



Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok pada Citra Tubuh Remaja di Sulawesi Selatan

Nur Annisa¹, Muh. Nur Hidayat Nurdin², Tri Sulastri³

¹⁻³Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar.

Korespondensi Penulis: nurannisanawawie11@gmail.com

Abstract. *This study aims to analyze the impact of TikTok social media usage intensity on body image among adolescents in Sulawesi Selatan. In the current digital era, social media, particularly TikTok, has become a popular platform among teenagers, often showcasing visual content that can influence their perceptions of body image. The research method employed is a survey involving 223 adolescents aged 15 to 17 as respondents. Data were collected through a questionnaire measuring TikTok usage intensity and body image using. The results of the analysis showed that there was a significant negative relationship between the intensity of TikTok social media use and body image in adolescents, with a significance value of $p = 0.000$ or $p < 0.05$. The correlation coefficient of -0.397 or is classified as weak and indicates that the intensity of TikTok use is negatively related to body image. This study can provide a basis for the development of psychology programs that aim to increase awareness and control in the use of social media to maintain a positive body image among adolescents.*

Keywords: *Adolescents; Body Image; Intensity; Social Media; TikTok.*

Abstrak. Dalam era digital saat ini, media sosial, terutama TikTok, telah menjadi salah satu platform yang populer di kalangan remaja, yang seringkali menampilkan konten visual yang dapat memengaruhi persepsi mereka tentang citra tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara intensitas penggunaan media sosial TikTok terhadap citra tubuh pada remaja di Sulawesi Selatan. Subjek dalam penelitian ini melibatkan 223 remaja di Sulawesi Selatan yang berusia 15-17 tahun. Teknik sampel yang digunakan adalah accidental sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur intensitas penggunaan TikTok dan citra tubuh. Uji hipotesis menggunakan analisis korelasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial TikTok dan citra tubuh pada remaja, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ atau $p < 0,05$. Koefisien korelasi sebesar $-0,397$ atau tergolong lemah dan menunjukkan bahwa intensitas penggunaan TikTok berhubungan negatif terhadap citra tubuh. Penelitian ini dapat memberikan landasan bagi pengembangan program psikologi yang bertujuan meningkatkan kesadaran dan pengendalian dalam penggunaan media sosial untuk menjaga citra tubuh yang positif di kalangan remaja.

Kata kunci: Citra tubuh; Intensitas; Media Sosial; Remaja; Tiktok.

1. LATAR BELAKANG

Tahapan pertumbuhan kehidupan manusia memiliki beberapa tahapan, salah satunya ialah masa remaja yang merupakan tahapan perubahan, pertumbuhan, dan perkembangan yang terus menerus terjadi dalam kehidupan manusia. Santrock (2003) menyebutkan batasan usia remaja adalah 12-22 tahun. Remaja akan mengalami banyak perubahan selama masa ini di berbagai bidang kehidupan mereka, termasuk sosial, emosional, mental, dan fisik (Khikmah, 2017). Remaja mulai menyadari bahwa penampilan fisik penting dalam interaksi sosial, dan remaja mulai berfokus pada tubuh mereka dan membentuk opini tentang tipe tubuh yang ideal (Pertwi, 2018). Dalam era digital saat ini, media sosial, terutama TikTok, telah menjadi salah satu platform yang populer di kalangan remaja, yang seringkali menampilkan konten visual yang dapat memengaruhi persepsi mereka tentang citra tubuh. Hasil survei yang dilakukan Dananjaya (2022) menunjukkan bahwa TikTok sebagai fenomena media sosial yang dengan cepat mencapai 100 juta pengguna dalam tahun pertamanya, menunjukkan daya tariknya yang kuat di kalangan masyarakat, jangkauannya sudah lebih dari 150 negara

dengan menawarkan konten dalam 35 bahasa. CNN Indonesia pada tahun 2023 menunjukkan data terbaru bahwa TikTok telah diunduh sebanyak 3,5 miliar kali menegaskan posisinya sebagaimana menjadi media yang terpopuler di kancah nasional maupun internasional. Generasi Z merupakan pengguna TikTok terbanyak di Indonesia dan dapat menghabiskan waktu untuk menggunakan TikTok lebih dari 2 jam (Purwati Endang Ayu, Asmarani Utami Sri, Dewi Ratna Wulan Sri, 2023).

Sari (2022) mengungkapkan bahwa citra tubuh remaja dan waktu yang digunakan untuk bermain sosial media berkorelasi negatif, dengan mereka yang lebih sering menggunakan media sosial memiliki citra tubuh yang lebih buruk cenderung mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan fisik mereka. Sebaliknya Muhtar Zahfaniar, Hamid Harlina, Firdaus Faradillah (2022), mengungkapkan Citra tubuh mahasiswa di Kota Makassar tidak secara signifikan dipengaruhi secara negatif oleh jumlah waktu yang mereka habiskan di media sosial, khususnya Instagram. Hal ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan Pamirma dan Satwika (2022) mengungkapkan bahwa citra tubuh remaja perempuan tidak terpengaruh oleh jumlah paparan media sosial yang mereka terima, baik tinggi maupun rendah. Berdasarkan ketiga penelitian diatas menunjukkan hasil yang tidak sama sehingga perlu adanya penelitian lanjutan agar memperjelas hubungan antara intensitas penggunaan media sosial terhadap citra tubuh pada remaja dengan melihat dari jenis media yang digunakan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara intensitas penggunaan media sosial TikTok terhadap citra tubuh pada remaja di Sulawesi Selatan. Berdasarkan kesenjangan penelitian tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial TikTok terhadap citra tubuh remaja.

2. KAJIAN TEORITIS

Santrock (2003) mengungkapkan bahwa remaja dengan rentang usia 12 sampai 22 tahun cenderung menaruh fokus yang amat tinggi atas tampilan tubuh, baik itu remaja pria maupun remaja wanita. Remaja mulai menyadari bahwa kegiatan interaksi sosial dipengaruhi oleh daya tarik fisik, serta remaja mulai memperhatikan tubuhnya dan mengembangkan penilaian tentang bentuk tubuh yang ideal. Karena perubahan-perubahan fisik tersebut remaja terkadang membentuk citra tubuh yang negatif terhadap dirinya karena bentuk tubuh dan penampilan yang tidak sesuai dengan yang diharapkan. TikTok sebagai salah satu wadah media sosial terpopuler sekarang ini dan telah menjadi wadah untuk berbagi video singkat yang menarik dan kreatif. Dengan kemunculan media sosial TikTok, perhatian terhadap pembentukan citra tubuh telah meningkat secara signifikan dalam masyarakat.

Konten visual yang ditampilkan di media sosial TikTok berisikan figur sempurna yang diidamkan para anak remaja yang sering kali tidak realistis. Keadaan tidak sesuai dengan yang diharapkan remaja perempuan maupun laki-laki tidak oleh karenanya media sosial akan berpengaruh pada penilaian individu mengenai citra tubuh, sering membandingkan diri sendiri dan mengungkapkan ketidakpuasan dengan warna kulit, bentuk tubuh, dan daya tarik (Khikmah, 2017). Ketika intensitas penggunaan media sosial TikTok tinggi, maka citra tubuh yang dimiliki individu akan negatif. Dan apabila intensitas penggunaan media sosial TikTok rendah, maka citra tubuh yang dimiliki individu menjadi positif.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode pengambilan sampel *accidental sampling*. Sugiyono (2019) mengungkapkan bahwa *accidental sampling* yakni salah satu teknik *nonprobability sampling*, siapa saja yang

secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila dipandang cocok untuk dijadikan sumber data, sesuai dengan perhitungan sampel yang diperoleh secara kebetulan. Dengan jumlah sampel sebanyak 223 remaja pengguna media sosial Tiktok berusia 15-17 tahun yang berada di Sulawesi Selatan. Pengumpulan data citra tubuh dalam penelitian ini dengan menggunakan skala citra tubuh dengan model skala likert yang dikembangkan berdasarkan aspek citra tubuh yang diungkapkan Cash (2002) partisipan dipersilahkan untuk memilih salah satu dari empat jawaban dalam setiap pernyataan yang diajukan yaitu, Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4, Sesuai (S) dengan skor 3, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1.

Pengumpulan data intensitas penggunaan media sosial Tiktok pada penelitian ini adalah dengan menggunakan skala intensitas penggunaan media sosial Tiktok yang diadaptasi dari skala Multidimensional Facebook Intensity Scale dengan model skala likert yang dikembangkan berdasarkan aspek intensitas penggunaan media sosial Ellison (2007). Partisipan dipersilahkan untuk memilih salah satu dari empat jawaban dalam setiap pernyataan yang diajukan yaitu, Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4, Sesuai (S) dengan skor 3, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1.

Hasil uji validitas isi menunjukkan bahwa seluruh aitem yang digunakan adalah valid dengan nilai 0,351-0,755 untuk variabel citra tubuh dan 0,946 untuk variabel intensitas penggunaan media sosial. Yang mana, ini menunjukkan bahwa alat ukur yang digunakan akurat dan tepat merepresentasikan konsep yang diukur. Hasil uji reliabilitas variabel citra tubuh adalah 0,950 sedangkan variabel intensitas penggunaan media sosial tiktok sebesar 0,800.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hipotesis dalam penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh intensitas penggunaan media sosial Tiktok pada remaja di Sulawesi Selatan. Untuk menguji hipotesis pada penelitian digunakan teknik analisis regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS 22 for windows. Hasil uji hipotesis ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 16. Hasil Uji Hipotesis Regresi Linier Sederhana

Variabel	<i>p</i>	R <i>Square</i>	Ket	B	Konstant <i>a</i>
Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok dan Citra Tubuh	0,000	0,152	Signifikan	-1,313	107.951

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 dan $p < 0,05$ yang menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial Tiktok memiliki pengaruh terhadap citra tubuh. Koefisien regresi (B) -1,313 menunjukkan nilai negatif, menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial Tiktok maka semakin rendah citra tubuh remaja. Dan sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media sosial Tiktok maka semakin tinggi citra tubuh remaja. Hasil analisis menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial Tiktok memberikan pengaruh sebesar 15,2% terhadap citra tubuh yang ditunjukkan dengan nilai R-Square sebesar 0,152. Faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini memberikan pengaruh sebesar 84,8%. dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial Tiktok memiliki

pengaruh negatif terhadap citra tubuh remaja di Sulawesi Selatan. Berikut adalah penjelasan dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

Deskripsi Subjek penelitian

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 223 orang yang terdiri atas remaja perempuan dan laki-laki berusia 15-17 tahun yang menggunakan media sosial Tiktok. Berikut ini adalah gambaran deskriptif subjek penelitian:

Tabel 6. Deskripsi responden penelitian berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentasi
Perempuan	215	96,41%
Laki-laki	8	3,59%
Total	223	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa subjek dalam penelitian ini berjumlah 223 orang dengan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 215 orang (96,41%) dan respoonden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 8 orang (3,59%). Pada penelitian ini, subjek didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan.

Tabel 7. Deskripsi responden penelitian berdasarkan usia

Usia	Frekuensi	Persentasi
15	21	9,42%
16	61	27,35%
17	141	63,23%
Total	223	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini berjumlah 223 orang dengan dominan usia 17 tahun sebanyak 141 orang (63,23 %), usia 16 tahun sebanyak 61 orang (27,35 %), dan usia 15 tahun 33 sebanyak 21 orang (9,42 %).

Tabel 8. Deskripsi frekuensi penggunaan media sosial Tiktok

Frekuensi	Jumlah	Persentasi
3-4 kali	6	2,69%
5-6 kali	61	27,35%
7-8 kali	104	46,64%
>8 kali	52	23,32%
Total	223	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa jumlah responden penelitian ini terdiri dari 223 orang. Subjek dengan frekuensi penggunaan media sosial Tiktok 3-4 kali sebanyak 6 orang (2,69%), frekuensi 5-6 kali sebanyak 61 orang (27,35%), frekuensi 7-8 kali sebanyak 104 orang (46,64%), dan sebanyak 52 orang responden dengan frekuensi penggunaan media sosial sebanyak >8 kali (23,32%). Pada penelitian ini, subjek didominasi oleh responden dengan frekuensi penggunaan media sosial sebanyak 7-8 kali yaitu 104 orang atau 46,64%.

Tabel 9. Deskripsi responden berdasarkan durasi penggunaan media sosial Tiktok

Durasi	Jumlah	Persentase
<30 menit	8	3,59%
90-120 menit	150	67,26%
>240 menit	65	29,15%
Total	223	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa jumlah responden penelitian ini terdiri dari 223 orang. Subjek dengan durasi penggunaan media sosial Tiktok 240 menit sebanyak 65 orang (29,15%). Pada penelitian ini, subjek didominasi oleh responden dengan durasi penggunaan media sosial Tiktok sebanyak 90-120 menit yaitu 150 orang atau 67,26%.

Deskripsi data penelitian

Deskripsi data penelitian disajikan untuk mengetahui data hasil penelitian yang diperoleh melalui kategorisasi variabel. Adapun data yang diperoleh dalam penelitian ini terdiri dari dua yaitu data hipotetik.

Deskripsi data intensitas penggunaan media sosial Tiktok

Data variabel intensitas penggunaan media sosial Tiktok diperoleh atas respon subjek pada intensitas penggunaan media sosial Tiktok yang disebarakan melalui google form. Skala intensitas penggunaan media sosial Tiktok terdiri dari 13 aitem dengan respon terendah yaitu 1 dan respon tertinggi yaitu 4.

Tabel 10. Data hipotetik intensitas penggunaan media sosial Tiktok

Variabel	Min	Max	Mean	Standar Deviasi
Intensitas penggunaan media sosial Tiktok	13	52	32,5	6,5

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa, dengan mean hipotetik 32,5, skor maksimum pada skala intensitas penggunaan media sosial Tiktok adalah 52, dan skor terendah yaitu 13. Adapun kategorisasi skor variabel intensitas penggunaan media sosial Tiktok berdasarkan data hipotetik sebagai berikut:

Tabel 11. Kategorisasi intensitas penggunaan media sosial Tiktok

Interval	Jumlah	Persentase	Kategori
$26 \leq X < 39$	41	18,39%	Sedang
$39 \leq X$	182	81,61%	Tinggi
Total	223	100%	

Berdasarkan tabel tersebut diatas menunjukkan bahwa terdapat 182 orang (81,61%) masuk dalam kategori tinggi, sebanyak 41 orang (18,39%) masuk dalam kategori sedang, dan 0 orang masuk dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki persentase tinggi pada kategori tinggi.

Data variabel citra tubuh

Skala untuk mengukur intensitas penggunaan media sosial Tiktok terdiri dari 28 butir pertanyaan, dengan nilai respon terendah yaitu 1 dan nilai respon tertinggi yaitu 4.

Tabel 12. *Data hipotetik citra tubuh*

Variabel	Min	Max	Mean	Standar Deviasi
Citra tubuh	23	92	57,5	11,5

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa pada citra tubuh, skor tertinggi adalah 92 dan skor terendah yaitu 23, dengan mean hipotetik 57,5. Adapun kategorisasi skor citra tubuh berdasarkan data hipotetik sebagai berikut:

Tabel 13. *Kategorisasi citra tubuh*

Interval	Jumlah	Persentase	Kategori
$X \leq 46$	84	37,67%	Rendah
$46 \leq X < 69$	92	41,26%	Sedang
$69 \leq X$	47	21,08%	Tinggi
Total	223	100%	

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini mendapati hasil yang membuktikan bahwa hipotesis H_a diterima, sehingga terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan media sosial Tiktok terhadap citra tubuh pada remaja di Sulawesi Selatan. Semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial Tiktok maka semakin rendah citra tubuh remaja di Sulawesi Selatan. Yang mana, intensitas penggunaan media sosial Tiktok subjek dalam penelitian ini tergolong tinggi, sedangkan citra tubuh yang dimiliki subjek dalam penelitian ini tergolong sedang. Kekuatan hubungan antar variabel intensitas penggunaan media sosial Tiktok terhadap citra tubuh remaja adalah hubungan lemah atau rendah. Yang mana, intensitas penggunaan media sosial Tiktok memberikan pengaruh sebesar 15,2% terhadap citra tubuh, dan sebesar 84,8% dipengaruhi oleh variabel yang tidak disebutkan pada penelitian ini seperti faktor lingkungan sosial, dan keluarga.

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih mendalami penelitian terkait bagaimana hubungan intensitas penggunaan media sosial Tiktok terhadap citra tubuh pada remaja dan kemungkinan variabel lain yang dapat dikaitkan dengan variabel citra tubuh. Peneliti juga menyarankan agar remaja di Sulawesi Selatan dapat mengontrol intensitas penggunaan media sosial terutama media sosial Tiktok dengan cara mengurangi durasi dan frekuensi penggunaan media sosial Tiktok. Atau dengan memanfaatkan waktu yang ada untuk kegiatan lainnya seperti mengikuti kegiatan organisasi, program kemanusiaan, agar tidak mengandalkan smartphone sebagai pengalih kebosanan ketika merasa bosan, dan media pembandingan.

DAFTAR REFERENSI

- Adawiyah, D. P. R. (2020). Pengaruh penggunaan aplikasi TikTok terhadap kepercayaan diri di kabupaten Sampang. *Jurnal Komunikasi*, 14(2), 135–148.
- Ajzen, I. (2005). *Attitudes, personality and behavior*. Open University Press.
- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan antara body image dengan kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 2 Bantul. **E-Journal Bimbingan Konseling*, 4*(4).
- Barrio, V., & del, D. (2004). Television & violent behavior. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 30, 376–382.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (Eds.). (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed.). The Guilford Press.

- Chahyanti, D. (2023, November 27). 26 ide konten video TikTok yang menarik dan disukai. Times Indonesia. <https://timesindonesia.co.id/glutera-news/464792/26-ide-konten-video-tiktok-yang-menarik-dan-disukai>
- Fauziah, L. (2021). Hubungan antara intensitas melihat TikTok dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa [Skripsi, Universitas Sultan Agung].
- Franchina, V., & Lo Coco, G. (2018). The influence of social media use on body image concerns. *International Journal of Psychoanalysis and Education*, 10(1), 5–14. <http://www.psychoedu.org/index.php/IJPE/article/view/218>
- Gamal Baser, D. (2023). Komunikasi digital dalam bingkai riset. Amerta Media.
- Golo, W. (2002). *Metodologi penelitian*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2016). *Marketing management* (15th ed.). Pearson Education.
- Muhtar, Z., Hamid, H., & Firdaus, F. (2022). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap body image pada mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 0(0), 300–304. <https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/28321>
- Mutib, A. (2023). Hubungan intensitas penggunaan media sosial TikTok dengan fear of missing out (FoMo) pada mahasiswa [Skripsi, Universitas Sumatera Utara]. <http://repositori.usu.ac.id/>
- Palipung, R. Y. (2021). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan citra tubuh remaja putri [Skripsi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta].
- Radjaki, R. N., & Kristinawati, W. (2024). Hubungan intensitas penggunaan media sosial Tik-Tok dengan body image pada generasi Z. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(2), 813–824. <http://dx.doi.org/10.53625/jirk.v4i2.4671>
- Ridwan, H., & Kelana, D. (2024). Pemanfaatan bahan alami *Daucus carota*, *Pandanus amaryllifolius* dan *Oryza sativa* dalam sediaan masker untuk mengatasi permasalahan semua jenis kulit. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 15(1), 1–12. <https://doi.org/10.54630/jk2.v15i1.320>