LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027

Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026.
Online ISSN: 3026-7889

GAMBARAN *BODY DISSATISFACTION* PADA MODEL PEREMPUAN *EMERGING ADULTHOOD*

Nurihdaa Enggar Sarinastiti[1*], Onny Fransinata Anggara[2]
[1,2]Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia
E-mail: nurihdaa.22127@mhs.unesa.ac.id

Abstract

The development of appearance-based industries supported by social media has reinforced specific beauty standards that position the body as an object of social and professional evaluation. This condition increases vulnerability to body dissatisfaction, particularly among women in the emerging adulthood phase who work as models. This study aims to obtain an in-depth understanding of experiences of body dissatisfaction among female models in emerging adulthood within the context of professional demands in the modeling industry. A qualitative approach with a multi-subject case study design was employed. Participants consisted of three female models aged 18–25 years who were actively involved in modeling as agency-affiliated or freelance models. Data were collected through semi-structured in-depth interviews. Data analysis followed the Miles and Huberman qualitative analysis model, including data reduction, data display, and conclusion drawing and verification. Analysis was conducted using within-case and cross-case strategies. The findings indicate that body dissatisfaction was not experienced as a global body evaluation but focused on specific body aspects with high instrumental value in modeling. These aspects included skin and facial conditions, body shape and weight, and height. Body dissatisfaction elicited negative emotional responses such as shame, sadness, and mental fatigue and encouraged compensatory efforts focused on the body. Experiences of body dissatisfaction occurred within professional pressure, appearance-based social comparison, and body objectification. This study confirms that body dissatisfaction among female models in emerging adulthood represents a psychosocial phenomenon shaped through the interaction of industry demands, continuous social evaluation, and developmental characteristics of emerging adulthood.

Keywords: Body Dissatisfaction, Emerging Adulthood, Female Models.

Abstrak

Perkembangan industri berbasis penampilan yang didukung oleh media sosial telah memperkuat standar kecantikan tertentu yang menempatkan tubuh sebagai objek evaluasi sosial dan profesional. Kondisi tersebut meningkatkan kerentanan

Article history
Received: Januari 2026
Reviewed: Januari 2026
Published: Januari 2026
Plagiarism Checker No 77
DOI : Prefix DOI : 10.8734/Musytari.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis

This work is licensed under a creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license

terhadap *body dissatisfaction*, khususnya pada perempuan yang berada pada fase *emerging adulthood* dan bekerja sebagai model. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai gambaran pengalaman *body dissatisfaction* pada model perempuan *emerging adulthood* dalam konteks tuntutan profesional dunia modeling. Pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus multi-subjek digunakan dalam penelitian ini. Partisipan penelitian terdiri atas tiga model perempuan berusia 18–25 tahun yang aktif dalam dunia modeling, baik sebagai model agensi maupun freelance. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur. Analisis data menggunakan model analisis kualitatif Miles dan Huberman yang meliputi tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Analisis dilakukan secara within-case dan cross-case. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* tidak dialami sebagai penilaian global terhadap tubuh, melainkan terfokus pada aspek tubuh tertentu yang memiliki nilai instrumental tinggi dalam dunia modeling. Aspek tersebut meliputi kondisi kulit dan wajah, bentuk dan berat badan, serta tinggi badan. Ketidakpuasan terhadap tubuh memunculkan respons emosional negatif berupa rasa malu, sedih, dan kelelahan mental, serta mendorong upaya kompensasi yang berfokus langsung pada tubuh. Pengalaman *body dissatisfaction* berlangsung dalam konteks tekanan profesional, perbandingan sosial berbasis penampilan, dan objektifikasi tubuh. Penelitian ini menegaskan bahwa *body dissatisfaction* pada model perempuan *emerging adulthood* merupakan fenomena psikososial yang terbentuk melalui interaksi antara tuntutan industri, evaluasi sosial berkelanjutan, dan karakteristik perkembangan *emerging adulthood*.

Kata Kunci: *Body Dissatisfaction*, *Emerging Adulthood*, Model Perempuan.

PENDAHULUAN

Perkembangan media sosial di Indonesia telah memperkuat budaya visual yang memengaruhi cara individu memandang tubuh dan penampilan fisik. Kelompok usia emerging adulthood merupakan pengguna aktif platform berbasis visual, seperti Instagram dan TikTok, yang menampilkan konten penampilan secara intens dan berulang (APJII, 2024). Paparan visual tersebut menjadikan penampilan fisik sebagai objek evaluasi sosial yang dominan, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap body dissatisfaction pada perempuan emerging adulthood (Rachmat dkk., 2024).

Standar kecantikan perempuan Indonesia yang berkembang saat ini cenderung bersifat sempit dan homogen, dengan penekanan pada tubuh langsing, kulit cerah, dan penampilan yang terawat. Standar tersebut direproduksi secara luas melalui media sosial dan industri kecantikan, sehingga mudah terinternalisasi oleh perempuan dewasa awal (ZAP Clinic, 2023). Internalisasi standar kecantikan yang tidak realistis berkontribusi terhadap munculnya

ketidakpuasan tubuh ketika individu menilai dirinya tidak sesuai dengan gambaran ideal yang berlaku (Arthantie, 2024).

Body dissatisfaction dipahami sebagai penilaian negatif terhadap tubuh yang muncul akibat ketidaksesuaian antara persepsi tubuh aktual dan standar tubuh ideal yang diharapkan (Cash & Pruzinsky, 2002). Ketidakpuasan terhadap tubuh tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik, tetapi juga melibatkan proses kognitif dan emosional dalam menilai diri (Amarina & Laksmiwati, 2021). Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa body dissatisfaction pada perempuan emerging adulthood berkaitan dengan kecenderungan melakukan social comparison berbasis penampilan fisik (Ananta & Suhadianto, 2022). Paparan media sosial memperkuat proses perbandingan tersebut melalui representasi tubuh ideal yang telah dikurasi secara visual (Celine & Soetjiningsih, 2024). Kerentanan terhadap body dissatisfaction menjadi semakin signifikan pada perempuan yang bekerja di industri berbasis penampilan, khususnya profesi model. Profesi model menempatkan tubuh sebagai fokus utama evaluasi profesional, sehingga standar fisik tidak hanya memengaruhi identitas personal, tetapi juga menentukan peluang kerja (Simanjuntak & Harahap, 2022). Tekanan profesional yang berlangsung secara berkelanjutan menjadikan model perempuan emerging adulthood berada pada posisi yang rentan mengalami body dissatisfaction (Rachmat dkk., 2024).

Fenomena tersebut dapat dipahami melalui Social Comparison Theory yang menjelaskan bahwa individu memiliki dorongan untuk mengevaluasi diri melalui perbandingan sosial dengan orang lain, terutama dalam situasi yang minim standar objektif (Festinger, 1954). Dalam konteks industri modeling, perbandingan sosial berbasis penampilan berlangsung secara intens dan berulang, sehingga membentuk cara model perempuan memaknai tubuh sebagai bagian dari identitas profesionalnya (Adibah & Fabiansyah, 2024). Namun, penelitian mengenai body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood di Indonesia masih terbatas dan didominasi pendekatan kuantitatif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengalaman body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood secara mendalam dalam konteks profesional dunia modeling.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memahami secara mendalam pengalaman body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood dalam konteks profesional dunia modeling. Desain studi kasus dipilih karena memungkinkan pengkajian fenomena secara holistik dengan mempertimbangkan konteks personal, sosial, dan profesional partisipan (Creswell, 2015). Partisipan penelitian ditentukan melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu, yaitu perempuan berusia 18–25 tahun, aktif dalam dunia modeling (agensi maupun freelance) minimal satu tahun, serta memiliki pengalaman ketidakpuasan terhadap tubuh dan tekanan penampilan dari lingkungan profesional maupun media sosial. Penelitian melibatkan tiga partisipan yang masing-masing diperlakukan sebagai satu kasus, kemudian dianalisis secara lintas kasus untuk mengidentifikasi pola persamaan dan perbedaan pengalaman.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur. Teknik ini memungkinkan eksplorasi pengalaman subjektif partisipan terkait body dissatisfaction, tuntutan industri modeling, proses pemaknaan terhadap tubuh, serta respons terhadap tekanan penampilan. Seluruh wawancara dilakukan secara individual, direkam dengan persetujuan partisipan, dan ditranskripsikan secara verbatim. Analisis data dilakukan menggunakan model

analisis data kualitatif Miles dan Huberman yang meliputi tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi (Miles & Huberman, 2014). Analisis dilakukan secara within-case untuk memahami pengalaman masing-masing partisipan, kemudian dilanjutkan dengan cross-case analysis guna memperoleh gambaran komprehensif mengenai fenomena body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood.

Uji keabsahan data pada penelitian ini dilakukan untuk menjamin validitas dan reliabilitas temuan penelitian. Dalam penelitian kualitatif, keabsahan data penting agar hasil penelitian benar-benar merepresentasikan pengalaman dan pandangan partisipan secara autentik. Penelitian ini menggunakan kriteria *credibility, transferability, dependability*, *dan confirmability* sebagaimana tituliskan dalam Hardani dkk. (2022). Untuk menjamin credibility, peneliti melakukan *prolonged engagement* (keterlibatan yang cukup lama), *triangulasi sumber* dan *triangulasi teknik*, serta *member check* kepada partisipan guna memastikan kesesuaian antara hasil interpretasi peneliti dengan pengalaman partisipan yang sebenarnya. *Transferability* dijaga dengan memberikan deskripsi konteks penelitian secara rinci sehingga pembaca dapat menilai kesesuaian hasil dengan konteks lain yang serupa. *Dependability* diperoleh melalui pencatatan proses penelitian secara sistematis, termasuk catatan lapangan, transkrip wawancara, dan prosedur analisis sehingga dapat diaudit. *Confirmability* dijaga dengan menyertakan bukti temuan berupa kutipan langsung dari partisipan dan mendokumentasikan proses analisis agar interpretasi yang dibuat bersifat transparan dan dapat dipertanggungjawabkan (Zulfah dkk., 2022; Hardani et al., 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data kualitatif yang diperoleh melalui wawancara mendalam menunjukkan bahwa pengalaman body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood tidak dialami secara menyeluruh terhadap tubuh, melainkan terfokus pada bagian-bagian tubuh tertentu yang memiliki nilai visual dan fungsional tinggi dalam konteks pekerjaan modeling. Ketidakpuasan terhadap tubuh muncul sebagai hasil dari evaluasi negatif partisipan terhadap aspek fisik yang dipersepsikan tidak sesuai dengan standar kecantikan maupun tuntutan profesional yang berlaku di industri modeling. Proses analisis menghasilkan lima tema superordinat yang menggambarkan bentuk body dissatisfaction, respons emosional yang menyertainya, serta strategi yang digunakan partisipan dalam merespons ketidakpuasan terhadap tubuh.

Tabel 4.1 Tema *Body dissatisfaction* pada Model Perempuan *Emerging adulthood*

Tema Superordinat	Tema Emergen	Objek Tubuh	Indikator Utama	Subjek
Ketidakpuasan terhadap kondisi kulit dan wajah	Ketidakpuasan jerawat	Kulit wajah	Breakout, malu tampil, takut dinilai	A
	Ketidakpuasan warna kulit	Warna kulit	Kulit sawo matang dianggap tidak ideal	N
Ketidakpuasan terhadap bentuk dan berat badan	Ketidakpuasan tubuh berisi	Bentuk tubuh	Merasa lebih besar dari model lain	A
	Ketidakpuas	Berat	Stres, komentar sosial	N

	an kenaikan berat badan	badan		
	Penghindaran tubuh	Bentuk dan berat badan	Menghindari pakaian dan pose tertentu	A, N
Ketidakpuasan terhadap tinggi badan	Ketidakpuasan tinggi badan	Tinggi tubuh	Merasa tidak ideal	E
	Perbandingan tinggi badan	Tinggi tubuh	Merasa tidak percaya diri	E
Strategi coping	Perawatan tubuh intensif	Kulit	Klinik dan treatment puluhan juta	A, N
	Diet dan regulasi tubuh	Berat badan	Diet ketat, olahraga terkontrol	A, N
	Perilaku berisiko	kulit	Konsumsi zat beerbahaya	N
Respon emosional	Rasa malu dan sedih	Tubuh spesifik	Menangis dan takut dilihat	A, N

Ketidakpuasan terhadap kondisi kulit dan wajah merupakan bentuk body dissatisfaction yang paling menonjol, khususnya pada partisipan A dan N. Kulit wajah dipersepsikan sebagai pusat perhatian visual dalam pekerjaan modeling, sehingga kondisi seperti jerawat atau warna kulit tertentu menjadi sumber evaluasi diri yang negatif. Partisipan A menggambarkan pengalaman breakout parah sebagai kondisi yang memicu rasa insecure yang intens dan berkelanjutan, serta memunculkan ketidaknyamanan saat harus tampil di depan kamera atau publik. Partisipan N menunjukkan ketidakpuasan yang berfokus pada warna kulit sawo matang yang dipersepsikan tidak sesuai dengan standar kecantikan dominan, sehingga memperluas evaluasi negatif terhadap tubuh secara keseluruhan meskipun berakar pada satu aspek fisik tertentu.

Bentuk body dissatisfaction lainnya berkaitan dengan bentuk dan berat badan, yang dialami oleh partisipan A dan N. Tubuh yang dipersepsikan lebih berisi atau mengalami kenaikan berat badan dimaknai sebagai kondisi yang tidak lagi ideal dalam konteks modeling. Perbandingan dengan model lain serta komentar sosial memperkuat evaluasi negatif terhadap tubuh, sehingga memengaruhi rasa nyaman partisipan terhadap penampilannya. Ketidakpuasan ini tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga tercermin dalam perilaku penghindaran, seperti menghindari pakaian atau pose tertentu yang dianggap menonjolkan bagian tubuh yang tidak disukai.

Ketidakpuasan terhadap tinggi badan muncul sebagai tema khas pada partisipan E. Tinggi badan dipersepsikan sebagai aspek tubuh yang tidak dapat diubah dan menjadi faktor pembatas dalam mengakses jenis pekerjaan modeling tertentu. Kesadaran akan perbedaan tinggi badan semakin menguat ketika partisipan berada di lingkungan profesional bersama model lain yang memiliki tinggi badan lebih ideal. Pengalaman ini menunjukkan bahwa body dissatisfaction juga dapat muncul dalam bentuk kesadaran terhadap keterbatasan fisik yang bersifat permanen dan berdampak pada persepsi peluang profesional.

Sebagai respons terhadap ketidakpuasan tubuh, partisipan menunjukkan berbagai strategi coping yang berorientasi pada pengendalian dan perubahan tubuh. Perawatan tubuh intensif, khususnya perawatan kulit, dilakukan sebagai upaya mengurangi ketidakpuasan terhadap kondisi fisik. Regulasi berat badan melalui diet dan olahraga juga menjadi strategi yang digunakan untuk mendekatkan tubuh pada standar yang diharapkan. Pada beberapa kasus, upaya tersebut berkembang menjadi perilaku berisiko yang berpotensi membahayakan kesehatan, yang menunjukkan kuatnya tekanan untuk memenuhi standar penampilan tertentu.

Ketidakpuasan terhadap tubuh juga memunculkan respons emosional negatif yang signifikan. Partisipan menggambarkan pengalaman rasa malu, kesedihan, kelelahan mental, serta ketakutan akan penilaian orang lain yang muncul akibat evaluasi negatif terhadap tubuh. Respons emosional ini menunjukkan bahwa body dissatisfaction tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik, tetapi juga berdampak langsung pada kesejahteraan psikologis partisipan dalam kehidupan sehari-hari. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood termanifestasi melalui ketidakpuasan terhadap aspek tubuh tertentu yang relevan secara profesional, memunculkan respons emosional negatif, serta mendorong berbagai upaya kompensasi terhadap tubuh. Seluruh pengalaman tersebut berlangsung dalam konteks dunia modeling yang menempatkan tubuh sebagai objek evaluasi utama dan berkelanjutan.

Pembahasan

Pembahasan ini menafsirkan temuan penelitian mengenai body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood dengan mengaitkannya pada kerangka teori dan penelitian terdahulu. Body dissatisfaction dalam penelitian ini dipahami sebagai ketidakpuasan subjektif terhadap aspek tubuh tertentu yang dinilai tidak sesuai dengan standar ideal dalam konteks sosial dan profesional dunia modeling. Temuan menunjukkan bahwa ketidakpuasan tubuh tidak muncul sebagai penilaian global terhadap tubuh, melainkan terfokus pada bagian tubuh yang memiliki visibilitas tinggi dan nilai instrumental dalam pekerjaan modeling. Pola ini menegaskan bahwa body dissatisfaction terbentuk melalui interaksi antara tuntutan industri berbasis penampilan, proses evaluasi sosial, dan karakteristik perkembangan pada fase emerging adulthood.

Ketidakpuasan terhadap kondisi kulit dan wajah yang dialami partisipan dapat dipahami sebagai bentuk appearance-based body dissatisfaction, yaitu ketidakpuasan yang terpusat pada bagian tubuh yang paling terlihat dan menjadi objek utama penilaian eksternal. Wajah memiliki posisi sentral dalam dunia modeling sebagai media representasi visual, sehingga kondisi seperti jerawat atau warna kulit tertentu memperbesar jarak antara tubuh aktual dan tubuh ideal yang diinternalisasi. Teori objektifikasi menjelaskan bahwa ketika tubuh diperlakukan sebagai objek yang dinilai semata-mata berdasarkan penampilan, individu cenderung menginternalisasi sudut pandang eksternal dalam menilai tubuhnya sendiri. Pengalaman partisipan yang harus menyesuaikan penampilan wajah melalui berbagai modifikasi memperkuat proses objektifikasi dan mempertahankan body dissatisfaction sebagai pengalaman yang berulang.

Ketidakpuasan terhadap bentuk dan berat badan dapat dijelaskan melalui Social Comparison Theory, yang menyatakan bahwa individu mengevaluasi diri melalui perbandingan dengan orang lain dalam konteks yang relevan secara sosial. Lingkungan modeling menyediakan kondisi yang sangat kondusif bagi terjadinya upward social comparison, karena tubuh model lain berfungsi sebagai standar pembanding yang terus hadir. Perbandingan _tersebut

memperkuat persepsi kekurangan tubuh sendiri dan mendorong evaluasi diri yang bersifat relatif. Temuan mengenai perilaku penghindaran tubuh serta regulasi berat badan menunjukkan bahwa body dissatisfaction tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga termanifestasi dalam perilaku yang bertujuan mengurangi ketegangan psikologis akibat ketidaksesuaian antara tubuh aktual dan tubuh ideal.

Ketidakpuasan terhadap tinggi badan merepresentasikan bentuk body dissatisfaction yang berkaitan dengan aspek tubuh yang sulit dimodifikasi. Tinggi badan memiliki fungsi struktural dalam dunia modeling, terutama pada jenis pekerjaan tertentu, sehingga ketidaksesuaian dengan standar industri membentuk kesadaran akan keterbatasan fisik yang bersifat relatif permanen. Kesadaran tersebut memunculkan ketidakpuasan yang persisten, meskipun tidak selalu diikuti oleh upaya perubahan tubuh. Pola ini sejalan dengan pandangan bahwa body dissatisfaction juga dapat muncul sebagai respons terhadap batasan fisik yang menghambat akses terhadap peran sosial atau profesional tertentu.

Respons terhadap body dissatisfaction dalam penelitian ini didominasi oleh strategi koping berfokus pada tubuh. Ketidakpuasan terhadap aspek tubuh tertentu mendorong partisipan melakukan berbagai upaya regulasi tubuh sebagai solusi langsung terhadap sumber ketidakpuasan. Dalam kerangka body regulation behaviors, tubuh diperlakukan sebagai objek yang dapat dikendalikan dan dimodifikasi melalui usaha aktif. Strategi ini mencakup bentuk adaptif, seperti perawatan tubuh dan pengaturan pola makan, serta bentuk maladaptif yang berpotensi berisiko terhadap kesehatan. Tekanan profesional dalam industri modeling memperkuat orientasi koping tersebut karena tubuh dipersepsikan sebagai modal kerja utama, sehingga perubahan fisik dimaknai sebagai bentuk investasi profesional.

Body dissatisfaction juga memunculkan respons emosional negatif berupa rasa malu, sedih, dan kelelahan mental. Evaluasi negatif terhadap tubuh memicu distres emosional yang bersifat spesifik terhadap aspek tubuh tertentu dan berlangsung secara berulang. Kelelahan mental yang dialami partisipan mencerminkan sifat kronis body dissatisfaction, di mana tubuh menjadi objek pemikiran dan evaluasi yang terus-menerus. Kondisi ini mempertahankan siklus ketidakpuasan tubuh karena perhatian yang berlebihan terhadap kekurangan fisik memperkuat evaluasi diri yang negatif.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood merupakan fenomena psikososial yang terbentuk melalui objektifikasi tubuh, proses social comparison, serta tuntutan struktural industri modeling. Ketidakpuasan terhadap tubuh tidak dapat dipahami sebagai persoalan individual semata, melainkan sebagai pengalaman yang berakar pada konteks sosial dan profesional. Karakteristik perkembangan emerging adulthood, yang ditandai oleh pencarian validasi sosial dan pembentukan arah karier, semakin memperkuat kerentanan terhadap body dissatisfaction ketika tubuh menjadi pusat evaluasi dan penentu nilai profesional.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood melalui pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa body dissatisfaction dialami sebagai ketidakpuasan terhadap aspek tubuh yang spesifik, bukan sebagai penilaian global terhadap tubuh secara keseluruhan. Ketidakpuasan tubuh berfokus pada kondisi kulit dan wajah, bentuk dan berat badan, serta tinggi badan, yang

dipersepsikan tidak sesuai dengan standar kecantikan dan tuntutan profesional dalam dunia modeling.

Ketidakpuasan terhadap kondisi kulit dan wajah muncul sebagai bentuk body dissatisfaction yang paling dominan. Jerawat parah dan warna kulit tertentu dipersepsikan sebagai hambatan utama dalam memenuhi tuntutan visual profesi modeling. Kondisi tersebut memicu evaluasi negatif terhadap tubuh karena wajah dipandang sebagai bagian tubuh yang paling terekspos dan menjadi fokus utama penilaian profesional. Ketidakpuasan terhadap bentuk dan berat badan dialami melalui persepsi tubuh yang dianggap terlalu berisi atau tidak lagi ideal. Perubahan berat badan serta perbandingan dengan model lain memperkuat ketidakpuasan terhadap tubuh. Temuan ini menunjukkan bahwa body dissatisfaction terhadap bentuk dan berat badan bersifat dinamis dan sangat sensitif terhadap evaluasi sosial serta tuntutan industri berbasis penampilan. Ketidakpuasan terhadap tinggi badan dialami sebagai bentuk body dissatisfaction yang berkaitan dengan keterbatasan fisik yang sulit diubah. Tinggi badan dipersepsikan sebagai faktor pembatas dalam mengakses jenis pekerjaan modeling tertentu, khususnya runway, sehingga membentuk kesadaran akan batas tubuh yang berdampak pada pengalaman profesional partisipan.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa body dissatisfaction memunculkan respons emosional negatif, seperti rasa malu, sedih, dan kelelahan mental, sebagai konsekuensi langsung dari ketidakpuasan terhadap tubuh. Ketidakpuasan tersebut mendorong berbagai upaya kompensasi terhadap tubuh, mulai dari perawatan intensif hingga tindakan berisiko, sebagai usaha untuk menyesuaikan tubuh dengan standar yang diharapkan.

Secara keseluruhan, body dissatisfaction pada model perempuan emerging adulthood terbentuk melalui interaksi antara standar kecantikan industri, proses perbandingan sosial, objektifikasi tubuh, serta karakteristik perkembangan emerging adulthood. Body dissatisfaction tidak hanya memengaruhi pengalaman personal partisipan, tetapi juga membentuk cara partisipan memaknai tubuh, mengelola penampilan, dan menjalani peran profesionalnya dalam dunia modeling.

DAFTAR PUSTAKA

Adibah, A., & Fabiansyah, A. (2024). Peran social comparison sebagai mediator antara dietary behaviors dan body dissatisfaction pada perempuan emerging adulthood. *Jurnal Psikologi Karakter, 4*(1), 1–10. https://journal.unibos.ac.id/jpk/article/view/4261

Al Aziz, A. A. (2020). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan tingkat depresi pada mahasiswa. *Acta Psychologia, 2*(2), 92–107. http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia

Alifa, A. N., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan social comparison dan body dissatisfaction pada wanita overweight. *Proyeksi, 15*(2), 110–119. https://ojs.unud.ac.id/index.php/proyeksi/article/view/59768

Amarina, F. N., & Laksmiwati, H. (2021). Hubungan antara komparasi sosial dan body dissatisfaction pada perempuan pengguna Instagram di Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 8*(6), 1–11. https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i6.41526

Ananta, A., & Suhadianto. (2022). Body dissatisfaction pada wanita masa emerging adulthood: Bagaimana peranan social comparison dan perfeksionisme. *Psikostudia: Jurnal Psikologi, 11*(4), 532–541. https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/PSIKO/article/view/8853

Arthantie, S. D., & Rahmasari, D. (2024). Hubungan antara social comparison dengan body

dissatisfaction pada perempuan dewasa awal pengguna TikTok. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 11*(1), 465–480. https://doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.61567

Arini, R. (2021). Emerging adulthood: Pengembangan teori Erikson mengenai teori psikososial pada abad ke-21. *Jurnal Psyche*. https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/psyche/article/view/6196

Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3–19). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/11381-001

Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press. https://psycnet.apa.org/record/2014-41921-000

Arnett, J. J., Trzesniewski, K. H., & Donnellan, M. B. (2013). The dangers of generational myth-making: Rejoinder to Twenge. *Emerging Adulthood, 1*(1), 17–20. https://doi.org/10.1177/2167696812466848

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). *APJII jumlah pengguna internet Indonesia tembus 221 juta orang*. https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang

Azmy, N., & Dewi, R. S. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi body dissatisfaction pada remaja putri di Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan, 6*(2), 1–10. https://jim.unsyiah.ac.id/FKEP/article/view/18647

Badjree, K. A., & Muniroh, L. (2018). Hubungan body image, asosiasi emosional, dan pola konsumsi dengan status anemia pramugari. *Media Gizi Indonesia, 12*(2), 133–142. https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/5249

Bogár, N., Sipos, N., Pohl, Á., Sándor, A., & Pilling, J. (2024). Higher orthorexia tendency among female fashion models: An empirical international study. *Frontiers in Psychology, 15*, 1360181. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1360181

Brice, J. (2025). Sportswomen, social media, and gendered affective labor. *Feminist Media Studies*. https://doi.org/10.1080/14413523.2025.2532216

Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.

Celine, C., & Soetjiningsih, C. H. (2024). Social comparison dan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal pengguna Instagram. *Innovative: Journal of Social Science Research, 4*(3), 3291–3300. https://jinnovative.org/index.php/Innovative/article/view/10819

Creswell, J. W. (2015). *Penelitian kualitatif dan desain riset* (3rd ed.). Pustaka Belajar. https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/37624/1/penelitian.pdf

DataReportal. (2025). *Digital 2025: Indonesia*. https://datareportal.com/reports/digital-2025-indonesia

Dewi, R. K., & Dianovinina, K. (2022). Perempuan dan depresi: Pengaruh ketidakpuasan tubuh. *Proyeksi: Jurnal Psikologi, 17*(1), 1–10. https://doi.org/10.30659/jp.17.1.1-10

Dinardinata, A., Fatmasari, A. E., & Indrawati, E. S. (2023). Psychological well-being of emerging adults in relation to their parents during the COVID-19 pandemic. *Jurnal Psikologi, 22*(2), 88–101. https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/88042

Djohan, S. E., Lestari, R. D., Lestari, E., & Napitu, I. C. (2022). Gangguan mental emosional dan depresi pada remaja. *HealthCare Nursing Journal, 4*(2), 429–434. https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/hnj/article/view/5162

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison process. Human relations, 7(2), 117–140.

Garbett, K. M., Lim, M. S. C., Bowring, A. L., & Smith, K. L. (2023). A social media–based intervention to reduce body dissatisfaction among young Indonesian women. *Journal of Medical Internet Research, 25*, e40039. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8838567/

Grogan, S. (2017). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge.

Hardani, A., Andriani, H., Ustiawaty, J., Istiqomah, R. R., Fardani, R. A., & Sukmana, D. J. (2022). *Metode penelitian kualitatif dan kuantitatif*. CV Pustaka Ilmu.

Hidayati, R., & Nugroho, A. (2023). Pengaruh paparan media sosial terhadap body dissatisfaction dan depresi pada perempuan muda. *Jurnal Psikologi Indonesia, 18*(1), 45-58. https://journal.uii.ac.id/IndonesianJournalofPsychology/article/view/26709

Iqomah, I., Meyritha, M., & Yoga, Y. (2023). Gambaran quarterlife crisis pada emerging adulthood. *Jurnal Psikologi Terapan, 4*(2), 93–101. https://doi.org/10.29103/jpt.v4i2.10205

Kristina. (2024). Optimalisasi teknik wawancara dalam penelitian field. *Jurnal STKIP Kusuma Negara*. https://ojs.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/jurnal/article/view/2174

Kurnia, Y. C., & Lestari, S. (2020). Body dissatisfaction dan keterkaitannya dengan subjective well-being pada perempuan emerging adulthood. *MEDIAPSI, 6*(2), 86–93. https://doi.org/10.21776/ub.mps.2020.006.02.2

Linawati, B., & Helmi, A. F. (2025). The relationship between Instagram photo activity and body dissatisfaction in emerging adult women. *Jurnal Psikologi, 52*(1), 15–31. https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/95914

Lubalu, C. A., Lerik, M. D. C., & Benu, J. M. Y. (2022). Body image and depression in emerging adulthood women. *Journal of Health and Behavioral Science, 4*(2), 224–233. https://e-journal.syekhnurjati.ac.id/index.php/jhbs/article/view/13073

Munirah, I. (2024). Studi literatur: Penggunaan media sosial sebagai faktor risiko terjadinya depresi. *Jurnal Medika Hutama, 5*(02), 3842–3853. https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/685

Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). *Analisis data kualitatif: Buku sumber tentang metode-metode baru* (T. R. Rohidi, Trans.). UI Press.

Prima, E., & Puspita Sari, E. (2013). *Hubungan antara body dissatisfaction dengan kecenderungan perilaku diet*. *Jurnal Psikologi Integratif, 1*(1), 17–30. https://doi.org/10.14421/jpsi.2013.%25x

Rachmat, A. P., Riza, W. L., & Aisha, D. (2024). Body dissatisfaction ditinjau dari social comparison pada perempuan dewasa awal. *Guidena, 14*(3), 613–624. https://doi.org/10.24127/gdn.v14i3.10266

Rahayu, N. A. H., & Ariana, A. D. (2021). Hubungan body dissatisfaction dengan depresi pada remaja obesitas. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental, 1*(2), 1420–1426. https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.29704

Ramadani, I. R., Fauziyah, T., & Rozzaq, B. K. (2024). Depresi: Penyebab dan gejala. *BERSATU: Jurnal Pendidikan Bhinneka Tunggal Ika, 2*(2), 89–99. https://doi.org/10.51903/bersatu.v2i2.619

Ridwan. (2024). *Metodologi penelitian*. IPDN Press.

Simanjuntak, M. J. T., & Harahap, J. S. (2022). *The effect of social comparison on female models body image*. Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi, 6(2). https://publikasi.mercubuana.ac.id/index.php/biopsikososial/article/view/16941

Subagyo, A., & Kristian, I. (2023). *Metode penelitian kualitatif*.

Waruwu, M. (2023). Pendekatan penelitian pendidikan: Metode penelitian kualitatif, kuantitatif dan mixed method. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *7*(1), 2896–2910. https://doi.org/10.31004/jptam.v7i1.6187

ZAP Clinic. (2023). *ZAP Beauty Index 2023: Preferensi kecantikan perempuan Indonesia*. https://zapclinic.com/files/ZAP_Beauty_Index_2023.pdf

Zulfah, M., & Husnussaadah. (2022). *Analisis data penelitian kualitatif: Teori dan terapan*. ST Theologia Jaffray.