

APA NILAI DIRIKU SEBATAS PENAMPILANKU? ANALISIS *BODY SURVEILLANCE* DAN KETIDAKPUASAN TUBUH DENGAN MEDIATOR *BODY SHAME*

¹Chrissamary Husodo, ²Ananta Yudiarso

Fakultas Psikologi Universitas Surabaya
Jl. Raya Kalirungkut, Surabaya 60293, Jawa Timur
¹chrissamary7@gmail.com

Received: 4 Januari 2022

Revised: 5 Maret 2022

Accepted: 8 Maret 2022

Abstrak

Di dalam era modern kini yang semakin maju oleh kecanggihan teknologi, standar kecantikan yang tidak realistis semakin dipopulerkan melalui media sosial. Standar kecantikan yang tidak lepas dari pengaruh objektifikasi menciptakan gambaran bahwa tubuh kurus adalah tubuh yang ideal bagi perempuan, sehingga menjadi salah satu faktor yang turut mengembangkan ketidakpuasan tubuh pada perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara body surveillance dan body dissatisfaction melalui body shame sebagai mediator. Studi hubungan antara body surveillance dan ketidakpuasan tubuh masih sangat terbatas di Indonesia, terlebih lagi yang melibatkan body shame di dalamnya, padahal body shame adalah indikator yang kuat untuk gangguan makan. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran kuesioner secara online dengan teknik accidental sampling dari sejumlah 223 perempuan dengan rentang usia 18-25 tahun di Surabaya sebagai partisipan penelitian. Analisis data menggunakan metode analisis mediasi melalui Structural Equations Modeling (SEM) dengan aplikasi JASP versi 0.16. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara body surveillance dan body dissatisfaction yang dimediasi sepenuhnya oleh body shame, dengan indirect effect antara body surveillance dan body dissatisfaction melalui body shame, dengan total effect yang signifikan dan tanpa adanya direct effect. Temuan ini berimplikasi pada pentingnya pengembangan intervensi yang mempertimbangkan konteks sosial setempat sebagai sumber dari permasalahan body image.

Kata Kunci: *body dissatisfaction, objektifikasi, body surveillance, perempuan, body shame*

Abstract

In today's modern era, which is increasingly advanced by technological sophistication, unrealistic beauty standards are increasingly popularized through social media. Beauty standards that cannot be separated from the influence of objectification create an image that a thin body is the ideal body for women, thus it becomes one of the factors that contribute to the development of women's body dissatisfaction. The research's purpose is to examine the relationship between body surveillance and body dissatisfaction through body shame as a mediator. Studies of the relationship between body surveillance and body dissatisfaction are still very limited in Indonesia, especially those involving body shame, even though body shame has been known as a strong indicator for eating disorders. The research data was obtained through the distribution of online questionnaires with accidental sampling technique from 223 women with an age range of 18-25 years in Surabaya as research participants. This research uses mediation analysis method through Structural Equations Modeling (SEM) with JASP application version 0.16. The results of this study indicate that there is a relationship between body surveillance and body dissatisfaction which is fully mediated by body shame, with an

indirect effect between body surveillance and body dissatisfaction through body shame, with a significant total effect and insignificant direct effect. This finding has implications for the importance of developing interventions that consider the local social context as a source of body image problems.

Keywords: *body dissatisfaction, objectification, body surveillance, women, body shame*

PENDAHULUAN

Di seluruh dunia, prevalensi gangguan makan mempengaruhi setidaknya 9% dari populasi (*Eating Disorder Statistics*, 2021) dan lebih sering dijumpai pada perempuan daripada laki-laki (*American Psychiatric Association*, 2013). Gangguan makan merupakan salah satu *mental illness* yang paling mematikan, hingga mengakibatkan 10.200 kematian setiap tahunnya (*Eating Disorder Statistics*, 2021). Akan tetapi, penelitian tentang gangguan makan di Indonesia masih kurang dilakukan, sehingga prevalensinya belum diketahui dengan pasti hingga saat ini (Krisnani, Santoso, & Putri, 2017).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Surabaya, sebanyak 40% perempuan mengalami *body dissatisfaction* dengan kategori tinggi, serta 38% dalam kategori sedang pada perempuan berusia 18-25 tahun (Herawati, 2003). Pada tahun 2010, hasil survei oleh majalah *Gadis* juga mengungkapkan bahwa 81% dari 4000 remaja perempuan tidak merasa puas akan tubuhnya dan cenderung melakukan diet (Prima & Sari, 2013). Salah satu prediktor kuat yang dapat menimbulkan dan mempertahankan gangguan makan adalah *body dissatisfaction* (*American Psychiatric Association*, 2013). *Body dissatisfaction* atau ketidakpuasan tubuh merupakan sikap negatif

terhadap penampilan fisik diri sendiri dan diasumsikan berasal dari kesenjangan yang dirasakan antara penampilan fisik yang sebenarnya dengan keadaan tubuh ideal yang diinginkan (Heider, Spruyt, & Houwer, 2018). *Body dissatisfaction* telah diakui secara luas sebagai masalah kesehatan masyarakat yang penting (Biolcati, Mancini, & Villano, 2019), karena dapat menyebabkan perilaku berisiko terhadap kesehatan dan berkaitan dengan kesehatan mental yang buruk, seperti *low self-esteem*, *body dysmorphia*, dan gangguan makan (Barnes, Abhyankar, Dimova, & Best, 2020).

Sama halnya dengan gangguan makan, *body dissatisfaction* lebih banyak dijumpai pada perempuan daripada laki-laki (Fallon, Harris, & Johnson, 2014) dan kian meningkat di seluruh dunia (Biolcati, Mancini, & Villano, 2019). Hal ini dapat dijelaskan oleh *objectification theory* yang dicetuskan oleh Fredrickson dan Roberts (dalam Sun, 2018), bahwa budaya patriarki yang cenderung menseksualisasikan tubuh perempuan menyebabkan perempuan menginternalisasikan perspektif pengamat terhadap tubuhnya sendiri, sehingga memperlakukan dirinya sebagai objek untuk dilihat dan dievaluasi berdasarkan penampilannya. Perspektif ini disebut dengan *self-objectification*, yang sering bermanifestasi ke dalam *body*

surveillance, yaitu kebiasaan individu untuk terus memantau penampilan luarnya (Sun, 2018).

Selain itu, *body surveillance* dapat menghasilkan pengalaman emosional negatif seperti *body shame*, yaitu emosi yang terjadi ketika seseorang mengevaluasi dirinya sendiri relatif terhadap ideal budaya yang diinternalisasi dan kemudian gagal (Sun, berkontribusi pada berbagai risiko kesehatan mental seperti *body dissatisfaction* dan gangguan makan (Calogero, 2012). Padahal, hasil penelitian yang dilakukan oleh ZAP Beauty Index dan Mark Plus Inc (2020) di Indonesia terhadap 6.460 perempuan dengan rentang usia 13-65 tahun menunjukkan bahwa 62,2% perempuan mengaku pernah mengalami *body shaming*.

Penelitian tentang kesadaran tubuh yang diobjektifikasi telah dilakukan di Amerika, Australia, dan Eropa, namun kurang dilakukan pada kelompok-kelompok dengan budaya yang beragam (Jackson, Zheng, & Chen, 2015). Walaupun studi telah meluas pada perempuan di Korea Selatan, Nepal, dan Cina (Jackson, Zheng, & Chen, 2015), penelitian terkait *body surveillance*, *body shame*, dan *body dissatisfaction* belum pernah dilakukan di Indonesia. Padahal, intervensi dini untuk meningkatkan *body satisfaction* dapat mengurangi prevalensi perilaku kesehatan berisiko di kemudian hari (Bornioli dkk., 2019). Terlebih lagi pada masa pandemi COVID-19 kini, kekhawatiran tentang kesehatan selama karantina dapat menjadi

faktor pencetus untuk perkembangan *body dissatisfaction* dan gangguan makan, serta faktor risiko lain seperti peningkatan waktu dalam penggunaan media sosial dan pengaruh objektifikasi bahwa tubuh kurus adalah yang ideal (Fernández-Aranda dkk., 2020).

Selain itu, terdapat temuan yang tidak konsisten dari beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian oleh Fitzsimmons-Craft dkk. (2011) menemukan bahwa *body surveillance* mempunyai hubungan yang signifikan dengan *body dissatisfaction* pada perempuan di Amerika. Begitu pula dengan penelitian oleh Jackson, Zheng, dan Chen (2015) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara *body surveillance* dan *body dissatisfaction* pada perempuan di Cina. Akan tetapi, hasil penelitian oleh Sun (2018) mengungkapkan adanya hubungan yang tidak signifikan antara *body surveillance* dan *body dissatisfaction* pada perempuan di Cina. Namun, hubungan tersebut menjadi signifikan ketika *body shame* dimasukkan dan menjadi penengah antara *body surveillance* dan *body dissatisfaction* (Sun, 2018). Oleh karena itu, penelitian ini hendak menelusuri *body shame* sebagai variabel tidak langsung yang diprediksi dapat menjelaskan hubungan antara *body surveillance* dengan *body dissatisfaction* pada perempuan di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Partisipan dalam penelitian survei ini adalah perempuan dengan rentang usia 18-25 tahun, yaitu pada masa *emerging adulthood*.

Pertimbangannya adalah *emerging adulthood* sebagai fase perpanjangan untuk mengeksplorasi identitas diri terkait cinta, pekerjaan, dan pandangan terhadap dunia (Lane, 2015). Hal ini tidak terlepas dari bagaimana cara pandang seseorang terhadap tubuhnya sebagai entitas diri. Data penelitian ini diperoleh melalui penyebaran kuesioner secara *online* dengan menggunakan teknik *accidental sampling*, yaitu partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian dapat mengisi kuesioner terkait. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 223 perempuan, sehingga menunjukkan bahwa ukuran sampel penelitian ini memadai (Voorhis & Morgan, 2007). Penelitian ini akan menggunakan dua alat ukur, yaitu *Objectified Body Consciousness Scale* (McKinley & Hyde, 1996) dan skala *Negative Physical Self-Scale-Fatness* (Chen dkk., 2006). Skala OBCS yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Astila, Lukman, dan Murdiana (2021) dengan melakukan *back to translate*. Koefisien reliabilitas alat ukur OBCS tergolong tinggi, yaitu nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0.961 untuk sub skala *body surveillance* dan 0.935 untuk sub skala *body shame* (Astila & Murdiana, 2021). Skala NPS-F telah melalui proses penerjemahan dari tim peneliti dengan nilai reliabilitas yang juga tergolong baik, yaitu *Alpha Cronbach* sebesar 0.927. Sub skala *body surveillance* dan *body shame* dari OBCS akan digunakan untuk mengukur *body surveillance* dan *body shame*, dengan masing-

masing sub skala berisi 8 item. Sub skala *body surveillance* menilai frekuensi individu dalam memantau penampilan fisik mereka, sementara sub skala *body shame* untuk menilai sejauh mana individu merasa malu tentang tubuhnya saat menganggap dirinya tidak memenuhi standar budaya perihal penampilan. Item-item OBCS diberi skor berdasarkan skala *Likert* yang berkisar dari 1 (sangat tidak setuju) sampai 7 (sangat setuju). Semakin tinggi skor yang diperoleh pada sub skala *body surveillance* mengindikasikan partisipan semakin sering memperhatikan tubuhnya dan memikirkan tubuhnya dari segi penampilan daripada perasaannya. Begitu pula dengan sub skala *body shame*, semakin tinggi skor yang diperoleh mengindikasikan partisipan menganggap dirinya sebagai orang yang buruk karena tidak dapat memenuhi ekspektasi budaya terhadap tubuhnya.

Body dissatisfaction diukur dengan 11 item dari NPS-F yang menilai pikiran, perasaan, proyeksi, dan perilaku individu yang berhubungan dengan memandang diri sebagai kelebihan berat badan. Item NPS-F diberi skor berdasarkan skala *Likert* yang berkisar dari 1 (Tidak pernah) sampai 5 (Selalu). Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi ketidakpuasan partisipan terhadap tubuhnya, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan semakin rendah ketidakpuasan partisipan akan tubuhnya.

Penelitian ini akan menggunakan metode analisis data berupa *Mediation*

Analysis melalui *Structural Equations Modeling* (SEM) dengan menggunakan aplikasi JASP versi 0.16 (JASP Team, 2021). SEM adalah teknik multivariat untuk mengevaluasi hubungan kausal multivariat, yaitu dengan menguji efek langsung maupun tidak langsung pada hubungan kausal yang diasumsikan dalam suatu penelitian (Fan dkk., 2016). SEM merupakan kombinasi dari dua metode statistik, yaitu *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) untuk mengestimasi ciri-ciri psikologis laten seperti *attitude* dan *satisfaction*, serta *path analysis* untuk memperoleh hubungan sebab dan akibat antar variabel dengan membuat *path diagram* (Fan dkk., 2016). Hipotesis dari penelitian ini akan diuji melalui analisis mediasi dari SEM untuk melihat apakah pengaruh variabel independen pada hasil dapat dimediasi oleh variabel moderator (Gunzler, Chen, Wu, & Zhang, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum setiap variabel diolah melalui analisis mediasi, *factor scores* dari masing-masing variabel dicari terlebih dahulu melalui *confirmatory factor analysis* (CFA). Hasil *factor loading* dengan rentang yang terkecil

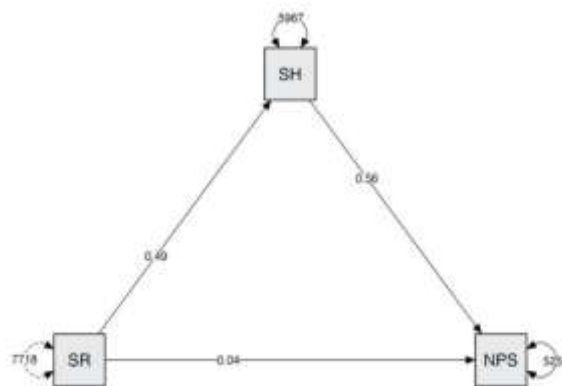
hingga yang terbesar untuk setiap variabel adalah sebagai berikut: *body surveillance* (0.599-0.710), *body shame* (0.459-0.750), dan *negative physical self* (0.580-0.878). Setiap muatan tersebut telah melampaui batas minimal sebesar 0.4 (Siaputra & Natalya, 2016), sehingga setiap butir dapat dikatakan baik. Hasil *factor scores* yang diperoleh kemudian diolah menggunakan *mediation analysis* dalam SEM di program JASP (JASP Team, 2021) dengan hasil yang dipaparkan pada Tabel 1. *Mediation analysis* dilakukan untuk menilai peran mediator *body shame* (SH) pada hubungan antara *body surveillance* (SR) dan *negative physical self* (NPS) sebagai *body dissatisfaction*. Hasil pada Tabel 1 mengungkapkan bahwa *total effect* dari *body surveillance* terhadap *body dissatisfaction* adalah signifikan ($E = 0.311$, $z = 4.828$, $p < 0.001$). Bila variabel mediator *body shame* tidak dimasukkan, *direct effect* dari *body surveillance* terhadap *body dissatisfaction* ditemukan tidak signifikan ($E = 0.037$, $z = 0.591$, $p = 0.554$). Namun saat *body shame* dimasukkan sebagai variabel mediator, *indirect effect body surveillance* pada *body dissatisfaction* menjadi signifikan ($E = 0.274$, $z = 6.062$, $p < 0.001$).

Tabel 1. Hasil Analisis Mediasi

<i>Total effect</i>		<i>Direct effect</i>		<i>Indirect effect (SR → SH → NPS)</i>				
<i>Coeff</i>	<i>p-value</i>	<i>Coeff</i>	<i>p-value</i>	<i>Coeff</i>	<i>SD</i>	<i>z-value</i>	<i>p-value</i>	<i>95% CI</i>
0.311	< .001	0.037	0.554	0.274	0.045	6.062	< .001	0.185- 0.362

Hasil ini mengungkapkan bahwa hubungan antara *body surveillance* dan *body dissatisfaction* termasuk *full mediation*, karena dimediasi sepenuhnya oleh *body shame*. Melalui proses *full mediation*, dapat dikatakan bahwa *body surveillance* yang lebih tinggi secara signifikan berhubungan dengan *body dissatisfaction* yang lebih tinggi secara tidak langsung melalui *body shame* yang lebih tinggi. Hasil penelitian pada Gambar 1 menunjukkan bahwa *body surveillance* memengaruhi *body dissatisfaction* secara tidak langsung melalui *body shame* pada para perempuan dewasa awal di Surabaya, sehingga hipotesis penelitian ini diterima. Tingkat *body surveillance* yang tinggi berhubungan secara signifikan dengan *body dissatisfaction* yang tinggi melalui *body shame* dan begitu pula dengan hubungan sebaliknya. Hal ini mengungkapkan bahwa semakin sering perempuan memantau penampilan fisik tubuhnya, semakin sering dirinya merasa malu akan penampilan fisiknya karena tidak sesuai dengan standar

kecantikan yang berlaku, sehingga membawanya pada ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Temuan ini mendukung kerangka teori objektifikasi yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa objektifikasi diri yang bermanifestasi melalui *body surveillance* kemudian berdampak pada *negative subjective experiences* seperti *body shame*, yang kemudian menyebabkan *body dissatisfaction* hingga beresiko untuk mengidap gangguan makan (Calegro, 2012; Knauss dkk., 2008). Dari praktik budaya akan objektifikasi seksual berupa tatapan dan komentar yang dilontarkan pada tubuh perempuan, hingga pelecehan dan kekerasan yang dialami oleh perempuan, turut membentuk *self-objectification* atau pandangan yang mengobjektifikasi diri pada perempuan. Objektifikasi diri merupakan konsekuensi psikologis pertama yang muncul pada perempuan sebagai akibat dari hidup dalam lingkungan budaya yang mengobjektifikasi perempuan secara seksual (Calegro, 2012; Rao, Ola, & Sharma, 2020).



Gambar 1. Hasil Path Analysis

Objektifikasi diri yang merupakan proses kognitif dipengaruhi oleh standar kecantikan yang beredar di masyarakat dan diwujudkan ke dalam bentuk perilaku *body surveillance*, yang mana perempuan secara konstan memantau tubuhnya sendiri untuk membandingkan tubuhnya dengan tubuh ideal yang sempurna, lantas membuat dirinya merasa malu ketika tubuhnya tidak sesuai dengan tubuh ideal yang diinternalisasi, hingga mengalami *body dissatisfaction* (Knauss dkk., 2008; Sun, 2018).

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Knauss dkk. (2008) yang menemukan bahwa hubungan antara *body surveillance* dan *body dissatisfaction* pada perempuan dimediasi sepenuhnya oleh *body shame*. Temuan penelitian ini juga selaras dengan penelitian Sun (2018) yang memperoleh hasil adanya hubungan signifikan antara *body surveillance* dan *body dissatisfaction* yang dimediasi oleh *body shame*. Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting, karena *body shame* merupakan prediktor kuat akan *body image disturbances* dan gangguan makan (Jackson, Zheng, & Chen, 2015).

Selain itu, implikasi terkait dengan intervensi adalah untuk mempertimbangkan konteks sosial setempat yang lebih besar dibandingkan dengan fokus pada patologi individu sebagai sumber dari permasalahan *body image*. Pada perempuan muda yang mungkin tertekan oleh penampilan fisik mereka, peningkatan kesadaran akan biaya

personal dan sosial untuk mengejar standar kecantikan yang tidak realistis mungkin dapat menjadi fokus intervensi awal untuk mendorong perbedaan antara apa yang diharapkan atau ditentukan secara sosial dengan apa yang sebenarnya sehat bagi seseorang (Jackson, Zheng, & Chen, 2015). Misalnya dengan latihan verbal, tertulis, dan perilaku yang menantang penggambaran penampilan ideal yang tidak realistis melalui *role-play* atau menghadapi situasi dalam keseharian dapat membantu seseorang untuk mengurangi tekanan sosial akan penampilan, *body surveillance*, *body shame*, dan gangguan *body image* seperti *body dissatisfaction* hingga gangguan makanan (Jackson, Zheng, & Chen, 2015).

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini memperluas teori objektifikasi yang ada terkait citra tubuh perempuan di Surabaya, yaitu adanya efek tidak langsung dari *body surveillance* terhadap *body dissatisfaction* yang dapat dijelaskan sepenuhnya melalui *body shame*. Berdasarkan teori objektifikasi, hal ini menunjukkan bahwa permasalahan yang berkaitan dengan citra tubuh perempuan tidak hanya berkaitan dengan patologi individu, namun juga budaya dan norma yang dilanggengkan dalam konteks sosial setempat berupa standar kecantikan yang sedang berlaku. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah rentang usia partisipan yang terbatas dari 18 hingga 25 tahun, serta lokasi yang

juga berfokus pada daerah Surabaya. Walaupun jumlah partisipan telah memadai, namun hasil belum dapat digeneralisasi pada perempuan di luar rentang usia tersebut maupun di luar daerah Surabaya. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat memperluas rentang pada usia partisipan, serta menggunakan beberapa daerah sebagai representasi populasi untuk memperkuat hasil agar dapat digeneralisasi secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V (DSM-V)*. Arlington: American Psychiatric Publishing.
- Astila, S., Lukman, L., & Murdiana, S. (2021). Hubungan antara self-compassion dengan self-objectification pada remaja pengguna Instagram di Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa, 1*(1), 55-67.
- Barnes, M., Abhyankar, P., Dimova, E., & Best, C. (2020). Associations between body dissatisfaction and self-reported anxiety and depression in otherwise healthy men: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE, 15*(2), 1-24. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229268>
- Biolcati, R., Mancini, G., & Villano, P. (2020). 'And yet I'm an adult now': The influence of parental criticism on women's body satisfaction/dissatisfaction during emerging adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth, 25*(1), 599-608. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1699433>
- Bornioli, A., Lewis-Smith, H., Smith, A., Slater, A., & Bray, I. (2019). Adolescent body dissatisfaction and disordered eating: Predictors of later risky health behaviours. *Social Science and Medicine, 238*(July), 112458. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.112458>
- Calogero, R. M. (2012). Objectification theory, self-objectification, and body image. In *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* (vol. 2). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00091-2>
- Chen, H., Jackson, T., & Huang, X. (2006). The Negative Physical Self Scale: Initial development and validation in samples of Chinese adolescents and young adults. *Body Image, 3*(4), 401-412. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2006.07.005>
- Eating Disorder Statistics*. (2021). Retrieved from National Association of Anorexia Nervosa and Associated Disorders: <https://anad.org/get-informed/about-eating-disorders/eating-disorders-statistics/>
- Fallon, E. A., Harris, B. S., & Johnson, P. (2014). Prevalence of body

- dissatisfaction among a United States adult sample. *Eating Behaviors*, 15(1), 151-158. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.11.007>
- Fan, Y., Chen, J., Shirkey, G., John, R., Wu, S. R., Park, H., & Shao, C. (2016). Applications of structural equation modeling (SEM) in ecological studies: An updated review. *Ecological Processes*, 5(1). <https://doi.org/10.1186/s13717-016-0063-3>
- Fernández-Aranda, F., Casas, M., Claes, L., Bryan, D. C., Favaro, A., Granero, R., Gudiol, C., Jiménez-Murcia, S., Karwautz, A., Le Grange, D., Menchón, J. M., Tchanturia, K., & Treasure, J. (2020). COVID-19 and implications for eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 28(3), 239-245. <https://doi.org/10.1002/erv.2738>
- Fitzsimmons-Craft, E. E., Harney, M. B., Koehler, L. G., Danzi, L. E., Riddell, M. K., & Bardone-Cone, A. M. (2012). Explaining the relation between thin ideal internalization and body dissatisfaction among college women: The roles of social comparison and body surveillance. *Body Image*, 9(1), 43-49. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.09.002>
- Gunzler, D., Chen, T., Wu, P., & Zhang, H. (2013). Introduction to mediation analysis with structural equation modeling. *Shanghai Archives of Psychiatry*, 25(6), 390-394. <https://doi.org/10.3969/j.issn.1002-0829.2013.06.009>
- Heider, N., Spruyt, A., & De Houwer, J. (2017). Body dissatisfaction revisited: On the importance of implicit beliefs about actual and ideal body image. *Psychologica Belgica*, 57(4), 158-173. <https://doi.org/10.5334/pb.362>
- Herawati, V. (2003). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan body dissatisfaction*. Skripsi (tidak diterbitkan). Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Jackson, T., Zheng, P., & Chen, H. (2015). Features of objectified body consciousness and sociocultural perspectives as predictors of eating and body image disturbances among young women and men in China. *Journal of Gender Studies*, 25(5), 599-612. <https://doi.org/10.1080/09589236.2015.1073144>
- JASP Team (2021). JASP (Version 0.16)[Computer software].
- 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(9-10), 633-643. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9474-7>

- Krisnani, H., Santoso, M. B., & Putri, D. (2018). Gangguan makan anorexia nervosa dan bulimia nervosa pada remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 399. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i3.18618>
- Lane, J. A. (2015). Counseling emerging adults in transition: Practical applications of attachment and social support research. *The Professional Counselor*, 5(1), 15-27. <https://doi.org/10.15241/jal.5.1.15>
- McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The objectified body consciousness scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181-215. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1996.tb00467.x>
- Prima, E., & Sari, P. (2013). Hubungan antara body dissatisfaction dengan kecenderungan perilaku diet pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 17-30.
- Rao, N., Ola, M., & Sharma, V. (2020). Sexual objectification of women. *Media and Related Mental Health Risks: A Review*, 8(1), 38-41.
- Siaputra, I. B., & Natalya, L. (2016). *Teori dan praktek cara asyik belajar pengukuran psikologis*. Surabaya: Center for Lifelong Learning
- Sun, Q. (2018). Materialism, body surveillance, body shame, and body dissatisfaction: Testing a mediational model. *Frontiers in Psychology*, 9(OCT), 1-4. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02088>
- ZAP Beauty Clinic & Markplus Inc. (2020). ZAP Beauty Index 2020. *Mark Plus Inc*, 1-36.