

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Di jaman modern, teknologi semakin berkembang pesat dan menjadi salah satu ciri khas di abad ke 20 ini. Apalagi sekarang dunia sedang dilanda pandemi *Covid-19* yang mengharuskan masyarakat membatasi interaksi langsung dengan orang lain dan beralih ke interaksi online. Selain menggunakan media interaksi online berupa *zoom*, *gmeet*, *skype*, dan lain sebagainya. Masyarakat juga menggunakan sosial media untuk berinteraksi dengan orang lain. Berbeda dengan media interaksi online, sosial media selain menjadi tempat untuk berinteraksi online juga merupakan tempat untuk ajang eksistensi. Penggunaan media sosial terus meningkat dari waktu ke waktu. Melalui survei dari CNN, pada tahun 2019 pengguna media sosial mencapai 8,1 persen atau setara dengan 12 juta lebih pengguna dan pada tahun 2020 terus meningkat mencapai 59 persen atau setara dengan 272,1 juta pengguna.

Berdasarkan hal ini, terlihat bahwa penggunaan sosial media selama masa pandemi terus meningkat pesat dibandingkan tahun sebelumnya. Salah satu sosial media yang populer dan banyak penggunanya adalah *instagram* (Aristantya & Helmi, 2019). Media sosial yang populer dikalangan orang dewasa awal adalah *instagram* dan *snapchat* (Pew Research Center, 2018). Survei dari *We Are Social* pada tahun 2018, Pengguna *instagram* terbanyak didunia berasal dari kalangan remaja dan dewasa awal, dimana dalam survei tersebut usia 18-24 tahun adalah pengguna terbanyak dengan user sebanyak 245 juta (Kemp, 2018), Survei yang dilakukan *We are social* dalam kumparan.com ditemukan bahwa pengguna *instagram* menghabiskan waktu kurang lebih 34 menit/hari untuk mengakses *instagram*.

Survei yang dilakukan Napoleon Cat (2020). Menunjukkan, bahwa mayoritas atau 51% pengguna *instagram* di Indonesia adalah perempuan pada Mei 2021. Sedangkan, 49% pengguna *instagram* lainnya adalah laki-laki. Pengguna *instagram* didominasi oleh perempuan karena perempuan cenderung lebih suka membagikan foto dan video tentang diri mereka, apa yang mereka makan, tempat apa

yang mereka kunjung dibandingkan dengan laki-laki sehingga instagram menjadi salah satu platform pilihan perempuan. Rachel simmons (2018) Pada tahun 2016 sebanyak 58 persen dari 400 juta pengguna *instagram* adalah perempuan. Perempuan mengirim dan mendapatkan lebih banyak pesan, memposting lebih banyak foto, memiliki lebih banyak *followers*, dan teman *online* dibandingkan laki-laki. Dibandingkan dengan *Facebook*, perempuan muda yang menggunakan *Instagram* lebih memikirkan dan membandingkan penampilan mereka dengan orang lain, merasa diri buruk dan lebih banyak merasakan suasana hati yang negatif, Renee Engeln (2017).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pandangan *body image* perempuan lebih kuat dan dipengaruhi secara negatif oleh media sosial karena perempuan terlibat lebih banyak pada konten yang berhubungan dengan tubuh dibandingkan laki-laki (Frisén and Holmqvist, 2010; Chua and Chang, 2016). Sosial media juga menyampaikan pesan yang secara *implicit* menekankan pentingnya penampilan dan pencapaian akan tubuh yang tidak realistis/ideal. Pesan-pesan inilah yang kemudian menimbulkan ketidakpuasan tubuh baik secara langsung maupun tidak langsung melalui pengejaran standar bentuk tubuh ideal (Thompson and Stice, 2001).

Tubuh yang diinternalisasikan oleh individu sebagian besar tidak realistis dan tidak dapat dicapai, sehingga ketika individu gagal mencapai tujuan pribadinya maka akan menjadi sumber ketidakpuasan pada tubuhnya (Thompson et al., 1999). Ditambah dengan perbandingan diri antara individu dengan selebritas atau bintang olaraga atau teman sebaya yang mampu merealisasikan *body ideal* di media sosial menimbulkan ketidakpuasan pada tubuh individu tersebut (Edcoms and Credos, 2016; Burnette et al., 2017). Selain itu memposting dan mengedit “selfie” (Potret tubuh/wajah seseorang) di sosial media juga memperkuat kecenderungan untuk membandingkan dan mengevaluasi penampilan mereka secara kritis (Chua and Chang, 2016; Bell, 2019). Perempuan lebih sering terlibat dalam perilaku presentasi diri dibandingkan laki-laki, hal ini dipengaruhi oleh umpan balik seperti “likes” dan “komentar” yang diterima dipostingannya. Berbeda dengan laki-laki yang cenderung tidak terpengaruh dengan “likes” dan “komentar” (Kenny et al., 2017).

Pentingnya memiliki *body image* positif membuat seseorang lebih menghargai tubuhnya, mengapresiasi diri dan bentuk

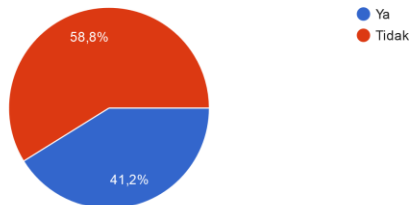
tubuhnya meskipun bentuk tubuh yang dimiliki berbeda dari bentuk tubuh ideal yang ada di media, Rene Engeln (2017). Orang-orang yang memiliki *body image* positif tidak bergantung pada pandangan orang lain tentang bentuk tubuhnya, mereka fokus mencintai diri mereka bukan berarti narsis atau sombong tapi merupakan bentuk penghargaan yang diberikan kepada diri sendiri. Mereka lebih menikmati kehidupan dibandingkan dengan perempuan yang memiliki pandangan *body image* negatif, Renee Engeln (2017). Namun tidak semua perempuan memiliki pandangan yang positif *terkait body image* mereka, Seringkali sulit untuk perempuan merasa positif tentang penampilan mereka, karena pesan dari sosial media yang secara *implicit* mempromosikan standar yang sangat tinggi untuk penampilan perempuan (Fredrickson and Roberts, 1997).

Masa remaja bukanlah satu-satunya tahapan perkembangan yang menaruh perhatian pada bentuk badan yang sempurna (Grogan, 2017). Orang dewasa pun masih banyak yang memperhatikan serta menginginkan bentuk tubuh yang ideal. Yang berarti, konsep citra tubuh negatif yang biasa dialami remaja, juga dialami oleh orang dewasa lainnya yang sedang dalam tahap perkembangan dewasa atau disebut sebagai dewasa awal. (Maltby, et al., 2005; Day & Maltby, 2011). Masa dewasa awal memiliki tugas perkembangan diantara lain; menikah atau memulai sebuah keluarga, mengelola rumah tangga, mendidik atau membesarkan anak-anak, dan mengambil tanggung jawab sebagai warga negara. Selain itu, mereka dapat membuat koneksi dengan kelompok sosial tertentu, dan melakukan pekerjaan, Havighurst (dalam Monks, Knoers & Haditono, 2001). Pada masa dewasa awal seharusnya sudah mampu mengoptimalkan konsep *terkait body image* yang positif dibandingkan dengan masa remaja, namun pada kenyataannya, dalam Gogan (2017) dan Day and Maltby (2011) menyatakan bahwa pada masa awal dewasa juga masih terdapat orang-orang yang melihat *body image* sebagai hal yang negatif. Bahkan untuk memenuhi pandangan *body ideal* mereka, khususnya perempuan, ada beberapa yang memiliki perencanaan atau pikiran dan bahkan ada yang telah merubah sebagian bentuk tubuhnya dengan melakukan operasi tertentu untuk mempercantik diri mereka (Grogan, 2017; Day and Maltby, 2011).

Peneliti juga melakukan penelitian data awal pada perempuan pengguna *instagram* dengan kriteria berusia 18-24 tahun yang

merupakan pengguna aktif *instagram*, yang mengakses *instagram* kurang lebih selama 35 menit dan kuisioner penelitian ini dilakukan pada bulan september 2021 dengan responden sebanyak 34 orang yang berusia 18-24 tahun dan merupakan pengguna *instagram*. Peneliti memilih perempuan sebagai responden karena selain menjadi pengguna terbanyak *instagram*, perempuan cenderung bermasalah dengan media sosial yang sering berdampak buruk pada *body image* mereka (Bet et al., 2019). Hasil survei menunjukkan bahwa 58,8% merasa tidak puas dengan bentuk tubuh mereka sedangkan 41,2 % merasa puas akan bentuk tubuh yang dimilikinya.

Apakah anda puas dengan bentuk tubuh anda?
34 jawaban



Gambar 1.1 Diagram Kepuasan terhadap Bentuk Tubuh

Berdasarkan hasil diatas, ditemukan bahwa masih ada beberapa dari perempuan yang tidak puas terhadap tubuhnya, sedangkan sisanya cukup puas dengan bentuk tubuh yang dimilikinya

Bagaimana bentuk tubuh yang ideal menurut anda? (bisa berikan contoh artis atau selebgram yang memiliki body ideal menurut anda)

34 jawaban

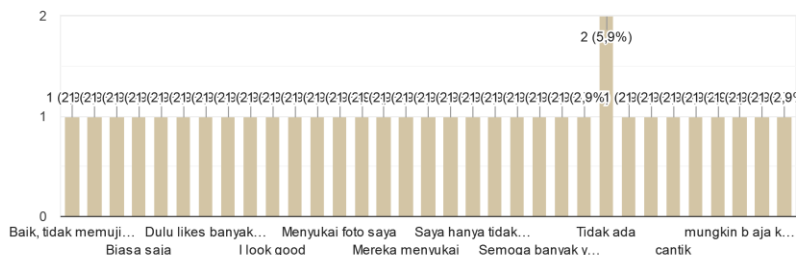
lalisa manoban
kendal jenner
Harusnya kayak Joy RV
Bentuk hourglass
Sanly liu
Bentuk tubuh yang ideal seperti artis Natasya Wilona
Bentuk tubuh hourglass, tidak ada selebgram atau artis spesifik yg saya suka tetapi jika siapa sajaug bentuknya hourglass dan ramping menurut saya idela

Gambar 1.2 Jawaban Responden Terkait Bentuk Tubuh Ideal

Beberapa dari mereka mengatakan ingin mempunyai bentuk tubuh *hourglass*, dan memiliki patokan artis atau *selebgram* yang dijadikan role model untuk tubuh ideal mereka. Hal ini sejalan dengan (Brown dan Tiggemann (2016) dalam Aristantya dan Helmi, 2019) menyatakan bahwa gambaran tubuh ideal para selebriti dapat merusak citra tubuh atau *body image* seseorang.

Apa yang anda harapkan/pikirkan tentang reaksi orang-orang terhadap foto diri anda di instagram?

34 jawaban



Gambar 1.3 Pertanyaan Seputar Instagram

Berdasarkan pernyataan dari gambat 1.3 mengenai perspektif diri terhadap pandangan orang lain tentang foto dirinya sendiri di *instagram*. Beberapa dari mereka mengatakan

“berharap orang-orang tidak menjelekan saya”, “saya hanya tidak ingin dihakimi,” “i look good”, “cantik”, “mereka menyukai foto saya”, “biasa saja”, “orang-orang memuji saya”.

Hal ini juga sesuai dengan penelitian Cash dkk. (Cash dan Pruzinsky, 2002) yang menunjukkan bahwa ternyata pendapat orang lain sangat berdampak terhadap cara seseorang memandang dan merasakan tubuhnya. Dimana komentar orang lain terhadap diri individu tersebut dapat meningkatkan atau menurunkan kepercayaan diri atau suasana hatinya. Individu cenderung gugup terhadap bagaimana orang lain akan mengevaluasi dirinya. (Mintz dan Betz (1986, dalam Grogan, 1998) Menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepuasan tubuh dan harga diri terkait perasaan positif tentang tubuh seseorang. Kemudian pendapat yang dikemukakan oleh Williams dan Currie (dalam Nurvita, V., dan Handayani, M. M. 2015) juga menyatakan *self-esteem* memiliki korelasi yang positif, dimana semakin berkurangnya *self-esteem* yang dimiliki individu maka akan semakin negatif *body image* pada individu tersebut, sebaliknya demikian jika semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki maka akan semakin positif juga *body image* yang dimiliki orang tersebut.

Selain data kuisioner, peneliti juga mewawancarai seorang responden yang berusia 21 tahun, yang merupakan pengguna aktif *instagram* sekitar 1-2jam perhari terkait dengan *body image* yang dimilikinya. Inisial D pada sabtu, 25 september 2021. Dari hasil wawancara dengan D ditemukan data bahwa D merasa seorang wanita dengan tubuh yang ideal itu adalah seseorang yang menarik.

“ Iya pasti, karena menurut aku pasti kita melihat dulu dari apa yang kita lihat. First impressionnya, soalnya kalau kamu mau lihat mannersnya dulu good or badnya dia kan gak bisa,

jadi kita lihat dulu dari penampilannya fisiknya.”

(Data wawancara DS, 21 thn)

D juga cukup puas dengan bentuk tubuhnya, namun demikian D melakukan perawatan tubuh, jika merasa dirinya gendutan D akan melakukan diet atau olahraga workout untuk menjaga bentuk tubuhnya tetap ideal. D ingin terus menjadi *the best version* dari dirinya, Hal ini sejalan dengan aspek body image dari Cash and Pruzinsky (2002), Orientasi Penampilan (*Appearance Orientation*) yang merupakan upaya individu dalam meningkatkan atau memperbaiki dirinya.

“oiyalah pasti, pastilah meskipun menurutku bentuk tubuhku ini udah cukup ideal tapi tetap harus merawat diri soalnya aku pernah baca jaman sekarang itu gak mungkin orang gak lihat fisik, nah pasti, kamu juga akan mengupgrade terus diri kamu dong kayak jadi best version dari diri kamu gitu sih.”

(Data wawancara DS, 21thn)

D juga menganggap tubuhnya ideal hal ini sesuai dengan aspek Pengkategorian Ukuran Tubuh (*Self-Classified Weight*) milik Cash and Pruzinsky. Jika berpergian D memperhatikan penampilannya bahkan D memilih baju sehari sebelum dirinya bepergian, apalagi jika pergi ke acara formal, D akan menggunakan makeup dan pakaian yang baik bagi dirinya. D juga mengatakan dalam mengunggah foto, dirinya menghabiskan waktu seharian untuk menemukan foto terbaik, D juga sering meminta beberapa pendapat temannya terkait foto yang akan di *upload* apakah terlihat bagus atau tidak. Hal ini sejalan dengan aspek dari Cash and Pruzinsky (2002), Evaluasi Penampilan (*Appearance Evaluation*) yang merupakan penilaian menyeluruh terhadap tubuh, apakah menarik atau tidak.

“Kalau outfits sih menyesuaikan yah kalau formal atau enggak. Iya kalau mau jalan itu satu hari sebelumnya aku udah mikirin mau

pakek baju apa, mau dicatok atau lurus, nanti sepatunya apa, sneakers atau heels, nanti dihari-H nya tinggal dandan aja. Kalau upload foto di instagram aku itu paling suka sesuain feeds nya, kayak misalnya selfie kek mumpung udah selfie nih, nah pas mau di upload kek bingung cocok gak yah sama foto lainnya kek gitu-gitu sampai mikirannya seharian, aku juga sering tanya ke temen-temen eeh ini diapload bagus apa enggak yah? cocok gak sama feeds ku” .

(Data wawancara DS, 21 thn)

Hal ini sejalan dengan teori yang dinyatakan oleh Chua dkk (dalam Tiggeman dan barbato, 2018) dimana perempuan akan menghabiskan banyak waktu untuk memposting foto terbaik diri mereka ke media sosial *instagram*. Hal inilah kemudian yang menjadikan *instagram* sebagai media sosial yang menunjukkan keunggulan fisik, gaya juga fashion dari penggunaanya (Nasiha, 2017). Setiap orang memiliki penilaian berbeda terhadap dirinya sendiri. Setiap orang pasti memiliki beberapa kekurangan kecil pada penampilan mereka, hanya saja cara pandang tiap orang berbeda, ada yang tidak terlalu memperdulikan kekurangan dalam dirinya, ada yang justru kebalikannya. Sangat peduli dengan kekurangan-kekurangan kecilnya. Evaluasi negatif dari kekurangan mungkin dipengaruhi oleh keyakinan perfeksionis tentang penampilan atau dengan asumsi bahwa kekurangan ini mengungkapkan sesuatu yang buruk tentang karakter orang (Wilhelm, 2006).

Body image menurut Smolak dan Thompson (dalam Husni & Indrijati, 2014) merupakan pandangan seseorang terhadap bentuk tubuhnya berupa kepuasan atau ketidakpuasan yang didasarkan pada pengalaman subyektif. Pendapat lain yaitu menurut Grogan (dikutip pada Prawono, 2013) adalah bahwa *body image* akan menjadi positif apabila individu merasa penampilan dirinya sudah menarik dan akan

menjadi negatif apabila individu merasa penampilan dirinya kurang menarik.

Hurlock (1992) juga berpendapat bahwa ketika seorang individu tumbuh dewasa, dia akan belajar menerima dan memahami perubahan pada fisik yang dialaminya meskipun penampilannya tidak sesuai dengan yang dia harapkan. Tahap inilah yang membuat individu sadar bahwa dirinya tidak bisa menghapus kekurangan fisik yang ada namun kekurangan yang dimilikinya dapat diperbaiki. Dari sinilah muncul perilaku dalam merawat diri seperti diet, olahraga dan berbagai cara lainnya untuk mendapatkan bentuk tubuh ideal, bahkan sampai ada yang menderita *eating disorder* (Grogan, 2017).

Pernyataan ini sejalan dengan salah satu aspek *body image* dari Brown (dalam Cash and Pruzinsky, 2004) yaitu orientasi penampilan (*appearance orientation*) dimana seseorang akan berbuat apa saja untuk mempercantik dan merawat penampilannya. beberapa aspek lainnya yaitu evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction scale*), Kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), pengkategorian ukuran tubuh (*classified weight*). Selain aspek-aspek *body image* terdapat juga faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* menurut Levine dan smolak (dalam Cash and Pruzinsky 2002). Ada 5 faktor yang mempengaruhi *body image* yaitu: teman sebaya, keluarga/orangtua, media massa, tahap perkembangan dan harga diri.

Dari ke 5 faktor yang mempengaruhi *body image*, *Self-esteem* memiliki kaitan yang sangat erat dengan *body image*, apalagi terkait dengan penampilan fisik seseorang. Harter (dalam Santrock, 2003) menyatakan bahwa *self-esteem* secara konsisten berhubungan paling kuat dengan penampilan fisik terkait dengan *body image*. Kemudian, Harter (dalam Gupta, 2012) juga menyatakan ternyata penampilan seseorang erat kaitannya dengan *self-esteem*, sehingga penampilan fisik dan bentuk tubuh menjadi faktor yang mempengaruhi *self-esteem*. Individu yang mempunyai tingkat harga diri yang besar atau tinggi akan melihat diri mereka secara positif (Zeigler, 2013). Kemudian penelitian yang dikemukakan oleh Cash and Pruzinsky (2002) *self-esteem* memiliki peran yang penting dalam perkembangan *body image*, Apabila *Self-esteem* dalam diri seseorang tinggi maka akan membuat *body image*-nya menjadi positif sebaliknya orang yang

memiliki *self-esteem* yang rendah akan membuat *body image* seseorang menjadi negatif.

Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Melliana (2013) bahwa *self-esteem* seseorang memengaruhi *body image* individu itu sendiri. Memiliki harga diri yang rendah dapat menyebabkan individu menjadi tidak puas dengan tubuh mereka, individu yang memiliki pandangan negatif tentang dirinya akan mengembangkan budaya yang terobsesi untuk mengejar kesempurnaan fisik dengan cara apapun. Inilah yang kemudian menjadi cerminan perasaan yang tidak berharga dalam cara memandang diri mereka sendiri sehingga membentuk pandangan *body image* yang negatif (Furnham A, Et al., 2002). Memiliki pandangan diri yang negatif artinya memiliki *self-esteem* yang rendah sebaliknya demikian (Read dalam Prawono, 2013). Seseorang dengan harga diri yang tinggi akan mengembangkan pandangan positif terhadap tubuhnya sendiri, dan meningkatkan optimisme serta kesehatan tubuh dan terhindar dari gangguan makan serta gangguan mental lainnya (Renee Engeln, 2017).

Rosenberg et al (1995) menyatakan bahwa *Self-esteem* merupakan penilaian akan sikap seseorang secara keseluruhan terhadap dirinya sendiri, baik itu penilaian yang bersifat negatif maupun penilaian yang bersifat positif. Dalam hirarki kebutuhan Maslow, *self-esteem* masuk kedalam tingkatan atas atau higher-order needs (Robbins, 2015). Maslow menjelaskan jika kepuasan akan kebutuhan harga diri terpenuhi maka akan memunculkan kepercayaan diri, perasaan berharga, merasa diri mampu dan berguna dalam dunia ini. Dan jika kebutuhan akan harga diri tidak terpuaskan maka akan menyebabkan rasa rendah diri, inferior, perasaan canggung, merasa diri lemah, dan merasa sulit bergaul serta menjadi bergantung pada orang lain (Alwisol, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Zhafirah dan Dinardinata (2018) membuktikan bahwa adanya hubungan antara *body image* dan *self-esteem* dimana *body image* berkontribusi untuk meningkatkan harga diri remaja perempuan. Penelitian lain yang dilakukan Nurvita dan Handayani (2015) menunjukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dan *body image* pada remaja yang mengalami obesitas. Semakin tinggi *self-esteem*, semakin tinggi pula *body image* yang dimiliki sebaliknya demikian. Sosial media juga berpengaruh terhadap *body image*. Penelitian yang dilakukan pada

remaja perempuan dalam (Chua & Chang, 2016) didapati bahwa *likes* dan jumlah *followers* sering dihubungkan dan berhubungan dengan penghargaan yang didapat dari orang lain terhadap tampilan fisik individu serta dapat meningkatkan penghargaan diri. Kemudian pada penelitian yang dilakukan oleh Tiggemann dan Miller(2010) ditemukan bahwa tampilan di *internet* yang membahas penampilan erat kaitannya dengan ketidakpuasan akan bentuk dan berat tubuh serta adanya keinginan untuk memiliki tubuh yang ideal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa media sosial memiliki peranan dalam pembentukan *body image*.

Melihat dari fenomena diatas dan beberapa penelitian terdahulu, peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian ini karena tingginya proporsi perempuan yang merasa tidak bahagia dan tidak puas dengan bentuk tubuh yang mereka miliki sehingga menimbulkan pandangan *body image* yang negatif dan mengembangkan gejala gangguan makan (Neumark-Sztainer, Paxton, Hannan, Haines & Story, 2006; Stice, 2001; Stice & Shaw, 2002). Dan pada beberapa kasus *body image* yang negatif berdampak buruk pada kesehatan mental (e.g., *higher rates of depression*; Keery, van den Berg & Thompson, 2004; Paxton, Neumark-Sztainer, Hannan & Eisenberg, 2006). Kemudian standart yang tinggi terhadap *body image* yang ditampilkan di media sosial membuat perempuan merasa tidak mampu mencapai standar tersebut dan menjadi tidak puas dengan bentuk tubuhnya (Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda & Heinberg, 2004). Dengan demikian perempuan akan memiliki *self-esteem* yang rendah jika dikaitkan penampilan fisik (Fredrickson & Roberts, 1997). Hal inilah yang menjadi landasan penelitian ini. Yaitu untuk mengkaji lebih dalam mengenai fenomena ini kedalam penelitian yang berjudul Hubungan antara Self-esteem dengan *Body Image* pada Perempuan Pengguna *Instagram*.

1.2 Batasan Masalah

Untuk menghindari penyelewengan dari topik penelitian dan agar penelitian ini tetap fokus dan selaras dengan pembahasan sehingga dapat mencapai tujuan penelitian. Beberapa batasan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dan merupakan studi Hubungan antara *Self-esteem* dengan *Body image* pada perempuan pengguna *instagram* yang nantinya akan diukur dengan skala psikologi.
2. Penelitian ini berfokus untuk menguji hubungan 2 variabel yaitu hubungan antara *Self-esteem* dengan *Body Image* pada Perempuan Pengguna *Instagram* yang memasuki usia dewasa awal.
3. Fokus penelitian hanya pada media sosial *Instagram*
4. Subjek penelitian dibatasi pada perempuan pengguna *instagram* dewasa awal atau berusia 18-24 tahun dan merupakan pengguna aktif *instagram*.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah Ada hubungan antara *Self-esteem* dengan *Body Image* pada Perempuan Pengguna *Instagram*?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan dari rumusan masalah, tujuan penelitian ini adalah untuk melihat Hubungan *Self esteem* dengan *Body image* pada perempuan pengguna *instagram*.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat berguna dalam pengembangan ilmu psikologi sosial terkait *body image*, dan *self-esteem* pada para perempuan pengguna *instagram* .

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Untuk pengguna *instagram* khususnya perempuan diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman baru untuk tetap mempertahankan citra tubuh (*body image*) mereka agar tetap positif melalui *self-esteem* yang dimiliki.
2. Untuk penelitian selanjutnya. Diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu baru yang akan menjadi referensi untuk penelitian serupa lainnya.