

## Ketidakpuasan Terhadap Tubuh Yang Menghasilkan Obsesi Pada Penampilan Ideal Di Kalangan Mahasiswa

Zata Ismah<sup>1</sup>, Dianti Ria Saputri<sup>2</sup>, Riska Herlinda<sup>3</sup>, Nur Afni Fitria<sup>4</sup>, Fatimah Anjelica<sup>5</sup>

<sup>1-4</sup>Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

<sup>5</sup>Univeristas Sriwijaya

Corresponding email: [zataismah@radenfatah.ac.id](mailto:zataismah@radenfatah.ac.id)

### ARTICLE INFO

#### Article History

Submission : 03-04-2024

Received : 06-05-2024

Revised : 31-12-2024

Accepted : 31-12-2024

#### Keywords

Body Dissatisfaction

Body Image Idealized

Appearance Obsession

#### Kata kunci

Ketidakpuasan terhadap Tubuh

Citra Tubuh yang Diidealkan

Obsesi terhadap Penampilan

### ABSTRACT

This study aims to determine how dissatisfaction with body shape can affect the mind to appear good among students. By using quantitative methods with data collection using quantitative methods with data collection from questionnaires given to students totaling 133 respondents. This study uses 2 scales, namely a body image scale of 9 items and an image complexity scale of 21 items. The image complexity scale of 21 items. The analysis technique uses Pearson correlation. The results of the study showed that reflection was not needed because the p-value was 0.640 ( $> 0.05$ ). This analysis supports the view that human nature is influenced by self-acceptance, according to Michel Foucault's theory, where power related to the values of good looks is more dominant in men. In addition, women tend to pay more attention to their physical appearance than men.

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat mempengaruhi pikiran untuk berpenampilan baik di kalangan mahasiswa. Dengan menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data dari kuesioner yang diberikan kepada mahasiswa yang berjumlah 133 responden. Penelitian ini menggunakan 2 skala yaitu skala citra tubuh sebanyak 9 item dan skala kompleksitas citra sebanyak 21 item. Skala kompleksitas citra sebanyak 21 item. Teknik analisis menggunakan pearson correlation. Hasil penelitian menunjukkan bahwa refleksi tidak diperlukan karena p-value sebesar 0,640 ( $> 0,05$ ). Analisis ini mendukung pandangan bahwa sifat manusia dipengaruhi oleh penerimaan diri, sesuai teori Michel Foucault, di mana kekuasaan terkait dengan nilai-nilai ketampanan lebih dominan pada laki-laki. Selain itu, perempuan cenderung lebih memperhatikan penampilan fisiknya dibandingkan laki-laki.

## Pendahuluan

Pada saat ini, Siswa seringkali berada dalam tekanan dan ekspektasi yang tinggi tentang penampilan fisik mereka. Ketidakpuasan itu adalah sebuah masalah semakinterlibat dalam kehidupan siswa, memicu curahan minat sifat yang baik. Program ini tidak hanya mencakup aspek kesehatan mental, tetapi juga mencakup kompleksitas sosial, budaya dan WHO. Seorang psikolog terkenal, mengembangkan teori gambar Tubuh mendefinisikan peran penting yang dipikirkan individu tentang tubuhnya dan organisasi kesejahteraan psikologis. Kata Uang di gambar mencakup tiga elemen utama: citra diri (pemahaman objektif tentang tubuh), kepuasan tubuh (sejauh mana seseorang merasa puas atau tidak puas dengan tubuhnya mereka) dan investasi emosional pada gambar.

Doktrin ini memberikan latar belakang memahami bagaimana ketidakpuasan itu dapat mempengaruhi kesehatan mental siswa (Thomas Cash (1990). Menjelaskan bagaimana keadaan orang-orang membandingkan diri Anda dengan orang lain dalam upaya menilai dan membandingkan. Adapun akhlak siswa yang baik, Terutama perbandingan hubungan ini bisa sangat tidak memuaskan jika orang tersebut merasa tidak memenuhi standar yang dianut oleh kelompok masyarakat (Léon Festinger (1954)). Peran media dalam pengolahan gambar tubuh. Mereka menggambarkan betapa ekstrimnya gambar tersebut Badan dan media yang penuh perhatian dapat menyebabkan dan berkontribusi terhadap ketidakpuasan tersebut dan perkembangan gangguan makan atau masalah kesehatan mental lainnya dan di kalangan siswa (Fredrickson dan Roberts (1997).

Citra adalah karakternya bahwaseseorang telah mengekspresikan tubuhnya dalam bentuk ujian yang baik atau negatif, yang tergantung pada reaksi orang tersebut (Uang Tunai dan Pruzinsky (2002)), domain gambar telah berubah mencakup persepsi citra tubuh negatif dan positif sebagai konstruksiberbanding terbalik satu sama lain, tetapi ada bagian depannya jelas. (Bailey et al, 2016) ketika tidak puas dan tubuh dikaitkan dengan kebiasaan makan yang tidak teratur dan penghindaran olahraga (Hayaki dkk, 2002).

Sebagai seorang anak muda, dia harusnya masih muda berada dalam kondisi yang baik karena ini adalah masa perubahan dari masa kanak-kanak hingga periode menuju hormonal, fisik, psikologi dan hubungan sosial di kalangan remaja (Batubara, 2016). Ide yang tepat ekspresi diri dapat menciptakan kebiasaan sehat, menghindari perilaku faktor risiko, seperti merokok dan alkohol, dan membantu kaum muda menjaga hubunganketerampilan sosial yang baik karena lebih percaya diri (Andrew et al., 2016). Tidak ada kepuasan Penampilan bukan hanya hal yang bisa dilakukan remaja putri terjadi pada remaja (Ricciardelli et al., 2003). Tidak puas dengan gaya Tubuh adalah opini atau evaluasi negatif seseorang terhadap ukuran, penampilan, dan berat badan, dan massa otot karena perbedaan antara hasil pemeriksaan fisik tubuh dan jaringan yang diinginkan (Grogan, 2016). Perasaan tidak puas yang dialami anak muda itu bisa saja terjadi pengaruh dan keinginan remaja untuk mengikuti pola makan, hingga Rokok adalah sumber makanan lain dan menyebabkan gangguan makan menyebabkan rendahnya harga diri, depresi dan bahkan masalah mental lainnya (Mukhlis, 2013).

Tubuhnya sangat ramping dan feminindengan kurus dan rendah lemak, sama saja Standar kecantikan dasar yang dikenakan oleh wanita di negara-negara Barat penduduk perkotaan (Swami, 2015). Teori sosial mencerminkan peran internalisasi kebutuhan yang baik (atau batasan seseorang menerima, kelebihan berat badan atau “percaya” pada hal yang sangat penting) sebagai faktor risiko utama yang berkontribusi terhadap penampilan fisik wanita dan gangguan makan (Ata dkk. 2015; Thompson dkk., 1999). Faktanya, internalisasi Kegigihan perempuan dikaitkan dengan kebutuhan riil yang berbeda-beda Permasalahannya antara lain ketidakpuasan terhadap tubuh, kecemasan terhadap penampilan, dan rendahnya harga diri kelemahan, berat badan dan bentuk tubuh, dibandingkan dengan bentuk manusia Jelajahi konsep terkait (misalnya, investasi pada alam, konsentrasi) dari berat; Bank, 2011; Kling dkk., 2019). Alam ketipisan ideal sebagaistandar kecantikan wanita terbaik yang sesuai Kabar baik ini tersebar di berbagai media. Dari Secara khusus, meningkatnya penggunaan media sosial telah menyediakan platform baru di mana gambarnya tipis dan ditingkatkan secara digital Pengguna sering menggunakan presentasi (Holland & Tiggemann, 2016). Pemaparan berulang kali terhadap gambaran nyata tentang ketipisan menunjukkan hal itu merupakan suatu standar yang didukung oleh masyarakat, yang dianggap indah dan baik oleh lainnya (Gerbner dkk. 2002; Mingoia dkk. 2017) Jadi, Perempuan yang menginternalisasi indahnya ketipisan tidak menganggap hal itu perlu diperoleh untuk memastikan penerimaan dan penerimaan kelompok (Vartanian & Hopkinson 2010).

Gambaran yang khas dipadukan dengan pesan bahwa ini bukanlah badan yang akan diterima semua orang yang ingin mengikuti diet ketat dan olahraga (Carrone al 2017). Jadi, Kebutuhan nyata yang tidak hanya dianggap normatif dan dihargai masyarakat, tetapi juga pasar sebagai tujuan yang baik, yang bisa diterima dari mereka yang mencari inspirasi dari makanan dan Kesehatan baik (open a2000). Hal ini terlihat dari analisisnya yang dilakukan oleh Syata (2012) menunjukkan bahwa individu akan terkena dampaknya dianggap cantik atau memenuhi standar baik dengan mendapatkan pujian, misalnya Predikat yang indah, sebagai ramalan perolehan nilai yang sebenarnya. Siapa Orang yang mendapat komentar negatif terkait tubuhnya juga akan tertarik mencoba mengubah diri sendiri, seperti merawat tubuh, mengikuti diet ketat, dan memakai riasan wajahnya tampak lebih jelas (Fauzia & Rahmiaji, 2019). Alam tubuh yang baik dan penampilan fisik mempunyai pengaruh tidak langsung baik untuk pengembangan rasa percaya diri. Hal ini ditekankan oleh Penelitian Rombe (2014) yang menurutnya individu berpikir Masalah perilaku sangat penting dan mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri. Selain itu, beberapa bagian pekerjaan di seluruh dunia juga diperlukan orang tersebut akan bugar danberpenampilan baik, misalkan sekretaris, bankir, pramugari, model, dll.

Tidak ada kepuasan tentang tubuh atau ketidakpuasan yang banyak dialami gadis remaja dibandingkan dengan remaja (BrooksGunn & Paikoff (dan Santrock, 2002). Ada pula peneliti yang mengatakan bahwa 40 hingga 70% remaja perempuan tidak puas dengan dua atau lebih bagian tubuhnya; terutama di bagian pinggul, paha, perut dan paha (Levine &

Smolak (2005). Mencari gambar tubuh yang baik, Sebagai hal-hal yang mempengaruhi citra tubuh pada waktunya kehidupan setiap orang, yaitu media, keluarga, dan teman sebaya (cash, 2002: 8). Tanda-tanda yang dapat mempengaruhi penampilan adalah periklanan. Di antara iklan yang muncul di media, ada iklan yang Stereotip abadi tentang pria dan wanita. Menurut Aditya, benderanya Maskulinitas di Indonesia bersifat situasional. Juga dengan orang lain semakin penting hal yang dapat dilakukan seseorang, semakin sempurna derajatnya di mata masyarakat. Dengan cara ini, pria akan melakukan hal-hal yang terlihat laki-laki (Aditya, 2009: 9). Terutama di kalangan generasi muda, di zaman yang semakin berkembang ini Laki-laki masih dikatakan labil dalam bereaksi terhadap penampilan fisiknya. publik. Hal ini mendukung penelitian Alexander yang menunjukkan Data menunjukkan bahwa pria sudah mulai berhati-hati dalam membentuk atau merawat tubuhnya tubuh, efek pengobatan ini diperkirakan mencapai 191.700.000 dolar pada tahun 2009 (Alexander, dan Dewing, 2012: 65).

Berdasarkan definisi di atas, Tak hanya wanita, kini para pria pun turut memperhatikan image-nya. tubuh, hal ini terlihat pada ketidakpuasan pria terhadap tubuh Tubuhnya. Pria makan dan berolahraga lebih banyak untuk mencapai prestasi bentuk yang diperlukan. Penelitian meningkatkan citra tubuh remaja Laki-lakinya masih sedikit, sehingga peneliti tertarik untuk menelitinya gambarnya semakin berkembang. Peneliti membutuhkan data Bagaimana remaja memandang penampilan mereka secara keseluruhan Remaja saat ini bisa memiliki bentuk tubuh yang bagus atau tidak gambarnya tidak bagus.

## **Metode**

### **Jenis penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian korelasi yang bertujuan untuk mencari hubungan antara ketidakpuasan terhadap tubuh yang menghasilkan obsesi dalam memenuhi penampilan ideal dikalangan mahasiswa.

### **Populasi**

Menurut Sugiyono (2018:130), populasi sebagai ruang umum atas objek / subjek yang memiliki beberapa ciri dan ciri-ciri peneliti mempelajarinya dan kemudian menarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Islam, Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan, Dan Fakultas Psikologi Islam UIN Raden Fatah Palembang.

### **Sampel**

Sampel menurut Sugiyono, (2016:118) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling* yang dimana pengambilan sampel sudah ditentukan targetnya. Partisipan penelitian ini terdiri dari 133 mahasiswa UIN raden fatah palembang dengan 32 responden dari fakultas ekonomi dan bisnis islam, 44 responden dari ilmu tarbiyah dan keguruan, dan 57 responden dari

fakultas psikologi islam.

### Metode pengumpulan data

Dalam pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan cara penyebaran kuesioner digital berupa *google form* yang berisikan item-item pertanyaan yang mengukur variabel dengan menggunakan skala yang terdiri dari 2 macam yaitu Skala Citra Tubuh yang memiliki 9 item yang dikembangkan oleh Aina Putri Khairani, Hannan, dan Laura Amalia (2019) dan skala *Body Image Dissatisfaction* yang berasal dari Alva Novara. Skala disajikan dengan menggunakan skala likert dengan rentangan 1 – 4. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji deskriptif dan uji korelasi yang dibantu dengan aplikasi JASP.

### Skala Citra Tubuh

Subskala citra tubuh dari skala perkembangan alat ukur skala citra tubuh yang diobjektifikasi (Aina, Hannan & Laura, 2019). Alat ini meminta partisipan untuk menilai 9 item. Hasil dari besar skor skala tersebut adalah perempuan di bandingkan laki laki. yang lebih tinggi tersebut mengindikasikan citra tubuh yang lebih negatif.

### Hasil dan Diskusi

#### 1. Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Islam, Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan, Dan Fakultas Psikologi Islam UIN Raden Fatah Palembang. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 133 responden. 109 perempuan dan 24 laki-laki.

### Descriptive Statistics

#### Pearson's Correlations

Variable		Citra Tubuh	Penampilan Ideal
1. Citra Tubuh	Pearson's r	—	—
	p-value	—	—
2. Penampilan Ideal	Pearson's r	0.041	—
	p-value	0.640	—

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

## Descriptive Statistics

Citra Tubuh Penampilan Ideal		
Valid	133	133
Missing	0	0
Mean	22.526	62.135
Std. Deviation	2.080	5.738
Minimum	17.000	47.000
Maximum	29.000	78.000

Dalam penelitian ini citra tubuh pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki yang dimana Wanita lebih memikirkan tubuh mereka dan lebih condong dalam ketidakpuasan padatubuh sedangkan laki-laki di penilitian kami lebih mementingkan penampilan idealnya karena penampilan ideal adalah segala proses kegiatan yang dilakukan seseorang untuk terlihat percaya diri dan menjadi pribadi yang terpancar dari dalam diri.

## 2. Pengujian Hipotesis

Setelah data dan eksperimen diperoleh, maka peneliti membandingkan hasil penelitian pada kelompok eksperimen dengan menganalisis data untuk menguji hipotesis yang digunakan. Analisis data menggunakan pengolahan data dengan bantuan aplikasi JASP. Formulasi hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut:

### Correlation

#### Pearson's Correlations

Variable		Citra Tubuh	Penampilan Ideal
1. Citra Tubuh	Pearson's r	—	
	p-value	—	
2. Penampilan Ideal	Pearson's r	0.041	—
	p-value	0.640	—

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

### Assumption checks

#### Shapiro-Wilk Test for Bivariate Normality

	Shapiro-Wilk	P
Citra Tubuh - Penampilan Ideal	0.990	0.484

Dalam penelitian ini citra tubuh dan penampilan ideal tidak memiliki hubungan karena dasar pengambilan keputusan uji JASP

1. Jika nilai  $p < 0,05$  maka hipotesis berhubungan
2. Jika nilai  $p > 0,05$  maka hipotesis tidak berhubungan

Berdasarkan output “Tes Statistik” diketahui  $p$  bernilai 0,640 lebih besar dari  $> 0,05$ . Maka Dapat disimpulkan bahwa “ hipotesis tidak memiliki hubungan”. Artinya yang mempengaruhi seseorang dalam berpenampilan ideal itu tidak hanya berasal dari penilaian terhadap diri dia sendiri. Penelitian ini berkaitan dengan teori Michel Foucault yaitu peran kekuasaan dalam membentuk norma-norma dan pandangan masyarakat. Dalam konteks penampilan ideal, jika kekuasaan cenderung berkumpul pada laki-laki, norma-norma terkait penampilan ideal dapat lebih kuat dan lebih diperhatikan pada kelompok ini (Michel Foucault).

Hal ini juga dapat terjadi karena kemungkinan individu menerapkan keyakinan pribadinya. nah anda harus tahu bahwa penerimaan diri atau self-acceptance adalah suatu hal kemampuan individu untuk menerima keberadaannya sendiri. Hasil penelitian atau penilaian diri akan menjadi dasar orang tersebut siapa yang dapat membuat keputusan untuk menerima keberadaan pribadi. Kebiasaan menerima diri sendiri dengan jujur juga bisa diterima itu bisa dilakukan dengan jujur. Hal ini dapat ditandai dengan perilaku penerimaan yang wajar Perhatikan baik-baik kelemahan dan kelebihan Anda. Di sisi lain, ciri penerimaan diri yang tidak rasional adalah upaya menganalisis diri sendiri. melebih-lebihkan, mencoba menyangkal kelemahannya sendiri. mengingkari atau menghindari hal-hal buruk yang datang dari dirinya, misalnya. pengalaman masa lalu yang buruk. Darius lalu (2007). Ini terkait karena suka Chaplin JP (2005) Anda harus menyadari segala kelebihan dan kekurangan Anda menyeimbangkan keseimbangan dan berusaha saling memuaskan, sehingga mengembangkan kebiasaan baik. Menurut Harlock. E. (1979) Dimana jika individu Hanya dilihat dari satu sudut, tidak mungkin muncul kepribadian yang berbeda timpang, semakin seseorang mencintai dirinya sendiri, maka ia akan semakin mampu menerima dirinya sendiri dan akan lebih dapat diterima daripada yang dikatakan orang lain Penerimaan diri yang sejati adalah kemampuan menerima perilaku yang wajar dan tidak wajar mengkritik apa yang tidak bisa diubah.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil “Uji Statistik” diketahui bahwa  $p$ -value sebesar 0,640 lebih besar dari  $>0,05$ . Oleh karena itu, kita dapat menyimpulkan bahwa “refleksi tidak diperlukan”. ArtinyaMempengaruhi sifat manusia tidak hanya melalui penilaian ekspresi diri, sebagai caramengekspresikan penerimaan diri. Seperti dalam teori Michel Foucault, dalam kondisi sifat baik, jika berkuasa menyatu dengan laki-laki, nilai-nilai yang terkait dengan ketampanan lebih mungkin terjadi Kuat dan fokus pada tim ini. Dari analisis ini kita juga dapat mengambil kesimpulan bahwa perempuan lebih memperhatikan penampilan fisiknya dibandingkan laki-laki penampilannya bagus.

### Referensi

- Ani Latifatul Khoiriyah. 2019. Hubungan ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan usia dewasa awal (18-25 Tahun) di kota Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. Malang
- Bailey, KA, Cline, LEE, & Gammage, KL (2016) Mengeksplorasi kompleksitas pengalaman citra tubuh pada wanita dewasa paruh haya dan dewasa yang lebih tua
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, 1.
- Cash, T. F., & Pruzinky. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*. New York: Guilford Press
- Fauzia, T. F., & Rahmiaji, L. R. (2019). Memahami Pengalaman Body Shaming pada Remaja Perempuan. *Interaksi Online*, 7(3), 238–248. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/24148>
- Grogan, S. (2016). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children* (3rd ed.). London: Routledge.
- Hanum, Rahmania, Nurhayati, Entin, Nur Riani, Siti (2014). Pengaruh Body Dissatisfaction Dan Self-Esteem Dengan Perilaku Diet Mahasiswa Universitas "X" Serta Tinjauan Dalam Islam. *Jurnal Psikogenesis* Vol. 2, No. 2.
- Holland, G & Tiggemann, M. (2016) Tinjauan sistematis tentang dampak penggunaan situs jejaring sosial pada citra tubuh dan hasil makan yang tidak teratur Citra Tubuh
- Hartati, P., & Novianty, A. (2021). Ketidakpuasan Tubuh dan Internalisasi Media pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(1), 14–27. <https://doi.org/10.22219/jipt.v9i1.12444>
- Hasmalawati, Nur (2017) Pengaruh Citra Tubuh Dan Perilaku Makan Terhadap Penerimaan Diri Pada Wanita. *Jurnal Psikoislamedia* Vol 2, No. 2
- Hayaki, J Friedman, MA, & frownell KD (2002). Rasa malu dan tingkat keparahan gejala bulimia. *Perilaku makan*, 3(1), 78.83 [https://doi.org/10.1016/S1471-0153\(01\)000460](https://doi.org/10.1016/S1471-0153(01)000460)
- Irene Aprillia Candra. 2022. Hubungan antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dengan Objektifikasi Diri pada Remaja Pengguna Instagram. <http://dx.doi.org/10.17977/um023v11i12022p34-49>
- Kling J. Kwakkenbos. L Diedrichs PC Rumsey, N Frisen, A Brandao, MP. Silva. AG Dooley, B. Rodgers RF, & Fitzgerald. A (2019) Tinjauan sistematis tentang ukuran citra tubuh *Body Image*, 30, 170-211
- Knauss, C., Paxton, S. J., & Alsaker, F. D. (2008). Body Dissatisfaction in Adolescent Boys and Girls: Objectified Body Consciousness, Internalization of the Media Body Ideal and Perceived Pressure from Media. *Sex Roles*, 59(9), 633– 643. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9474-7>
- Meilinda, E. (2013). Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Konformitas Terhadap Intensi Merokok Pada Remaja di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda *eJournal Psikologi* Vol 1. No. 1
- Moernantyo, J. (2005). Perempuan dan Idealisme Cantiknya.

Journal Multiply

- Mukhlis, A. (2013). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif pada Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh (Body Image Dissatisfaction). *PSIKOISLAMIKA: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 10(1), Article 1. <https://doi.org/10.18860/psi.v10i1.6357>
- Nisfianoor, M. (2009) Pendekatan Statistika Modern. Jakarta: Humanika
- Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P., Holt, K. E., & Finemore, J. (2003). A Biopsychosocial Model for Understanding Body Image and Body Change Strategies among Children. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24(4), 475–495. [https://doi.org/10.1016/S0193-3973\(03\)00070-4](https://doi.org/10.1016/S0193-3973(03)00070-4)
- Risfani, S., Makmurah, S. (2015) Hubungan Antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet Tidak Sehat Remaja Putri yang Menjadi Member Herbalife di Bandung Fakultas Psikologi, Universitas Bandung.
- Syata, N. (2012). Makna Cantik di Kalangan Mahasiswa dalam Perspektif Fenomenologi [Undergraduate thesis, Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia]. <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/7717/2/novitalist-603-1-skr0005%201-2.pdf>
- Swami, V (2015). Pengaruh budaya pada ukuran tubuh ideal: Membongkar dampak westernisasi dan modernisasi European Psychologist, 20(1), 44. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000150>
- Thompson, J. K van den Berg P Rochrig M. Guarda: A S. & Heinberg L J (2004). Kuesioner Sikap Sosiokultural Terhadap Penampilan 3 (SA TAQ 3) dari kuesioner Pengembangan dan validasi Jurnal internasional *Gangguan Makan* 33 (3) 293.
- Vartanian, L R & Hopkinson, M M (2010) Keterhubungan sosial, konformitas, dan internalisasi standar daya tarik masyarakat. *Body Image*, 7(1), 86-89
- Wiseman, CV Gray, JJ. Mosimann, JE, & Ahrens, AH (1992). Ekspektasi