ya ekspektasi orang-orang tu, membuat saya ngerasa tu tertekan, kayak orang bilang, eh kamu kayaknya gendutan deh, itu bikin saya ngerasa ga nyaman, ekspektasi mereka tu bikin ngerasa saya tu ga nyaman, saya jadinya harus mengurangi makan, kan ga seru gitu, misalnya kek, ihh kamu apa ya kurusan misal, tapi saya pengen banyak makan sedangkan saya ga pengen disuruh jadinya makan dikit, jadi itu ekspektasi dari orang tu bikin ga nyaman.	Penampilan Fisik
P0145 P0146	Kalau boleh tau berat badan dan tinggi anda berapa ya?	
R0147 R0148 R0149 R0150	Berat badan saya 57 yang saya ingat, kalo tinggi saya sih pendek saya, 154 centi mungkin, karena agak-agak lupa juga sih, udah lama ga ngukur soalnya.	Berat Badan
P0151 P0152	Apa yang anda rasakan ketika menerima evaluasi penampilan fisik dari orang lain?	
R0153 R0154 R0155 R0156 R0157 R0158 R0159	Tergantung caranya gimana dia evaluasi saya, kalo caranya bagus, saya senang, berarti dia peduli, tapi kalo dia sarannya ga bagus gitu kan, jadinya bikin saya suka dan yang ada buat saya sakit hati dan jatuhnya saya jadi <i>insecure</i> terus jadinya saya cemas ni gimana kedepannya tentang bentuk fisik saya	Kecemasan
P0160 P0161 P0162	Apakah perasaan cemas saat menerima evaluasi diri dari orang lain mempengaruhi kepercayaan diri anda? Jika iya, kenapa?	

R0163 R0164 R0165 R0166 R0167 R0168 R0169	Iya, karena ketika saya dikomentarin tentang bentuk tubuh saya, saya jadi cemas dan mikirnya jadi bisa ga sih untuk membuat tubuh ideal seperti orang-orang, terus membuat saya yang awalnya percaya diri malah jadi ga percaya diri dan lebih menutup diri dari lingkungan sekitar.	Kecemasan
P0170 P0171 P0172	Apakah dukungan dari teman-teman anda dapat mengurangi rasa cemas yang anda alami? Jika iya, kenapa?	
R0173 R0174 R0175 R0176 R0177 R0178 R0179 R0180 R0181	Iya jujur, dukungan dari teman-teman saya mengurangi rasa cemas saya, kayak waktu itu kan saya punya temen yang pokonya dia itu mendukung saya gitu kayak dia bilang, gapapa kok katanya, ga ada yang salah dari penampilan kamu, gada yang salah dari fisik kamu, walaupun kamu kecil gitu tapi lucu kok, nah gara-gara teman saya ngomong gitu saya senang dan menjadi lebih percaya diri.	Kecemasan
P0182 P0183	Apakah anda menyukai penampilan anda apa adanya?	
R0184 R0185 R0186 R0187 R0188 R0189	Tidak, karena saya tidak memiliki tubuh yang ideal dan tidak tinggi yang membuat saya tidak percaya diri akan bentuk tubuh saya, saya juga jarang olahraga tapi padahal saya pengen banget olahraga biar nambah tinggi dan mengurangi berat badan	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya
P0190 P0191 P0192	Apakah penampilan anda lebih menarik dibanding dengan teman-teman? Jika tidak, kenapa?	
R0193 R0194 R0195 R0196 R0197	Tidak, karena teman-teman saya lebih kelihatan cantik ketika memakai baju apapun itu dibanding saya yang kelihatan jelek dan gendut ketika memakai baju yang persis seperti mereka.	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya
P0198 P0199 P0200	Apakah anda berhati-hati dalam memilih pakaian yang dapat mempercantik penampilan? Jika iya, kenapa?	
R0201 R0202 R0203 R0204	Iya, karena saya tu ga suka memakai pakaian yang ga nyaman di saya gitu, apalagi misalnya memakai pakaian yang membuat badan saya jadi kelihatan jelek begitu.	Perhatian Individu dalam berpenampilan
P0205 P0206 P0207	Apakah anda selalu memperhatikan penampilan sebelum mengupload foto di media sosial? Jika iya, kenapa?	

R0208 R0209 R0210 R0211 R0212	Iya, saya selalu memperhatikannya, karena saya harus rapi, harus bagus gitu, karena saya ga mau dapat komentar yang negatif dari teman-teman saya mengenai penampilan saya.	Perhatian Individu dalam Berpenampilan
P0213 P0214 P0215	Apakah anda selalu peduli dengan apa orang pikirkan mengenai penampilan anda di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0216 R0217 R0218 R0219 R0220 R0221 R0222	Tergantung, saya kadang mikirin apa yang orang pikirkan mengenai penampilan saya di media sosial, terkadang juga bodoh amat. Saya mikirnya gini, apakah saya akan di bilang pendek, gemuk, atau kayak ibu-ibu kalo pakai gamis yang saya perlihatkan di media sosial, jadi begitu.	Perhatian Individu dalam Berpenampilan
P0223 P0224	Apakah anda memiliki bentuk wajah yang menarik?	
R0225 R0226 R0227 R0228 R0229 R0230 R0231	Tidak, kadang-kadang saya mikir wajah saya jelek, pipi saya besar, hidung saya juga gimana bentuknya, warna kulit wajah saya juga tidak putih seperti cewe-cewe yang lain, terus kalo saya kurusan dikit aja agak mendingan lah, ni emang penuh dengan kekurangan.	Bagian Tubuh
P0232 P0233 P0234	Apakah anda menutupi bagian tubuh ketika mengupload foto di media sosial? Jika iya, kenapa?	
R0235 R0236 R0237 R0238 R0239 R0240 R0241 R0242 R0243	Iya, karena saya ga percaya diri pada bagian-bagian tubuh saya, ketika saya upload foto di media sosial saya sering menutupi bagian-bagian tubuh saya yang saya kurang percaya diri kayak saya sering tutupin pake stiker atau coret-coret di bagian perut agar tidak terlihat buncit, terus pada bagian tangan saya agar tidak dilihat tangan saya besar oleh orang-orang.	Bagian Tubuh
P0244 P0245	Apakah anda khawatir jika perut anda buncit? Jika iya, kenapa?	
R0246 R0247 R0248 R0249 R0250 R0251 R0252	Iya, karena saya tidak ingin terlihat menonjol pada bagian itu yang membuat saya semakin tidak percaya diri terhadap bentuk tubuh saya, kayak misalnya saya pakai baju yang agak udah sempit saya khawatir jika terlihat bulat di bagian perut saya, kayak terlihat ibu-ibu yang kayak udah hamil tu saya ga mau seperti itu.	Berat Badan

P0253 P0254 R0255	Apakah anda pernah melakukan diet ketat atau puasa untuk mengurangi berat badan? Jika pernah, kenapa?	
R0256 R0257 R0258 R0259 R0260 R0261 R0262 R0263 R0264 R0265	Kalo diet biasa sih pernah, karena saya ingin kurus dan punya badan yang langsing seperti orang-orang, walaupun terkadang diet saya tidak konsisten. Tapi kalo misalnya saya ada kawan untuk diet sama-sama mungkin saya akan lebih semangat jalannya, kayak senang aja gitu misalnya ada kawan yang mau diajak diet bersama dan olahraga bersama, pengen saya punya kawan yang ada seperti itu	Berat Badan
P0266 P0267 P0268	Apakah anda terus menerus mencemaskan berat badan anda semakin bertambah? Jika iya, kenapa?	
R0269 R0270 R0271 R0272 R0273 R0274 R0275 R0276 R0277 R0278 R0279 R0280	Iya, karena badan saya gemuk dan ada bagian-bagian yang menonjol dari badan saya, makanya saya cemas ketika berat badan saya bertambah. Apalagi misalnya ada kawan yang awalnya dia gemuk tapi sekarang mulai kurusan, jadi saya mikirin tentang berat badan saya yang makin lama makin bertambah, kayak mikir gimana ya kalo saya makin tambah berat badan, kawan saya udah kurusan tapi saya malah tambah gemuk, apalagi juga mikir nanti bakal jadi susah pakai pakaian kayak jadi sempit gitu.	Berat Badan
P0281 P0282	Apakah anda memiliki bentuk tubuh yang ideal? Jika tidak, kenapa?	
R0283 R0284 R0285 R0286 R0287 R0288 R0289 R0290 R0291	Tidak, karena saya gemuk, dan saya juga memiliki tubuh yang pendek yang mana itu bukan bentuk tubuh yang ideal, gimana mau punya tubuh ideal saya sering banyak makan makanan yang berlemak, apalagi soal tinggi pasti butuh usaha yang lebih buat lebih tinggi apalagi di usia segini, masa pubertas udah habis gmana mau punya tubuh tinggi, tapi kalo soal tubuh langsing masih bisa	Penilaian Bentuk Tubuh
P0292 P0293 P0294	Apakah kebanyakan orang menganggap anda cantik?	
R0295 R0296	Saya tidak tau kalo orang bilang saya cantik atau engga, karena saya tidak pernah	Penilaian Bentuk Tubuh

R0297	mendengar dari orang kalo saya itu cantik	
R0298	kecuali ibu saya, adik saya, dan ayah saya.	
R0299	Tapi ada sih beberapa teman saya yang	
R0300	bilang saya cantik dan punya badan bagus	
R0301	di depan tapi gatau kalo dibelakang saya	
R0302	gimana, tapi saya harapannya sih mereka	
R0303	emang jujur dalam hati, tapi kalo kawan	
R0304	yang bener-bener dekat saya percaya sih	
R0305	tapi gatau kalo emang orang yang jarang	
R0306	saya temui atau kurang dekat lah sama	
R0307	mereka saya agak kurang percaya,	
R0308	mungkin kalo mereka bilang cantik karena	
R0309	ga enakan aja sama saya, mungkin itu aja	
	sih menurut saya.	
R0310	Baik kak, mungkin sekian dari	
R0311	wawancaranya kak, terimakasih kak atas	
	waktunya.	
R0312	Iya sama-sama.	

HASIL VERBATIM ALLOANAMNESA SUBJEK 1 (TEMAN)

alloanamnesa dari : RZ Subjek (1)
 Inisial : NBM (Teman)
 Alamat : 50 Menit
 Lokasi/Tempat : Via Telefon

Code	Percakapan	Coding
P0001	Assalamualaikum, kak.	
N0002	Walaikumsalam.	
P0003	Mohon maaf kak mengganggu waktunya,	
P0004	Perkenalkan kak, nama saya Muhammad	
P0005	Ferdi Prananda dari Fakultas Psikologi	
P0006	UNMUHA. Jadi saya sedang melakukan	
P0007	penelitian skripsi mengenai gambaran	
P0008	kepuasan <i>body image</i> pada wanita dalam	
P0009	penggunaan media sosial di Fakultas	
P0010	Psikologi Universitas Muhammadiyah	
P0011	Aceh. saya mau wawancara kakak	
P0012	mengenai subjek penelitian saya yang	
P0013	bernama RZ, apa boleh saya wawancara	
P0014	kakak sebagai orang terdekatnya?	
N0015	Boleh kok ferdi, nanya aja langsung,	
N0016	sebisanya saya bantu jawab.	
P0017	Baik kak, sebelumnya kak bagaimana	
P0018	hubungan kakak dengan RZ?	
N0019	Alhamdulillah baik kok	
P0020	Alhamdulillah, Jadi langsung saja ya kak.	
P0021	Menurut anda apakah subjek memiliki	
P0022	tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah	
P0023	dari pada laki-laki?	
N0024	Eee kalok menurut saya ya, eee oja gak	Tingkat kepuasa tubuh
N0025	begitu memiliki apa, kepuasan tubuh yang	
N0026	rendah dari laki-laki soalnya, saya liat dia	
N0027	jugak puas sama bentuk ee tubuhnya kayak	
N0028	misalnya warna kulitnyaa gitu kan wajah	
N0029	dia pun cantik putih, tross ya mungkin	
N0030	yang membuat dia insecure menurut saya,	
N0031	cuman ini yaa, dia agak pendek gitu	
N0032	orangnya jadi itu yang buat dia tuh gak	
N0033	begitu puas dengan tubuhnya.	
P0034	Ohh begitu ya, saya mengerti dengan yang	
P0035	kakak jelaskan. Menurut anda bagaimana	
P0036	pandangan subjek mengenai perbedaan	
P0037	bentuk tubuh antara wanita dan laki-laki?	

N0038 N0039 N0040 N0041 N0042 N0043 N0044 N0045 N0046 N0047 N0048 N0049 N0050 N0051 N0052 N0053 N0054	Ee kalok menurut saya, pandangan oja terhadap perbedaan bentuk tubuh antara perempuan dan ee laki-laki itu gimana yaa, saya kurang tau juga dia mandangnya gimana, cuman eee kalok misalnya menurut saya oja tuh sukak sama laki laki yang tubuhnya tuh proporsional kayak ee tinggi truss wajahnya ganteng gitu, abistuh eee perbedaan bentuk tubuh antara laki-laki dan perempuan, pandangan oja sih gak terlalu ini yaa, soalnya kan perempuan sama laki-laki tetap memiliki perbedaannya gitu kayak misalnya eee lakik-lakik kan mungkin cenderung lebih bagus badannya kalok berisi, tapi kalo misalnya perempuan menurut oja mungkin lebih bagus kalo perempuan tuh tubuhnya sedikit lebih kurus biar cantik gitu.	<i>Body image negatif</i>
P0055 P0056 P0057	Kemudian Menurut anda apakah subjek ingin mengembangkan massa ototnya seperti laki-laki?	
N0058 N0059 N0060 N0061 N0062 N0063 N0064 N0065	Eeee menurut saya enggak yaa, soalnya kan oja kayak cewek feminim kali gitu trus eee paling si oja dia sukak olahraga biar tubuhnya segar truss biar kulitnya jugak katanya biar bagus gitukan sehat, tapi untuk eee ngembangin otot gitu enggak yaa untuk seorang oja, karena dia lebih sukak tubuhnya yang perempuan kali gitu.	Massa otot
P0066 P0067 P0068 P0069	Oke baik, kita langsung ke pertanyaan selanjutnya ya kak. Menurut anda apakah subjek tidak puas terhadap bagian-bagian tubuh yang dimilikinya?	
N0070 N0071 N0072 N0073 N0074 N0075 N0076 N0077 N0078 N0079	Yaa ini kayak yang saya bilang tadi yaa, mungkin oja terhadap kulitnya kek gitu terhadap warna kulit itu dia puas, ee terhadap wajahnya, parasnya tu dia puas. Tapi menurut saya mungkin yang buat dia kurang puas itu eee apa, berat tubuh sama tinggi tubuhnya gitu karena kan oja gak terlalu tinggi untuk seorang perempuan mungkin oja bisa dibilang pendek gitu, mungkin itu yang buat dia kurang puas sama eee bagian tubuhnya.	Merasa tidak puas
P0080 P0081 P0082	Ohh begitu, Menurut anda apakah subjek mengikuti standar kecantikan yang ada di media sosial? Jika iya, kenapa?	

N0083 N0084 N0085 N0086 N0087 N0088 N0089 N0090 N0091 N0092 N0093 N0094	Eeee kalok misalnya oja mengikuti standar kecantikan iya sih menurut saya, kayak misalnya “oh ini lagi cantik model hijab gini” oja ikutin itu trus kayak misalnya “oh bagus pakek <i>skincare</i> ini gitu, bagus model alisnya gini” atau gimana gitu kan, itu oja bakal ikuti itu, tren tren yang ada di sosial media. trus apa ya, jadi menurut saya oja itu termasuk cewek yang mengikuti standar kecantikan yang ada di apah sosial media kayak misalnya bagaimana pakaian, bagaimana cara makeup gitu kayak saya bilang tadi.	Standar kecantikan
P0095 P0096 P0097	Ohh begitu, Lalu Menurut anda bagaimana subjek menanggapi tubuh yang dianggap ideal di media sosial?	
N0098 N0099 N0100 N0101 N0102 N0103 N0104 N0105 N0106 N0107 N0108 N0109 N0110 N0111 N0112 N0113	Eee kalok menurut saya sendiri yaa, yang yang melihat oja jugak di sosial media, saya merasa oja udah cukup cantik gitu, udah cukup bagus tubuhnya eee yang dia posting di sosial media, tapi bagaimana tanggapan apa tadi bagaimana tanggapan oja terhadap tubuhnya yang dianggap ideal tuu menurut saya oja menanggapi nya dengan baik sih kek gitu, oja jugak ee senang gitu tapi ya mungkin ada sisi insecure nya jugak yaa di oja pas itu karena yang saya tau jugak oja banyak insecure nya gitu, jadi kalok misalnya ee dia menganggap kadang-kadang yang dia post itu dia gak cantik lebih cantik orang, padahal dia termasuk yang cantik jugak gitu, ee make up nya bagus gak make up pun oja jugak cantik.	Pengaruh media massa
P0114 P0115 P0116 P0117	Kemudian, menurut anda apakah subjek merasa <i>insecure</i> terhadap bentuk tubuhnya ketika melihat teman-temannya yang ada di media sosial?	
N0118 N0119 N0120 N0121 N0122 N0123 N0124 N0125	Iya yang kayak saya bilang tadi yaa, oja kan insecure-an eee anaknya, trus kayak kadang-kadang eee saking dia merasa insecure ni ya terhadap bentuk tubuh eee teman-temannya yang dia liat di media sosial atau siapapun, itu bahkan dia kayak apah menonaktifkan instagram gitu atau hapus akun insagram aplikasi instagram	Dampak negatif media sosial

N0126 N0127 N0128 N0129	dari hp nya, untuk apa ya di bilang untuk biar dia jugak lebih eee bisa mencintai diri sendiri dengan tidak membandingkan eee dirinya dengan orang lain di sosial media gitu.	
P0130 P0131 P0132	Oh begitu, lalu Menurut anda apa yang membuat subjek membandingkan diri dengan teman-temannya?	
N0133 N0134 N0135 N0136 N0137 N0138 N0139 N0140	Menurut saya, menurut saya tuh yang membuat oja membandingkan diri dengan teman-temannya,eeee eh ya kek bilang yang kek saya bilang tadi tu oja mungkin dia merasa kurang puas samaaa ukuran tubuhnya tapi kalo misalnya wajah, ya mungkin oja ini yaa bakal merasa dirinya tu ee cantik gitu, karena saya pun yaa jugak mengakui itu.	Perbandingan diri
P0141 P0142 P0143	Lalu Menurut anda apa dampak negatif yang dialami subjek ketika membandingkan diri dengan orang lain?	
N0144 N0145 N0146 N0147 N0148 N0149 N0150 N0151 N0152 N0153 N0154 N0155	Yaa menurut saya tuh kalok misalnya dampak negatif dari oja kalo dia membandingkan diri dengan orang lain tu yaa buat dia tuh menjadi gak percaya diri trus kayak apa yahh selalu merasa dirinya tuh rendah gitu trus kayak kadang-kadang jadi gak cinta sama dirinya sendiri padahal kan mau cantik atau apapun cantik itu relatif yaa jadi kayak kalau bisa yaa eee oja bisa lebih menghargai gitu bentuk tubuhnya kek gitu jadi kan dia gak akan merasa dampak negatifnya.	Perbandingan diri
P0156 P0157 P0158	Selanjutnya bagaimana Menurut anda apakah komentar dari orang lain terhadap subjek membuat subjek jadi kurang percaya diri?	
N0159 N0160 N0161 N0162 N0163 N0164 N0165 N0166 N0167 N0168 N0169	Eee memang ada yaa yang komen negatif untuk oja misalnya kayak “ihh udah gendut ya sekarang” kek gitu kan atau “udah lebih berisi yaa” kek gitu tu buat oja apa yaa jadi gak percaya diri jadi kurang percaya diri kek gitu, trus kayak misalnya tiba-tiba di mukak oja jugak ada jerawat gitu tu jugak komentar orang tu jugak buat oja jadi kurang percaya diri jugak, aaa trus kayak apa yaa trus kayak oja jugak merasa gak percaya diri kalok dia bandingin sama orang lain bentuk tubuhnya.	Penampilan fisik

P0170 P0171 P0172	Ohh begitu, Kemudian Bagaimana cara subjek menghadapi komentar negatif dari orang-orang mengenai penampilan fisiknya?	
N0173 N0174 N0175 N0176 N0177 N0178	Kalo menghadapi komentar negatif tentang fisiknya itu, menurut saya oja bisa yaa kek gitu kayak kayak misalnya ada orang nih yang komen negatif tentang tubuhnya terus kayak oja ah ya udahlah kek gitu, dia cuekin aja bodo amat orang mau bilang apa gitu sih.	Penampilan fisik
P0179 P0180 P0181 P0182	Ohhh begitu, untuk pertanyaan selanjutnya bagaimana Menurut anda bagaimana subjek menanggapi ekspektasi orang-orang terhadapnya mengenai penampilan fisik?	
N0183 N0184 N0185 N0186 N0187 N0188 N0189 N0190 N0191	Kalok ekspektasi orang lain tentang tubuhnya itu, oja tanggepinnya tu kayak apa yahh misalnya nih dia ketemu ee orang baru yang, “ihh ternyata oja eee maaf pendek yaa” gitu kan, gak kayak di foto atau apa gitu itu dia kayak emang insecure, cuman yaa balik lagi kek saya bilang tadi kalok oja tu terkadang dia bisa mengontrol dirinya dengan bersikap cuek aja gitu sama ucapan orang.	Penampilan fisik
P0192 P0193 P0194 P0195	Baik, kita lanjut ke indikator selanjutnya ya kak. Menurut anda apa yang dirasakan subjek ketika menerima evaluasi penampilan fisik dari orang lain?	
N0196 N0197 N0198 N0199 N0200 N0201 N0202 N0203 N0204 N0205 N0206 N0207 N0208 N0209	Eee kalok yang dirasakan subjek saat menerima evaluasi penam penampilan fisik dari orang lain tuh, eee menurut saya oja termasuk orang yang menerima yaa gitu menerima kritikan, menerima komentar yang baik-baik gitu terus dia kayak yaa misalnya ada ada ni Lidia bilang untuk dia misalnyaa “ohh ihh oja udah gendut ya sekarang udah gendutan yaa” kek gitu kan, itu dia bakal olahraga untuk eee kembali memiliki bentuk tubuh yang ideal gitu, jadi oja termasuk orang yang bisalah mengevaluasi dirinya mengenai tubuh kalok misalnya dikasih kritikan sama orang.	Kecemasan
P0210 P0211 P0212 P0213	Ooohh begitu, lalu Menurut anda apakah subjek ketika menerima evaluasi diri dari orang lain membuat subjek jadi kurang percaya diri?	

N0214 N0215 N0216 N0217 N0218 N0219 N0220 N0221 N0222 N0223 N0224	Eee kalok misalnya dapat evaluasi dari orang yaa saya rasa sih bukan oja aja yaa, tapi semua orang jugak pernah rasain gak percaya diri gitukan karena kan evaluasi dari orang itu termasuk bisa kita tanggapinnya tu kayak komentar negatif cuman, ya dari situ jugak kita eee bisa ambil sisi positifnya ya kek saya bilang tadi kek oja misalnya walopun kek insecure “ihhh eee saya gendutan yaa” tapi dia yaa dengan begitu dia semakin rajin olahraganya.	Kecemasan
P0225 P0226 P0227	Terus Bagaimana cara anda mendukung subjek agar tidak merasa cemas?	
N0228 N0229 N0230 N0231 N0232 N0233 N0234 N0235 N0236	Eee cara saya mendukung oja itu, dengan apa yaa dengan beri dia afirmasi afirmasi positif terus kayak semangat dia, terus kayak kasih tau kalok misalnya yaa “jangan dengerin semua omongan orang” kek gitu, “ambil yang baiknya terus ya yang buruk-buruknya itu jangan dengerin lagipula kan yang tau diri kita tu diri kita sendiri, gitulah lebih kurang yang saya bilang sama oja.	Kecemasan
P0237 P0238	Tapi Menurut anda apakah subjek bersyukur dengan bentuk tubuh yang dimilikinya?	
N0239 N0240 N0241 N0242 N0243	Kalo menurut saya oja bersyukur dengan bentuk tubuhnya apalagi dengan bentuk wajahnya gitu, cuman mungkin yang buat dia apa yaa sedikit merasa gak percaya diri yaa eee tinggi tubuhnya sih menurut saya.	Perhatian Individu Mengenai fisiknya
P0244 P0245 P0246	Baik, Kemudian Menurut anda apakah penampilan subjek menarik? Jika iya, kenapa?	
N0247 N0248 N0249 N0250 N0251 N0252 N0253 N0254	Iya menurut saya eee penampilan oja sangat menarik, dia bisalah untuk apa yaa untuk berpenampilan sesuai tempat yang dia pergi kekgitu, terus yaa kalok gak make up an pun oja tetap cantik menurut saya tetap menarik gitu, terus jugak eee jangankan penampilan fisik, cara berpakaian jugak menurut saya oja bagus.	Perhatian Individu Mengenai fisiknya
P0255 P0256 P0257	Kemudian Menurut anda apakah subjek memperhatikan cara berpakaian agar terlihat cantik? Jika iya, kenapa?	

N0258 N0259 N0260 N0261 N0262 N0263 N0264	Wah iyaa, menurut saya oja sangat memperhatikan ya cara dia berpakaian kek saya bilang tadi, eee karena menurut oja itu eee apah fashion jugak sangat penting gitu untuk diliat sama orang gitu kan, abis tu apah dengan berpakaian bagus itu kata oja ya orang bakal tertarik sama kita kekgitu.	Perhatian individu dalam berpenampilan
P0265 P0266 P0267	Hmm begitu, lalu Menurut anda apakah subjek selalu memperhatikan penampilannya sebelum memposting fotonya?	
N0268 N0269 N0270 N0271 N0272	Ya yaa menurut saya gitu, soalnya oja selalu eee memposting foto yang bagus gitu, yang yang menariklah untuk ditengok sama orang, jadi saat penampilannya tu bagus, menarik itu dia bakal posting foto sih.	Perhatian individu dalam berpenampilan
P0273 P0274 P0275	Lalu, Menurut anda apakah subjek selalu memikirkan tentang orang pikirkan tentang penampilan fisiknya di media soial?	
N0276 N0277 N0278 N0279 N0280 N0281 N0282 N0283 N0284 N0285	Eee kalok misalnya oja pikirin tentang eee pemikiran orang mengenai dirinya itu mengenai fisiknya, menurut saya iya yaa karena eemmm apa yaa, kayak saya bilang tadi kan si oja jugak merasa insecure gara-gara omongan orang gitu, jadi dia sempat kepikiran tentang ee pemikiran orang mengenai dirinya gitu, jadi ya itu terkadang oja menonaktifkan instagram gitu supaya dia bisa lebih mencintai dirinya.	Perhatian individu dalam berpenampilan
P0286 P0287	Hmmm baik, lalu Menurut anda apakah subjek memiliki bentuk wajah yang menarik?	
N0288 N0289 N0290 N0291 N0292 N0293	Iyaa menurut saya bentuk tub eee bentuk wajah oja itu sangat menarik yaa, terus dia jugak selain dia memang cantik dia juga pinter make up, tap jadi buat dia tu ee jadi lebih cantik.	Bagian tubuh
P0294 P0295 P0296	Kemudian Bagaimana pendapat anda tentang subjek yang menutupi bagian-bagian tubuh di media sosial?	

N0297 N0298 N0299 N0300 N0301 N0302 N0303 N0304 N0305 N0306 N0307 N0308	Eeee tentang oja yang menutupi bagian tubuhnya di media sosial itu, pendapat saya bagian tubuh mana ni misalnya kayak misalnya misalnya kalok misalnya oja merasa dirinya tu gendutan gitu kan terus dia kayak ya bakal foto bag aa selfie doang yang gak terlihat begitu jelas tubuhnya, jadi tanggapan saya wajar-wajar aja sih karna kan setiap orang punya insecurenya masing-masing gitu, jadi kalok oja menutupi bentuk ee tubuhnya yang mungkin menurut dia tu buat dia insecure menurut saya wajar.	Bagian tubuh
P0309 P0310 P0311	Lalu bagaimana Menurut anda apakah subjek merasa khawatir ketika perutnya menjadi buncit?	
N0312 N0313 N0314 N0315 N0316 N0317	Iyaa menurut saya eee oja khawatir yaa kalok misalnya perutnya tu buncit, karena kan eee menurut oja tu cantik adalah nomor satu gitu, termasuk kalok misalnya eee tubuhnya tu ideal termasuk kalo perutnya tu jadi langsing gitu.	Berat badan
P0318 P0319	Ohhh begitu, lalu Apakah subjek mengikuti program diet agar mengurangi berat badan?	
N0320 N0321 N0322 N0323 N0324 N0325 N0326 N0327 N0328 N0329 N0330 N0331 N0332	Menurut saya kalok oja bisa dibilang termasuk orang yang mempunyai program diet ya, tapi oja ini program diet nya tu kayak program diet ee sehat gitu, bukannya memaksakan dirinya untuk diet sampe gak makan atau gimana, tapi dia lebih kek kayak konsumsi misalnya makanan-makanan yang rendah kalori atau gimana gitu kan, terus jugak dietnya tu eee diet yang bagaimana asupan yang dia masukan ke tubuhnya itu bukan cuma untuk mengurangi berat badannya tapi juga bisa menyehatkan tubuhnya gitu termasuk kulitnya.	Berat badan
P0333 P0334 P0335	kalau begitu, Apakah subjek mencemaskan berat badannya ketika semakin bertambah? Jika iya, kenapa?	
N0336 N0337 N0338 N0339	Ee iyaa oja termasuk orang yang cemas kalo beratnya tu bertambah, karena ya wajar sih menurut saya ya apalagi cewek kek gitu kan, karena kan kalok berat badan	Berat badan

N0340 N0341 N0342 N0343 N0344 N0345 N0346 N0347	kita bertambah otomatis kan kita akan terlihat lebih gendut, dengan kita terlihat lebih gendut itu, saya rasa buat oja ee cemas karena bakal apa yahh bakal membuat kita tuh lag lebih kayak merasa gak percaya diri, apalagi kalo sampek dapat komentar dari orang mau itu di media sosial atau secara langsung itu kan bakal nurun banget ke rasa gak percaya diri.	
P0348 P0349 P0350	Kemudian, bagaimana <i>Menurut anda apakah subjek memiliki tubuh yang ideal? Jika tidak, kenapa?</i>	
N0351 N0352 N0353 N0354 N0355 N0356 N0357	Eee menurut saya oja kalau misalnya diliat dari wajah itu dia ee udah sangat ideal yaa kek gitu kan, teros dari ee berat badannya jugak menurut saya lumanyan ideal lah, cuman mungkin menurut saya oja kurang tinggi gitu yahh, jadi itu yang buat oja mungkin ee tidak begitu ideal tubuhnya.	Penilaian bentuk tubuh
P0358 P0359	Hmm begitu yaa, lalu <i>Menurut anda apakah subjek adalah seorang wanita yang cantik?</i>	
N0360 N0361 N0362 N0363	Iyaa menurut saya oja cantik banget yaa, eee kulitnya bagus, sehat, trus jugak putih gitu, trus jugak apa yah mau make up apa enggak, oja tetap cantik gitu.	Penilaian bentuk tubuh
P0364 P0365 P0366	Okee terima kasih kak, mungkin itu aja pertanyaan dari saya, terimakasih sekali lagi sudah meluangkan waktunya kak	
N0367 N0368	Iyaa sama-sama, tidak apa-apa kok, saya ikut senang juga bisa mambantu	

HASIL VERBATIM ALLOANAMNESA SUBJEK II (TEMAN)

alloanamnesa dari : RO Subjek (2)
 Inisial : MH (Teman)
 Alamat : 50 Menit
 Lokasi/Tempat : Via Telefon

Code	Percakapan	Coding
P0001	Assalamualaikum, kak.	
M0002	Walaikumsalam.	
P0003 P0004 P0005 P0006 P0007 P0008 P0009 P0010 P0011 P0012 P0013 P0014	Mohon maaf kak mengganggu waktunya, Perkenalkan kak, nama saya Muhammad Ferdi Prananda dari Fakultas Psikologi UNMUHA. Jadi saya sedang melakukan penelitian skripsi mengenai gambaran kepuasan <i>body image</i> pada wanita dalam penggunaan media sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. saya mau wawancara kakak mengenai subjek penelitian saya yang bernama RO, apa boleh saya wawancara kakak sebagai orang terdekatnya?	
M0015 M0016	Boleh kok ferdi, nanya aja langsung, sebisanya saya bantu jawab.	
P0017 P0018	Baik kak, sebelumnya kak bagaimana hubungan kakak dengan RO?	
M0019	Alhamdulillah baik kok	
P0020 P0021 P0022 P0023	Alhamdulillah, Jadi langsung saja ya kak, Menurut anda apakah subjek memiliki tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah dari pada laki-laki?	
M0024 M0025 M0026 M0027	Menurut saya dia ada juga sih rasa yang tingkat yang kurang puas dari tubuhnya, mungkin kebanyakannya kurang puas terhadap bentuk tubuhnya	Tingkat Kepuasan 1
P0028 P0029 P0030 P0031	Ohh begitu, terus kemudian menurut anda bagaimana pandangan subjek mengenai perbedaan bentuk tubuh antara wanita dan laki-laki?	
M0032 M0033 M0034 M0035 M0036	Hmm pandangan mengenai hal tersebut, bisa dibilang gimana ya ee dia kadang <i>Insecure</i> juga kalo misalnya lihat tubuh laki-laki yang bagus proporsi tubuhnya bagus kayak kalo dia tu kurang gitu.	Body Image Negatif 1
P0037 P0038 P0039	Kemudian Menurut anda apakah subjek ingin mengembangkan massa ototnya seperti laki-laki?	

M0040 M0041 M0042 M0043	Kalo menurut saya engga sih dia Cuma <i>insecure</i> sama berat badannya aja gitu, bukan ingin menambah otot seperti laki-laki, kayak aderai gitu engga.	Massa Otot 1
P0044 P0045 P0046	Ohiyaa iya, kemudian menurut anda apakah subjek tidak puas terhadap bagian-bagian tubuh yang dimilikinya?	
M0047 M0048 M0049 M0050	Iya dia ada sih ga puas di bagian tanggannya yang mungkin menurut dia terlalu besar, terus pahanya juga besar yang buat dia tidak puas sama bagian-bagian tubuhnya.	Merasa Tidak Puas 1
P0051 P0052 P0053	Menurut anda apakah subjek mengikuti standar kecantikan yang ada di media sosial? Jika iya, kenapa?	
M0054 M0055 M0056 M0057	Ee terlihat saya sih gatau ya, tapi terkadang dia pernah kayak bilang eh aku pengen lah cantik dan punya badan bagus kayak artis ni, gitu-gitu lah saya dengarnya	Standar Kecantikan 1
P0058 P0059 P0060	Ohh begitu, Lalu Menurut anda bagaimana subjek menanggapi tubuh yang dianggap ideal di media sosial?	
M0062 M0063 M0064	Ada rasa iri tapi ya cuman ya balik lagi karena dia kalo mau diet tu selalu bilang nanti-nanti, jadi ya gitu.	Pengaruh Media Massa 1
P0065 P0066 P0067 P0068	Kemudian menurut anda apakah subjek merasa <i>insecure</i> terhadap bentuk tubuhnya ketika melihat teman-temannya yang ada di media sosial?	
M0069 M0070 M0071 M0072 M0073 M0074 M0075	<i>Insecure</i> itu tetap ada karena kalau mau lihat <i>body-body</i> goals yang ada di media sosial tu dia terkadang <i>insecure</i> kayak nanya kapan ya badan aku bisa gini terus dia pengen gitu tapi jawabnya nanti-nanti gitu kan jadinya engga terealisasikan ya dengan apa yang dia mau, begitu sih banyak maunya	Dampak Negatif Media Sosial 1
P0076 P0077 P0078	Oh begitu, Menurut anda apa yang membuat subjek membandingkan diri dengan teman-temannya?	
M0079 M0080 M0081 M0082 M0083 M0084	Kalau untuk membanding-bandingkan diri sama teman kayak ada sih beberapa kali saya dengar, kayak contohnya dia pernah bilang ke saya, eh aku pengen lah badan bagus kayak ke, kasih tips-tipsnya dong gimana, ya gitu saya dengarnya, tapi	Perbandingan Diri 1

M0085 M0086 M0087 M0088	walaupun udah dikasih tau caranya tu kadang dia cuma dengar aja tapi lakuin ga ada, mungkin ada di lakuin cuma paling awal-awal aja, kayak ga konsisten gitu.	
P0089 P0090 P0091	Hmm begitu, lalu menurut anda apa dampak negatif yang dialami subjek ketika membandingkan diri dengan orang lain?	
M0092 M0094 M0094 M0095 M0096	Dampak negatifnya itu ee jadi dia lebih sering <i>insecure</i> sih, lebih kayak banyak mengeluh juga sih gitu kayak kapan ya aku kayak gitu juga badannya tapi disatu sisi dia juga ada bersyukur juga sih dikasih badan yang sehat.	Perbandingan Diri 2
P0097 P0098 P0099	Kemudian menurut anda apakah komentar dari orang lain terhadap subjek membuat subjek jadi kurang percaya diri?	
M0100 M0101 M0102 M0103 M0104	Kalau untuk kurang percaya diri sih kayaknya sedikit ya kadang kalau misalnya dia dikatain gendut gitu sama orang lain jadi dia kayak balik lagi <i>insecure</i> gitu jadinya besok jadi pengen diet dia	Penampilan Fisik 1
P0105 P0106 P0107	Ohh begitu, terus bagaimana cara subjek menghadapi komentar negatif dari orang-orang mengenai penampilan fisiknya?	
M0108 M0109 M0110 M0111 M0112	Ya dia cuek aja orangnya kayak engga suka membalas perkataan-perkataan yang negatif dari para netizen, walaupun misalnya kadang dia sakit hati sama perkataan-perkataan dari netizen tu	Penampilan Fisik 2
P0113 P0114 P0115	Kemudian Menurut anda bagaimana subjek menanggapi ekspektasi orang-orang terhadapnya mengenai penampilan fisik?	
M0116 M0117 M0118 M0119 M0120 M0121	Kalau menanggapi ekspektasi orang-orang dia selalu memberikan foto yang asli di media sosialnya jadi apa yang dilihat dari media sosial ya begitulah aslinya jadi orang udah duluan ekspektasi duluan gimana dia orangnya	Penampilan Fisik 3
P0122 P0123 P0124	Kemudian menurut anda apa yang dirasakan subjek ketika menerima evaluasi penampilan fisik dari orang lain?	
M0125 M0126 M0127 M0128 M0129	Kalau dia dikasi evaluasi dia oke-oke aja sih tapi kalo dia dikatain soal fisiknya tu nah tu baru dia ga terima, kayak marah lah ya, karena kalo di kata-katain tu lebih kasar tapi ya kalo dia dikasih evaluasi kayak eh	Kecemasan 1

M0130 M0131 M0132 M0133 M0134	kurangin lah berat badannya sikit biar cantik kayak gini atau ga kurusin dikit biar bagus nampaknya, dia sebenarnya ga suka kalo badannya tu gendut makanya dia kayak kepikiran terus kalau badannya makin gendut	
P0135 P0136 P0137 P0138	Ohhiyaa iya saya mengerti, kemudian, menurut anda apakah subjek ketika menerima evaluasi diri dari orang lain membuat subjek jadi kurang percaya diri?	
M0139 M0140 M0141 M0142 M0143 M0144	Kalo yang dari aku lihat selama ini kayaknya sih mungkin ada beberapa momen yang dia ga percaya diri, kayak dia ngerasa cemas kalo berkumpul di tempat banyak-banyak orang-orang yang mungkin menurut dia lebih cantik, jadinya dia ga percaya diri.	Kecemasan 2
P0145 P0146	Terus bagaimana cara anda mendukung subjek agar tidak merasa cemas?	
M0147 M0148 M0149 M0150 M0151 M0152 M0153 M0154	Jadi cara saya mendukungnya itu dengan memberi semangat gitu dan membantu dengan apa yang dia mau kayak misalnya dia mau diet jadi bantu semangat dietnya kayak berusaha mendukung terus ngasih tau apa-apa aja harus dilakukan untuk diet atau untuk memperbaiki bentuk tubuhnya yang kayak gitu-gitu sih	Kecemasan 3
P0155 P0156 P0157	Kemudian menurut anda apakah subjek bersyukur dengan bentuk tubuh yang dimilikinya?	
M0158 M0159 M0160 M0161	Kalau masalah bersyukur dia tu kayak saya bilang tadi, dia bersyukur di kasih badan yang sehat, tapi dia ga suka juga kalo badannya gendut.	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya 1
P0162 P0163	Kemudian menurut anda apakah penampilan subjek menarik? Jika iya, kenapa?	
M0164 M0165 M0166 M0167 M0168 M0169	Kalau menurut saya sih menarik kadang saya pengen juga punya badan yang agak berisi, karena kan saya kurus, jadi kadang saya pernah bilang juga sama dia, gimana lu cara gemukin badan tapi jangan terlalu gemuk gitu, tapi kalau dia malah pengen jadi kurus	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya 2
P0170 P0171 P0172	Kemudian, menurut anda apakah subjek memperhatikan cara berpakaian agar terlihat cantik? Jika iya, kenapa?	

M0173 M0174 M0175 M0178 M0179	Kalau kayak pergi-pergi gitu sih tergantung dia mau pergi kemana, kalo ke acara-acara pastinya dia memperhatikan pakaian-pakaiannya, kalao pergi-pergi biasa sih yang simple-simple aja dia.	Perhatian Individu Dalam Berpenampilan 1
P0180 P0181 P0182	Lalu menurut anda apakah subjek selalu memperhatikan penampilannya sebelum memposting fotonya?	
M0183 M0184 M0185 M0186 M0187	Itu sih udah pasti jadi kayak sebelum foto tu harus bagus letak kamera dan fotonya gitu, pokoknya sangat-sangat memperhatikan penampilan sebelum memposting fotonya gitu.	Perhatian Individu Dalam Berpenampilan 2
P0188 P0189 P0190	Lalu menurut anda apakah subjek selalu memikirkan tentang orang pikirkan tentang penampilan fisiknya di media sosial?	
M0191 M0192 M0193	Kayaknya ga terlalu dipikirin sih tapi kayanya dia ada berpikiran juga sih menurut saya.	Perhatian Individu Dalam Berpenampilan 3
P0194 P0195	Lalu menurut anda apakah subjek memiliki bentuk wajah yang menarik?	
M0196 M0197	Ya menarik sih kalo menurut saya soalnya kan wajah dia manis gitu.	Bagian Tubuh 1
P0198 P0199 P0200	Bagaimana pendapat anda tentang subjek yang menutupi bagian-bagian tubuh di media sosial?	
M0201 M0202 M0203 M0204 M0205	Ee kalo pendapat saya sih gapapa sih, ga masalah selama itu baik dilakukan dan tidak membuat dia risih dan orang-orang lain risih dan selama tidak mengganggu orang lain ya ga masalah.	Bagian Tubuh 2
P0206 P0207	Menurut anda apakah subjek merasa khawatir ketika perutnya menjadi buncit?	
M0208 M0209 M0210 M0211 M0212 M0213	Ya kalau menurut yang saya lihat sih dia khawatir tetapi balik lagi gimana dia dengan dia merasa khawatir pasti akan berpikir akan diet tapi dia balik lagi dengan dia khawatir dia berpikir akan diet tapi dietnya tu tetap nanti-nanti gitu.	Berat Badan 1
P0214 P0215	Apakah subjek mengikuti program diet agar mengurangi berat badan?	
M0216 M0217 M0218 M0219	Dia itu pernah mengikuti program diet tapi gagal gitu kayak misalnya di hari pertaman emang berhasil namun dihari berikutnya dia makan jajan gitu yang banyak.	Berat Badan 2

P0220 P0221	Apakah subjek mencemaskan berat badannya ketika semakin bertambah? Jika iya, kenapa?	
M0222 M0223 M0224 M0225	Ya cemas pasti dia, karena semakin hari semakin bertambah berat badannya, kayak dia sering jajan gitu, ga jaga makanan-makanan yang sehat gitu, jadinya ya gitu.	Berat Badan 3
P0226 P0227	Menurut anda apakah subjek memiliki tubuh yang ideal? Jika tidak, kenapa?	
M0228 M0229 M0230	Menurut saya sih ideal kayak dengan badan besar gitu, juga mungkin menurut saya dia tinggi, ya menurut saya pas aja gitu	Penilaian Bentuk Tubuh 1
P0231 P0232 P0233	Menurut anda apakah subjek adalah seorang wanita yang cantik?	
M0234 M0235 M0236	ya tentu lah menurut saya cantik, karena kan semua perempuan itu cantik, tapi kalau menurut saya sih si subjeknya itu wajahnya lebih ke manis	Penilaian Bentuk Tubuh 2
P0237 P0238	Mungkin itu aja sih kak yang ingin saya tanyakan, terima kasih sudah meluangkan waktunya kak	
M0239	Iya gapapa kok, sama-sama	

HASIL VERBATIM ALLOANAMNESA SUBJEK II (TEMAN)

alloanamnesa dari : NZ Subjek (3)
 Inisial : IS (Teman)
 Alamat : 50 Menit
 Lokasi/Tempat : Via Telefon

Code	Percakapan	Coding
P0001	Assalamualaikum, kak.	
I0002	Walaikumsalam.	
P0003	Mohon maaf kak mengganggu waktunya,	
P0004	Perkenalkan kak, nama saya Muhammad	
P0005	Ferdi Prananda dari Fakultas Psikologi	
P0006	UNMUHA. Jadi saya sedang melakukan	
P0007	penelitian skripsi mengenai gambaran	
P0008	kepuasan <i>body image</i> pada wanita dalam	
P0009	penggunaan media sosial di Fakultas	
P0010	Psikologi Universitas Muhammadiyah	
P0011	Aceh. saya mau wawancara kakak	
P0012	mengenai subjek penelitian saya yang	
P0013	bernama NZ, apa boleh saya wawancara	
P0014	kakak sebagai orang terdekatnya?	
I0015	Boleh kok ferdi, nanya aja langsung,	
I0016	sebisanya saya bantu jawab.	
P0017	Baik kak, sebelumnya kak bagaimana	
P0018	hubungan kakak dengan NZ?	
I0019	Alhamdulillah baik kok	
P0020	Alhamdulillah, Jadi langsung saja ya kak,	
P0021	Menurut anda apakah subjek memiliki	
P0022	tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah	
P0023	dari pada laki-laki?	
I0024	Kok menurut aku ee kalo dari laki-laki sih	Tingkat Kepuasan 1
I0025	engga tapi kalo dia tu kayak sesama	
I0026	perempuan aja, kek misalnya tu dia ga puas	
I0027	sama tinggi badannya, katanya aku gemuk	
I0028	kali lah kek gini dengan tinggi badan kek	
I0029	gini itu yang aku tau, tapi kalau dari pada	
I0030	laki-laki kayak engga sih dia tu	
P0031	Ohh begitu, terus kemudian menurut anda	
P0032	bagaimana pandangan subjek mengenai	
P0033	perbedaan bentuk tubuh antara wanita dan	
P0034	laki-laki?	
I0035	Iya kalo laki-laki kan bedanya tu di massa	Body Image Negatif 1
I0036	ototnya kayak ototnya lebih besar terus	
I0037	rata-rata laki tu lebih tinggi dari pada	

I0038 I0039	perempuan, terus sedangkan perempuan tu lebih ke arah yang lebih langsing.	
P0040 P0041 P0042	Kemudian Menurut anda apakah subjek ingin mengembangkan massa ototnya seperti laki-laki?	
I0043 I0044	Ga kalo dia, dia tu lebih pengen tinggi dan biar ga gendut-gendut kali	Massa Otot 1
P0045 P0046 P0047	Ohiyaa iya, kemudian menurut anda apakah subjek tidak puas terhadap bagian-bagian tubuh yang dimilikinya?	
I0048 I0049 I0030	Ada sih bagian tubuh yang dia tidak puas kayak dari tingginya, badannya yang agak gemuk, pahanya mungkin yg agak besar gitu	Merasa Tidak Puas 1
P0031 P0032 P0033	Menurut anda apakah subjek mengikuti standar kecantikan yang ada di media sosial? Jika iya, kenapa?	
I0034 I0035 I0036 I0037 I0038 I0039 I0040 I0041 I0042	Kalau dia tu ga ngikutin kali apa yang viral di media sosial tapi dia sering buat kayak make up sendiri terus kayak buat video-video random gitu kan di tiktok atau ig kayak dia sering beli barang juga yang menurut dia bagus, terus dia buat video untuk dia sendiri aja, tapi kalau ga salah saya dia pernah pengen sih kayak punya tinggi kayak artis yang ada di media sosial, itu aja sih.	Standar Kecantikan 1
P0043 P0044 P0045	Ohh begitu, Lalu Menurut anda bagaimana subjek menanggapi tubuh yang dianggap ideal di media sosial?	
I0046 I0047 I0048	Iya dia kayak bilang kayak ih bagus kali badannya ya, yang kayak-kayak gitu dia bilang.	Pengaruh Media Massa 1
P0049 P0050 P0051 P0052	Kemudian menurut anda apakah subjek merasa insecure terhadap bentuk tubuhnya ketika melihat teman-temannya yang ada di media sosial?	
I0053 I0054 I0055 I0056	Kadang iya, kayak pertanyaan pertama tadi, kayak dia tu ga puas sama tinggi badan dan berat badannya tu, kadang dia tu pengen lebih kurus dari badannya sekarang terus	Dampak Negatif Media Sosial 1
P0057 P0058 P0059	Oh begitu, Menurut anda apa yang membuat subjek membandingkan diri dengan teman-temannya?	

I0060 I0061 I0062 I0063 I0064	Ya menurut aku ya soal tinggi badan dan berat badan sih, kayak di liat teman-teman dia pada tinggi dan punya badan bagus, terus dia jadi sering bandingin diri dengan teman-temannya	Perbandingan Diri 1
P0065 P0066 P0067	Hmm begitu, lalu menurut anda apa dampak negatif yang dialami subjek ketika membandingkan diri dengan orang lain?	
I0068 I0069	Ya dia jadi lebih ga percaya diri dengan apa yang dia punya sekarang	Perbandingan Diri 2
P0070 P0071 P0072	Kemudian menurut anda apakah komentar dari orang lain terhadap subjek membuat subjek jadi kurang percaya diri?	
I0073 I0074 I0075 I0076 I0077	Iya, karena dia pernah kemarin tu dikomentarin orang, kepikiran juga dia sih tapi kepikirannya ga lama gitu paling beberapa hari kepikiran gitu, habis tu dah kembali kayak biasa.	Penampilan Fisik 1
P0078 P0079 P0080	Ohh begitu, terus bagaimana cara subjek menghadapi komentar negatif dari orang-orang mengenai penampilan fisiknya?	
I0081 I0082	Kalo yang ku tengok sih dia kayak ga peduli tapi sebenarnya sih dia kepikiran	Penampilan Fisik 2
P0083 P0084 P0085	Kemudian Menurut anda bagaimana subjek menanggapi ekspektasi orang-orang terhadapnya mengenai penampilan fisik?	
I0086 I0087 I0088 I0089 I0090 I0091	Ya dia menanggapi dengan apa adanya gitu, karena emang dia udah berusaha untuk meninggikan badan tapi belum naik-naik gitu, jadi dia nanggapinnya dengan paling ya dengan ya emang segini tinggi badan ku, jadi ya kek gitu lah biasanya	Penampilan Fisik 3
P0092 P0093 P0094	Kemudian menurut anda apa yang dirasakan subjek ketika menerima evaluasi penampilan fisik dari orang lain?	
I0095 I0096	Iya tu dia berusaha untuk merubahnya menjadi lebih bai	Kecemasan 1
P0097 P0098 P0099 P0100	Ohhiyaa iya saya mengerti, kemudian, menurut anda apakah subjek ketika menerima evaluasi diri dari orang lain membuat subjek jadi kurang percaya diri?	
I0101 I0102 I0103 I0104	Iya kurang percaya diri sedikit tapi setelah itu dia kurang percaya diri tu ga lama-lama gitu loh, jadi habisdia kepikiran, kurang percaya diri, habis tu di jadi biasa lagi gitu	Kecemasan 2

P0105 P0106	Terus bagaimana cara anda mendukung subjek agar tidak merasa cemas?	
I0107 I0108 I0109 I0110 I0111 I0112 I0113 I0114 I0115 I0116 I0117 I0118 I0119 I0120 I0121 I0122 I0123	Iya aku kasih tau ke dia, jadi yang kayak gitu ngapain kepikiran dengan omongan orang gitu terus kadang pun dia bilang, iya sih sebenarnya aku ga itu kali tapi karena liat orang lebih tinggi dari aku dan punya badan yang lebih kurus dari aku kadang aku tu ngerasa lebih pendek dan lebih gemuk dari mereka, kadang pun aku ada bilang ke dia kayak coba minum susu ini, kadang masi bisa tinggi tu ,oh iya katanya, terus dia pun semangat untuk itu, beli susu untuk mencoba biar bisa tinggi lagi gitu kan tapi kayaknya emang udah ga bisa sih karena udah umur di atas 20 kan ya. Kadang aku bilang ke dia, beb gapapa loh tinggi badan kita segini atau belum ideal, nanti kan dapat jodoh yang tinggi	Kecemasan 3
P0124 P0125 P0126	Kemudian menurut anda apakah subjek bersyukur dengan bentuk tubuh yang dimilikinya?	
I0127 I0128 I0129	Kadang bersyukur karena kadang dia juga kepikiran karena faktor lingkungan dan terus dia lihat dari media sosial mungkin	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya 1
P0130 P0131	Kemudian menurut anda apakah penampilan subjek menarik? Jika iya, kenapa?	
I0132 I0133 I0134 I0135 I0136 I0137 I0138	Menurut aku sih penampilannya menarik sih, karena dia tu kan pas masih maba dia kan belum bercadar, terus dia bercadar pas kita lagi <i>daring</i> ya ga sih, semester 4 kalo ga salah, nah semenjak dia bercadar jadi lebih adem dilihat gitu penampilannya, dan terus orangnya kelihatan anggun sih	Perhatian Individu Mengenai Fisiknya 2
P0139 P0140 P0141	Kemudian, menurut anda apakah subjek memperhatikan cara berpakaian agar terlihat cantik? Jika iya, kenapa?	
I0142 I0143 I0144 I0145	Iya dia memperhatikan, kayak misal dia keluar tu, dia pake jilbab hijau terus dia pake baju hijau juga yang harus cocok kayak gitu, dia memperhatikan cara berpakaian kok	Perhatian Individu Dalam Berpenampilan 1
P0146 P0147 P0148	Lalu menurut anda apakah subjek selalu memperhatikan penampilannya sebelum memposting fotonya?	

I0149 I0150	Iya tu tentu, karena rata-rata perempuan pasti kayak gitu semua lah, termasuk aku juga hehe	Perhatian Individu Dalam Berpenampilan 2
P0151 P0152 P0153	Lalu menurut anda apakah subjek selalu memikirkan tentang orang pikirkan tentang penampilan fisiknya di media sosial?	
I0154 I0155 I0156 I0157	Ohh iya sedikit ga banyak, kayak tadi aku bilang dia berpikiran dikit, tapi dia ga berlarut-berlarut gitu dalam berpikiran tentang omongan orang	Perhatian Individu Dalam Berpenampilan 3
P0158 P0159	Lalu menurut anda apakah subjek memiliki bentuk wajah yang menarik?	
I0160 I0161 I0162	Iya betul menarik menurut aku sih, karena menurut aku kayak dia mirip rada-rada jennie black pink	Bagian Tubuh 1
P0133 P0134 P0135	Bagaimana pendapat anda tentang subjek yang menutupi bagian-bagian tubuh di media sosial?	
I0163 I0164 I0165 I0166 I0167	Wah baguss hebat, emang kek gitu bagus, apalagi perempuan, emang alangkah baiknya menutup aurat untuk tidak dilihat dari orang, terutama dari laki-laki	Bagian Tubuh 2
P0168 P0169	Menurut anda apakah subjek merasa khawatir ketika perutnya menjadi buncit?	
I0170	Iyaa, iya cok, khawatir dia oi	Berat Badan 1
P0171 P0172	Apakah subjek mengikuti program diet agar mengurangi berat badan?	
I0173 I0174 I0175 I0176 I0177 I0178 I0179 I0180	Hmm ga juga sih tapi dia kan akhir-akhir ni dia kalo makan nasi tu sehari sekali kalo bisa, kayak misalannya dalam sehari tu dia makan 2 kali sehari tu kayak ketiga kali tu udah takut makan nasi, kayak dia bilangaku udah makan nasi loh tadi pagi sama siang, kalo aku makan lagi nanti badan aku jadi gemuk loh, kayak gitu	Berat Badan 2
P0181 P0182	Apakah subjek mencemaskan berat badannya ketika semakin bertambah? Jika iya, kenapa?	
I0183 I0184	Iya, karena dia takut berat badannya naik yang ga sesuai sama tinggi badannya	Berat Badan 3
P0185 P0186	Menurut anda apakah subjek memiliki tubuh yang ideal? Jika tidak, kenapa?	

I0187 I0188	Kalo ideal sih belum soalnya dia pendek kayak saya bilang tadi dan sedikit gemuk	Penilaian Bentuk Tubuh 1
P0189 P0190	<i>Menurut anda apakah subjek adalah seorang wanita yang cantik?</i>	
I0191 I0192	<i>Iya cantik, cantik udah kayak jennie black pink gimana ga cantik</i>	Penilaian Bentuk Tubuh 2
P0193 P0194 P0195	<i>Ohh begitu, mungkin itu aja sih kak yang ingin saya tanyakan mengenai NZ, terima kasih sudah meluangkan waktunya kak.</i>	
I0196	<i>Iyaa santai, terima kasih kembali</i>	



SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
NOMOR: 012/UM.M6/KEP/F/2023

TENTANG

PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI TAHUN AKADEMIK 2022-2023
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

- Menimbang** : 1. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi mahasiswa pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, maka dipandang perlu menunjuk pembimbing skripsi mahasiswa tahun akademik 2022-2023;
2. Bahwa namanya yang tercantum dalam surat keputusan ini dianggap cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan pembimbing skripsi.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan Tinggi;
2. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2012 Tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia;
3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015, Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi;
4. Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/II/2021 Menyatakan Bahwa Program Studi Sarjana Psikologi Unmuha Terakreditasi Dengan Peringkat B;
5. Surat Keputusan Rektor Unmuha Nomor: 494/UM.M/KEP/D/20202 Tanggal 29 Rabiul Akhir 1442 H/14 Desember 2020 M Tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Psikologi Unmuha Masa Jabatan 2020-2024.
- Memperhatikan** Keputusan tim penguji proposal skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh pada bulan Januari 2023

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** : **Menunjuk Saudara;**
- Pertama** **Devi Yanti, M.Psi., Psikolog**
- Untuk Membimbing Skripsi:
- Nama : Muhammad Ferdi Prananda
- NPM : 1909110019
- Prodi : Psikologi
- Judul : Gambaran Kepuasan *Body Image* pada Wanita dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
- Kedua** : Kepada pembimbing yang tercantum di atas berwenang untuk membimbing SKRIPSI mahasiswa dan diberi honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
- Ketiga** : Surat Keputusan pembimbing ini berlaku hanya satu tahun, terhitung sejak tanggal ditetapkan.
- Keempat** : Segala sesuatu akan diperbaiki dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh
 Pada Tanggal : 07 Sya'ban 1444 H
 27 Februari 2023 M

Dekan,

Barma W. I. M. Si
 NIK: 19700103 200609 1 001

Tembusan:
 1. Biro Keuangan & Bendahara
 2. Mahasiswa yang bersangkutan
 3. Arsip



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH

FAKULTAS PSIKOLOGI

Status Akreditasi "B" No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021

Jl. Muhammadiyah No. 91 Batah, Lueng Bata

Telp. 085225961113, Banda Aceh - 23245

Email : psikologi@unmuha.ac.id | Homepage : www.psikologi.unmuha.ac.id

Nomor : 411/UM.M6/F/2023
 Lampiran : -
 Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth,
 Dekan Fakultas Psikologi
 Universitas Muhammadiyah Aceh
 Di -
 Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Berdasarkan surat permohonan tanggal 7 Agustus 2023, atas nama :

Nama : Muhammad Ferdi Prananda
 NPM : 1909110019
 Semester : VIII (delapan)
 Judul Skripsi : Gambaran Kepuasan *Body Image* Pada Wanita dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh

Dengan ini kami sampaikan bahwa yang bersangkutan benar sedang dalam proses penyusunan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Untuk itu, melalui surat ini kami mohon agar diberikan kesempatan kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk memperoleh data di instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banda Aceh, 24 Muharram 1445 H
 11 Agustus 2023 M

Ka. Prodi

 Nur Hasmalawati, M.Si
 NIK: 19930211 201902 2 001

FORMULIR PERTUJUAN RESPONDEN PENELITIAN
(Informen Consent)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : RZ
 Umur : 24 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan/Laki-Laki
 Alamat : Universitas Muhammadiyah Aceh

Menyatakan bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Kepuasan *Body Image* pada Wanita Dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh” secara suka rela setelah mendapatkan penjelasan tentang tujuan dan manfaat dari penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan oleh:

Nama : Muhammad Ferdi Prananda
 NPM : 1909110019
 Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Psikologi Unmuha

Peneliti

Banda Aceh, 03 Agustus 2023
 Responden

Muhammad Ferdi Prananda



FORMULIR PERTUJUAN RESPONDEN PENELITIAN
(Informen Consent)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : RO
 Umur : 22 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan/Laki-Laki
 Alamat : Universitas Muhammadiyah Aceh

Menyatakan bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Kepuasan *Body Image* pada Wanita Dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh” secara suka rela setelah mendapatkan penjelasan tentang tujuan dan manfaat dari penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan oleh:

Nama : Muhammad Ferdi Prananda
 NPM : 1909110019
 Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Psikologi Unmuha

Peneliti

Banda Aceh, 03 Agustus 2023

Responden

Muhammad Ferdi Prananda



(RO)

FORMULIR PERTUJUAN RESPONDEN PENELITIAN
(Informen Consent)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : NZ
 Umur : 22 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan/Laki-Laki
 Alamat : Universitas Muhammadiyah Aceh

Menyatakan bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Kepuasan *Body Image* pada Wanita Dalam Penggunaan Media Sosial di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh” secara suka rela setelah mendapatkan penjelasan tentang tujuan dan manfaat dari penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan oleh:

Nama : Muhammad Ferdi Prananda
 NPM : 1909110019
 Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Psikologi Unmuha

Peneliti

Banda Aceh, 03 Agustus 2023

Responden

Muhammad Ferdi Prananda



BIODATA

A. Penulis

Nama : Muhammad Ferdi Prananda
 Tempat dan Tanggal Lahir : Lhok Kruet, 22 Februari 2001
 Jenis Kelamin : Laki-Laki
 Agama : Islam
 Kebangsaan/Suku : Indonesia/Aceh
 Alamat : Gampong Lheu Blang
 Pekerjaan : Mahasiswa
 E-mail : ferdiprananda22@gmail.com

B. NamaOrangTua/Wali

Ayah : Budi Harjo
 Pekerjaan : Pensiunan Polri
 Ibu : Almarhumah Ramayati
 Pekerjaan : -
 Alamat : Gampong Lhok Kruet

C. RiwayatPendidikan

SD/Sederajat : SD Negeri 1 Sampoiniet
 SMP/Sederajat : SMP Negeri 1 Sampoiniet
 SMA/Sederajat : SMA Negeri 9 Banda Aceh

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan
 seperlunya.

BandaAceh, 06 September 2023

Muhammad Ferdi Prananda
 ·190911019