

## KUALITAS PERTEMANAN DAN CITRA TUBUH PADA MAHASISWA

**Karlin Azzahra<sup>1</sup>, Sayang Ajeng Mardhiyah<sup>2</sup>, Rosada Dwi Iswari<sup>3</sup>**

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

corresponding author: [ajeng\\_mardhiyah.psi@fk.unsri.ac.id](mailto:ajeng_mardhiyah.psi@fk.unsri.ac.id)

**Abstrak.** Remaja menaruh cukup banyak perhatian terhadap penampilan yang merupakan bagian dari masa perkembangannya. Melalui studi ini, diharapkan hasilnya nanti akan menunjukkan apakah terdapat hubungan antara kualitas pertemanan dan citra tubuh. Penelitian dilakukan dengan menggunakan dua alat ukur, yakni skala kualitas pertemanan yang disusun dengan memodifikasi skala kualitas dari Aboud dan Mendelson (2012), sementara skala citra tubuh disusun dari aspek citra tubuh oleh Cash (2015). Berdasarkan analisis *Person's Product Moment*, nilai korelasi dari kualitas pertemanan dengan citra tubuh adalah 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan  $r = 0,350$ . Melalui hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa variabel kualitas pertemanan dan citra tubuh saling berhubungan. Hal ini menunjukkan perlunya kualitas pertemanan yang baik bagi citra tubuh mahasiswa.

**Kata kunci :** Citra tubuh, Kualitas pertemanan, Mahasiswa, Remaja

**Abstract.** *Adolescent pay quite a lot of attention to appearance which is part of their development period. From this study, it is hoped that the results will show whether there is a relationship between the quality of friendship and body image. The research was conducted using two measuring tools, namely the friendship quality scale which was made by modifying the quality scale from Aboud and Mendelson (2012), while the body image scale was prepared from aspects of body image by Cash (2015). Based on Person's Product Moment analysis, the correlation value of friendship quality with body image is 0.000 ( $p < 0.05$ ) and  $r = 0.350$ . Through these results, it can be concluded that the variables of friendship quality and body image are interconnected. This shows the need for good quality friendships towards college students' body image.*

**Keywords :** *adolescent, body image, college student, friendship quality*

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode perkembangan yang terjadi diantara fase kanak-kanak dan dewasa, yang disertai dengan perubahan dan pertumbuhan yang cukup besar secara fisik serta psikologis (Feldman, 2018). Dikarenakan adanya perubahan pada karakteristik fisik dan seksual serta minat seksual, mengakibatkan dampak terhadap citra tubuh, konsep diri, dan harga diri dengan signifikan (*American Psychological Association*, 2009). Masa ini merupakan periode yang kritis untuk perkembangan berat badan dan masalah bentuk tubuh, karena remaja akan memberikan perhatian yang lebih akan tubuhnya dan membangun citra tersendiri terhadap pandangan tubuhnya, dimana hal ini merupakan bagian dari aspek psikologis akan perubahan fisik disaat pubertas (Santrock, 2003).

Pada masa remaja akan terjadi penurunan kepuasan akan citra tubuh setelah pubertas dimulai, serta adanya peningkatan urgensi bagi penampilan fisik (Bully & Elosua, 2011). Rasa tidak puas akan tubuh dialami juga oleh remaja yang mempunyai berat badan rata – rata maupun

agak kurus, tidak hanya pada remaja dengan berat badan yang berlebih dan kekurangan saja (Cortese, Falissard, Pigaiani, Banzato, Bogoni, Pellegrino, Vicenzi, Angriman, Cook, Purper-Ouakil, Bernardina, Paxton & Maffeis, 2010). Saat masa remaja dimulai, individu memulai adaptasi dengan kehidupan kampus dan mengurangi ketergantungan mereka kepada orang tua secara bertahap, serta lebih sering melakukan interaksi dengan teman (Brown dan Larson, 2009). Tidak seperti saat anak-anak, remaja lebih ingin menyesuaikan diri dengan standar dilingkungan teman - teman sebayanya (Santrock, 2012).

Salah satu sumber yang menjadi penunjang dari isu pendukung masalah pada citra tubuh dan mendorong remaja untuk mempraktikkan pengelolaan berat badan yang tidak sehat adalah lingkungan perguruan tinggi (Harring, Montgomery, & Hardin, 2010). Penelitian oleh Lôbo, Mello., Oliveira, Cruz, Guerreiro, & Silva (2020) memaparkan bahwasannya mahasiswa maupun mahasiswi sama –sama mempunyai rasa tidak puas terhadap tubuh pada persentase tinggi, dimana mahasiswi akan cenderung merasa bahwa mereka memiliki tubuh yang lebih besar dari tubuh mereka sebenarnya, sedangkan di sisi lain mahasiswa berkeinginan untuk menaikkan berat badannya.

Pada mahasiswa berjenis kelamin perempuan, secara khusus terdapat tekanan untuk selalu mejadi langsing dan menarik dikarenakan lingkungan sosial di perguruan tinggi cenderung mendorong peningkatan kesadaran citra tubuh, serta memperkuat keinginan untuk memiliki tubuh yang tidak realistis (Low, Charanasomboon, Brown, Hiltunen, Reinhalter, & Jones, 2003). Sementara itu pada mahasiswa berjenis kelamin laki – laki, standar yang berlaku adalah dengan proporsi lemak tubuh yang rendah dan massa otot yang lebih tinggi (Alwan, Viswanathan, Paccaud, & Bovet, 2011).

Salah satu fenomena yang kemungkinan dapat memberikan pengaruh akan pandangan mahasiswa terkait dengan penampilan ialah kemunculan akun kampus cantik/ganteng. Dilansir melalui kompasiana.com, dapat dipahami bahwa akun kampus cantik/ganteng adalah akun yang menampilkan beberapa foto dari mahasiswanya yang oleh pemilik akun dianggap memiliki tampilan rupawan, yang nantinya malah akan melanggengkan *beauty privilege* dan memungkinkan munculnya perasaan *insecure* pada mahasiswa yang tidak pernah diunggah fotonya. Hal tersebut ternyata didukung dengan penelitian yang dilakukan terhadap responden dari berbagai perguruan tinggi, ditemukan sebanyak 45,24% responden mewajarkan adanya fenomena memberikan ‘keistimewaan’ bagi orang yang berpenampilan ‘good looking’ (memiliki penampilan menarik, dengan wajah rupawan dan penampilan rapi) seta mayoritas dari responden ini berupaya untuk membuat dirinya jadi ‘good looking’ agar mendapatkan keistimewaan tersebut (Amalia, Oktisaputri, & Djawantinaros, 2021).

Definisi dari citra tubuh adalah refleksi daripada disposisi afektif, kognitif, dan perilaku individu mengenai tubuhnya (Cash, 2015). Saat dimana individu mempunyai rasa tidak puas atau rasa malu serta pandangan negatif yang ditujukan pada penampilan eksternalnya adalah tanda bahwa citra tubuh nya negatif (Gattario & Frisen, 2019). Adanya kesenjangan antara tubuh yang sebenarnya dimiliki dengan tubuh yang dikehendaki juga menjadi prediktor yang secara lebih kuat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik dibandingkan indeks massa tubuh (Muening, Jia, Lee, Lubetkin, 2008).

Pertemanan serta lingkungan teman sebaya dapat membagikan subkultur yang menekankan kepada invidu untuk menjadi kurus lewat *peer dieting*, desakan untuk melakukan diet dan menjadi kurus dari teman sebaya, serta adanya ejekan mengenai berat badan dan bentuk tubuh dari teman (Paxton, 1996). Variabel pertemanan dikatakan memberi kontribusi yang signifikan

pada rasa khawatir terhadap citra tubuh, ketidakpuasan tubuh, dan perilaku menahan diri untuk makan (Gerner & Wilson, 2005). Penelitian oleh Paxton dan Schutz (2007) menunjukkan bahwa terdapat hubungan konsisten antara citra tubuh yang negatif atau rasa tidak puas terhadap tubuh, gangguan makan, dengan rendahnya kualitas pertemanan.

Kualitas pertemanan dapat diartikan dengan sebagaimana kebutuhan seseorang secara sosial, emosional, dan instrumental dipenuhi oleh temannya, dimana kebutuhan tersebut terangkum 6 fungsi yakni *stimulating companionship*, *help*, *intimacy*, *reliable alliance*, *self-validation*, dan *emotional security* (Aboud & Mendelson, 2012). *Intimacy* yang merupakan salah satu fungsi dari pertemanan mampu memprediksi adanya rasa khawatir mengenai citra tubuh bagi perempuan (Gerner & Wilson, 2005). Memiliki pertemanan yang berkualitas tinggi tidak hanya akan memberikan dukungan sosial eksternal pada remaja, namun juga dapat mendukung peningkatan nilai diri mereka secara internal, serta menjadikan mereka berpotensi untuk secara aktif menangani kemunduran dan kegagalan, sehingga menguntungkan bagi pertumbuhan dan perkembangannya (Troop-Gordon, Rudolph, Sugimura, & Little, 2015).

## METODE

Metode pengambilan data yang dilakukan pada penelitian ini memakai 2 skala yang dibuat dengan skala *likert*. Alat ukur pertama, yakni skala citra tubuh terdiri dari 30 aitem *favorable* dan 30 aitem *unfavorable* dibuat berdasarkan aspek citra tubuh dari Cash (2015) yang terdiri dari aspek *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body area satisfaction*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified weight*. Sebelumnya, dilakukan uji coba pada alat ukur terlebih dahulu, sehingga diperoleh 10 aitem *favorable* dan 10 aitem *unfavorable* yang valid.

Skala kualitas pertemanan dimodifikasi dari skala yang dibuat Aboud dan Mendelson (2012) berdasarkan fungsi pertemanan yaitu *stimulating companionship*, *help*, *intimacy*, *reliable alliance*, *self validation*, dan *emotional security* yang dikonversi menjadi 36 aitem *favorable* dan 36 aitem *unfavorable* untuk mengukur kualitas pertemanan pada mahasiswa. Uji coba alat ukur dilakukan sebelumnya dan didapatkan sebanyak 12 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable* yang valid.

### Validitas dan Reliabilitas

Validitas dapat diartikan menjadi seberapa jauh sebuah konsep dapat diukur dengan akurat di dalam suatu studi kualitatif (Heale & Twycross, 2015). Syarat minimum suatu butir untuk dapat dikatakan valid umumnya adalah ketika diperoleh nilai  $r_{ix} \geq 0.3$  pada suatu butir (Sugiyono, 2015). Pengujian validitas yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan *correlated item total correlation* yang dioperasikan dengan aplikasi SPSS *Statistics* versi 16.0.

Pengujian reliabilitas dengan formula koefisien *alpha cronbach* yang juga dioperasikan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS *Statistics* versi 16.0 dilakukan guna menentukan koefisien reliabilitas. Lazimnya nilai koefisien reliabilitas ini berada antara 0 sampai dengan 1, dimana apabila nilai  $\alpha$  Cronbach semakin besar atau semakin dekat dengan angka 1 maka pengukuran akan semakin reliabel (Azwar, 2016).

### Metode Analisis Data

Terdapat beberapa metode yang dilakukan untuk melakukan analisis data dalam penelitian ini, yaitu uji linearitas, uji normalitas, dan uji hipotesis. Pada uji normalitas, dilakukan pengujian menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov* yang dioperasikan dengan bantuan program SPSS *Statistics* versi 16.0. Pengambilan keputusan untuk uji *Kolmogorov-Smirnov* pada ketentuan apabila nilai sig (signifikansi) > 0,05, maka data tersebut distribusinya normal, sedangkan apabila nilai probabilitas yang diperoleh adalah sig (signifikansi) < 0,05, maka data tersebut dapat dikatakan tidak berdistribusi normal.

Dilakukannya uji linearitas bertujuan untuk menguji linear atau tidaknya hubungan variabel penelitian (Widhiarso, 2010). Linearnya hubungan antara variabel dapat ditentukan apabila signifikansi linearitas nilainya kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) atau signifikan deviasi linearitasnya lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ). Selanjutnya juga dilakukan uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *pearson's product moment* dengan menggunakan aplikasi SPSS *Statistics* versi 16.0.

### Populasi dan Sampel Penelitian

Dalam penelitian ini, pupolasi yang dijadikan sasaran penelitian adalah mahasiswa perguruan tinggi yang ada di Indonesia. Teknik pengambilan sampel yang dipilih peneliti adalah teknik *incidental sampling*. Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan teori *Roscoe* (Sugiyono, 2016) yang menyatakan bahwa ukuran sampel yang termasuk layak untuk penelitian berkisar antara 30 sampai 500, sehingga penelitian akhirnya dilakukan dengan 32 orang sampel uji coba dan 155 sampel penelitian

## HASIL

### Deskripsi Data Penelitian

Analisis data deskriptif digunakan untuk melihat data sebenarnya pada tiap variabel penelitian. Berikut merupakan deskripsi data dari kedua variabel dalam table dibawah ini :

Tabel 1.

Deskripsi Data Deskriptif Subjek Penelitian

Variabel	Data Hipotetik				Data Empiris			
	Min	Max	SD	Med	Min	Max	SD	Med
<b>Citra Tubuh</b>	20	80	10	56	22	80	9,466	54
<b>Kualitas Pertemanan</b>	30	120	15	90	63	113	10,268	89

#### Keterangan

Min	: Skor total minimal
Max	: Skor total maksimal
Mean	: Rata – rata
SD	: Standar Deviasi
Med	: Nilai Tengah

Berdasarkan hasil analisis deskriptif di atas, peneliti membagi kategorisasi citra tubuh menjadi positif dan negatif, seangkan kualitas persahabatan menjadi tinggi dan rendah.

Adapun pengelompokan kategori citra tubuh dilakukan berdasarkan formulasi pada tabel dibawah ini :

Tabel 2.  
Formulasi Kategorisasi Citra Tubuh

Kategori	Formulasi
Negatif	$X \leq Me$
Positif	$Me < X$

Berbeda dengan variabel citra tubuh, variabel kualitas pertemanan dikategorikan dengan formulasi berikut :

Tabel 3.  
Formulasi Kategorisasi Kualitas Pertemanan

Kategori	Formulasi
Rendah	$X \leq Me$
Tinggi	$Me < X$

Keterangan :

X : Skor mentah variabel

Me : Nilai median

Berdasarkan formulasi kategorisasi di atas, maka kategori subjek dari tiap variabel adalah :

**a. Citra Tubuh**

Ditentukannya kategori dari variabel citra tubuh pada penelitian menggunakan nilai median yang didapat dari skor total subjek pada skala citra tubuh. Maka diperoleh median dari variabel citra tubuh adalah 56, kategorisasi dari variabel ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.

Deskripsi Kategorisasi Citra Tubuh Subjek Penelitian

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < 56$	Negatif	82	52,9%
$56 \leq X$	Positif	73	47,1%
<b>Total</b>		<b>154</b>	<b>100%</b>

Pada tabel kategorisasi diatas, dapat dilihat bahwa subjek dengan citra tubuh negatif lebih banyak jumlahnya dibandingkan subjek dengan citra tubuh dalam kategori positif yakni sebanyak 82 subjek atau sekitar 52,9%.

**b. Kualitas Pertemanan**

Pada variabel kualitas pertemanan, peneliti menentukan kategorisasi dengan menggunakan nilai median yang telah didapat sebelumnya yakni 90. Berikut merupakan tabel kategorisasi dari variabel kualitas pertemanan.

Tabel 5.

Deskripsi Kategorisasi Kualitas Pertemanan Subjek Penelitian

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
------	----------	-----------	------------

X < 90	Rendah	78	50,3%
90 ≤ X	Tinggi	77	49,7%
<b>Total</b>		<b>154</b>	<b>100%</b>

Pada tabel kategorisasi diatas, dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki kualitas pertemanan dalam kategori rendah lebih banyak jumlahnya yakni 78 orang atau sekitar 50,3% dibandingkan dengan subjek yang memiliki kualitas pertemanan dalam kategori yang tinggi dengan jumlah 77 orang atau sekitar 49,7%.

### Hasil Analisis Data Penelitian

Berdasarkan uji normalitas dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*, didapatkan hasil dari variabel citra tubuh nilai 0,772 dengan signifikasi 0,591 ( $p > 0,05$ ), yang dapat disimpulkan bahwa data variabel citra tubuh terdistribusi normal. Selanjutnya pada variabel kualitas pertemanan, peneliti memperoleh hasil sebesar 1,229 dengan signifikasi 0,098 ( $p > 0,05$ ), yang artinya data pada variabel kualitas pertemanan terdistribusi normal pula.

Peneliti juga melakukan uji linearitas variabel citra tubuh terhadap variabel kualitas pertemanan. Hasilnya diperoleh nilai signifikasi 0,000 ( $p < 0,05$ ), sehingga bias ditarik kesimpulan bahwa kedua variabel tersebut memiliki korelasi yang linear.

Pada uji hipotesis, diperoleh nilai signifikasi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa antara variabel citra tubuh dan kualitas pertemanan terdapat hubungan yang signifikan. Dengan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima. Selain itu, diperoleh juga nilai koefisien korelasi ( $r$ ) kedua variabel sebesar 0,350, yang dapat diartikan bahwa ditemukan adanya hubungan positif pada variabel citra tubuh dan kualitas pertemanan.

## DISKUSI

Penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan diantara citra tubuh dengan kualitas pertemanan pada mahasiswa di Indonesia. Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan *Person's Product Moment*, didapatkan nilai signifikasi 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan nilai  $r$  sebesar 0,350, yang berarti terdapat hubungan positif antara citra tubuh dan kualitas pertemanan pada mahasiswa di Indonesia. Dengan demikian maka dapat disimpulkan jika individu memiliki kualitas pertemanan dalam kategori rendah maka citra tubuhnya akan berada pada kategori negatif. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Holsen, Jones, dan Birkeland (2012) yang menemukan bahwa individu dengan kualitas pertemanan rendah memiliki citra tubuh yang negatif karena hanya sedikit merasa puas terhadap tubuhnya.

Berdasarkan data yang telah diperoleh, peneliti membagi kategori subjek penelitian dalam dua kategori, yakni kategori tinggi dan rendah. Kategorisasi ini dilakukan untuk mengelompokkan subjek berdasarkan tingkatan citra tubuh dan kualitas yang dimiliki oleh mahasiswa. Setelah tentukannya rumus pengkategorian tersebut, maka ditemukan bahwa sebanyak 82 orang subjek atau sekitar 52,9% memiliki citra tubuh dalam kategori negatif. Sedangkan pada variabel kualitas pertemanan ditemukan bahwa sebanyak 78 orang subjek atau sekitar 50,3% memiliki kualitas pertemanan yang berada dalam kategori negatif.

Dari hasil penelitian ini ditemukan bahwa mahasiswa perguruan tinggi di Indonesia memiliki citra tubuh dalam kategori yang negatif. Lingkungan sosial mahasiswa dapat merangsang peningkatan kesadaran akan norma sosial mengenai penampilan dan daya tarik, sehingga dapat

meningkatkan risiko untuk mereka melakukan perubahan tubuh secara tidak sehat (Bergstorm, Neighbors, & Lewis, 2004). Kaum muda dapat sangat rentan menghadapi tekanan untuk mengikuti standar penampilan fisik, hal ini dikarenakan pada usia tersebut terjadi perkembangan identitas yang berkaitan dengan evaluasi fisik dan harga diri (Arnett, 2000).

Penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa di Indonesia memiliki kualitas pertemanan dalam kategori rendah. Berndt (2002) menyatakan jika kualitas pertemanan yang rendah berarti pertemanan tersebut memiliki lebih banyak ciri – ciri negatif seperti konflik dan persaingan. Kualitas pertemanan yang rendah berhubungan positif dengan kesepian dan gejala depresi, (Lodder, Scholte, Goossens, & Verhagen 2017; Rodebaugh, Fernandez, & Levinson 2012). Pada mahasiswa, peningkatan kualitas pertemanan dapat meningkatkan *university belonging* serta mengurangi masalah perilaku internalisasi dan eksternalisasi (Pittman & Richmond, 2008). Hasil penelitian Saric dan Sakic (2014) menemukan bahwa remaja dengan kualitas pertemanan yang lebih tinggi juga memiliki kebahagiaan, kepuasan hidup, dan *self esteem* yang lebih tinggi pula.

Peneliti juga melakukan uji beda terhadap variabel ditinjau dari beberapa faktor. Pertama, uji beda dilakukan berdasarkan indeks massa tubuh dan diperoleh perbedaan pada variabel citra tubuh dimana indeks massa tubuh kurus memiliki citra tubuh paling tinggi sedangkan indeks massa tubuh obesitas memiliki citra tubuh yang paling rendah. Indeks massa tubuh berhubungan positif dengan rasa tidak puas terhadap tubuh, dimana semakin tinggi indeks massa tubuh, maka semakin tinggi pula rasa tidak puas terhadap tubuh (Davis, Fowler, Best, & Both, 2020).

Uji beda lainnya dilakukan berdasarkan subjek yang mengikuti akun mengenai penampilan seperti akaun Selebgram, Akun kampus cantik/ganteng, akun tips *diet/fitness/kecantikan, fashion/clothing brand*, dan akun sejenis di media sosial. Hasilnya, subjek yang tidak mengikuti akun mengenai penampilan memiliki *mean* yang lebih tinggi dibanding yang mengikuti akun penampilan. Artinya subjek yang tidak mengikuti akun penampilan memiliki citra tubuh yang lebih tinggi dibandingkan subjek yang mengikuti akun penampilan. Penemuan ini sejalan dengan penelitian oleh Val-Roque, Andres, dan Saldana (2021) yang menemukan subjek yang mengikuti akun mengenai penampilan di Instagram secara signifikan memiliki rasa tidak puas pada tubuh dan dorongan untuk menjadi kurus yang tinggi.

## SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Kesimpulan yang mungkin bisa diperoleh dari penelitian ini adalah mahasiswa perguruan tinggi di Indonesia mempunyai citra tubuh dalam kategori negatif dan kualitas pertemanan dalam tingkatan rendah. Dari hasil tersebut, maka dapat dilihat bahwa variabel citra tubuh dan kualitas pertemanan memiliki hubungan yang bersifat positif yakni jika citra tubuh dalam kategori negatif maka kualitas pertemanannya juga akan berada dalam tingkatan rendah begitu pula sebaliknya, sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

Bagi mahasiswa yang memiliki citra tubuh dalam kategori negatif dapat meningkatkan citra tubuhnya dengan cara menyadari serta mengenali pikiran negatif mengenai tubuh, berupaya untuk lebih fokus pada aspek positif pada dirinya, mencoba untuk menghindari diri dari membandingkan diri sendiri dengan orang lain, serta berusaha untuk berada diantara orang – orang yang memberikan pengaruh positif. Kualitas pertemanan yang tinggi juga bisa ikut berkontribusi

untuk meningkatkan citra tubuh individu, karena memiliki kualitas pertemanan yang tinggi memberikan pengaruh positif terhadap individu berupa penerimaan serta afek positif.

Peneliti Selanjutnya yang mungkin ingin melakukan penelitian sejenis diharapkan agar dapat melakukan penelitian secara lebih meluas dan merata ke seluruh wilayah di Indonesia, sehingga nantinya data yang diperoleh akan lebih kaya dan memberikan gambaran yang lebih baik lagi. Selain itu, penelitian dengan variabel citra tubuh dan kualitas pertemanan ini dapat dilakukan pada subjek dan kasus yang lebih khusus dengan kriteria lebih rinci untuk penelitian lebih mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwan, H., Viswanathan, B., Paccaud, F., & Bovet, P. (2011). Is accurate perception of body image associated with appropriate weight-control behavior among adolescents of the Seychelles. *Journal of obesity*, 2011.
- Amalia, C., Oktisaputri, E., & Djawantinaros, K. I. (2021). Pandangan Mahasiswa terhadap Privilege dari Good Looking.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469.
- Azwar, S. (2016). Metode Penelitian Psikologi. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR.
- Bergstrom, R. L., Neighbors, C., & Lewis, M. A. (2004). Do men find “bony” women attractive?:: Consequences of misperceiving opposite sex perceptions of attractive body image. *Body image*, 1(2), 183-191.
- Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current directions in psychological science*, 11(1), 7-10.
- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence.
- Bully, P., & Elosua, P. (2011). Changes in body dissatisfaction relative to gender and age: The modulating character of BMI. *The Spanish journal of psychology*, 14(1), 313-322.
- Cash, T. F. (2015). Multidimensional body–self relations questionnaire (MBSRQ). *Encyclopedia of feeding and eating disorders*, 1-4.
- Cortese, S., Falissard, B., Pigaiani, Y., Banzato, C., Bogoni, G., Pellegrino, M., ... & Maffei, C. (2010). The relationship between body mass index and body size dissatisfaction in young adolescents: spline function analysis. *Journal of the American Dietetic Association*, 110(7), 1098-1102.
- Davis, L. L., Fowler, S. A., Best, L. A., & Both, L. E. (2020). The role of body image in the prediction of life satisfaction and flourishing in men and women. *Journal of Happiness Studies*, 21(2), 505-524.
- Derenne, J. L., & Beresin, E. V. (2006). Body image, media, and eating disorders. *Academic psychiatry*, 30(3), 257-261.
- Feldman, Robert S. (2018). *Development Across the Life Span* (Eight Edition)
- Gattario, K. H., & Frisén, A. (2019). From negative to positive body image: Men’s and women’s journeys from early adolescence to emerging adulthood. *Body image*, 28, 53-65.

- Gerner, B., & Wilson, P. H. (2005). The relationship between friendship factors and adolescent girls' body image concern, body dissatisfaction, and restrained eating. *International Journal of eating disorders*, 37(4), 313-320.
- Harring, H. A., Montgomery, K., & Hardin, J. (2010). Perceptions of body weight, weight management strategies, and depressive symptoms among US college students. *Journal of American College Health*, 59(1), 43-50.
- Heale, R., & Twycross, A. (2015). Validity and reliability in quantitative studies. *Evidence-based nursing*, 18(3), 66-67.
- Holsen, I., Jones, D. C., & Birkeland, M. S. (2012). Body image satisfaction among Norwegian adolescents and young adults: A longitudinal study of the influence of interpersonal relationships and BMI. *Body image*, 9(2), 201-208.
- Lôbo, I. L. B., Mello, M. T. D., Oliveira, J. R. V. D., Cruz, M. P., Guerreiro, R. D. C., & Silva, A. (2020). Body image perception and satisfaction in university students. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 22.
- Lodder, G. M., Scholte, R. H., Goossens, L., & Verhagen, M. (2017). Loneliness in early adolescence: Friendship quantity, friendship quality, and dyadic processes. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 46(5), 709-720.
- Low, K. G., Charanasomboon, S., Brown, C., Hiltunen, G., Long, K., Reinhalter, K., & Jones, H. (2003). Internalization of the thin ideal, weight and body image concerns. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 31(1), 81-89.
- Mendelson, M. J., & Aboud, F. (2012). McGill Friendship Questionnaire-Respondent's affection (MFQ-RA). *Measurement Instrument Database for the Social Science*, 4, 1-20.
- Muennig, P., Jia, H., Lee, R., & Lubetkin, E. (2008). I think therefore I am: perceived ideal weight as a determinant of health. *American journal of public health*, 98(3), 501-506.
- Paxton, S. J. (1996). Prevention implications of peer influences on body image dissatisfaction and disturbed eating in adolescent girls. *Eating disorders*, 4(4), 334-347.
- Pittman, L. D., & Richmond, A. (2008). University belonging, friendship quality, and psychological adjustment during the transition to college. *The Journal of Experimental Education*, 76(4), 343-362.
- Raboteg-Saric, Z., & Sakic, M. (2014). Relations of parenting styles and friendship quality to self-esteem, life satisfaction and happiness in adolescents. *Applied Research in Quality of Life*, 9, 749-765.
- Rodebaugh, T. L., Fernandez, K. C., & Levinson, C. A. (2012). Testing the effects of social anxiety disorder on friendship quality across gender and ethnicity. *Cognitive Behaviour Therapy*, 41(2), 130-139.
- Salmaa, H. (2022). Kenapa Akun Instagram Kampus Cantik/Gateng Menimbulkan Masalah. Diakses dari <https://www.kompasiana.com/heranitasalmaa7343/62a9b9adf5f32905b134a3b3/kenapa-akun-instagram-kampus-cantik-gateng-menimbulkan-masalah> pada 3 September 2022.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence*. Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. (NL Salama, Ed., & B.Widyasinta, Trans.).
- Schutz, H. K., & Paxton, S. J. (2007). Friendship quality, body dissatisfaction, dieting and disordered eating in adolescent girls. *British Journal of Clinical Psychology*, 46(1), 67-83.
- Sugiyono. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

- Troop-Gordon, W., Rudolph, K. D., Sugimura, N., & Little, T. D. (2015). Peer victimization in middle childhood impedes adaptive responses to stress: A pathway to depressive symptoms. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, *44*(3), 432-445.
- Vall-Roqué, H., Andrés, A., & Saldaña, C. (2021). The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, *110*, 110293
- Wagner, L. (2019). Good character is what we look for in a friend: Character strengths are positively related to peer acceptance and friendship quality in early adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, *39*(6), 864-903.
- Widhiarso, W. (2010). Catatan pada uji linieritas hubungan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.