Kurniati Kurniati

(1) HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PEREMPUAN PENGGUNA TIKTOK DALAM PER...

Bimbingan Konseling

FKIP - UMPalopo

LLDIKTI IX Turnitin Consortium Part III

Document Details

Submission ID

trn:oid:::1:3666598811

Submission Date

Oct 2, 2026, 9:47 AM GMT+7

Download Date

Oct 2, 2026, 9:51 AM GMT+7

File Name

07_Kurniati-5645_-_Kurnia_Nia.pdf

File Size

737.8 KB

12 Pages

4,647 Words

29,465 Characters

11% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Small Matches (less than 15 words)

Top Sources

11% Internet sources
1% Publications
5% Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

11% Internet sources
1% Publications
5% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	
ejournal.unesa.ac.id		2%
2	Internet	
journal.yrpipku.com		1%
3	Internet	
ejournal.cibinstitut.com		1%
4	Student papers	
Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya		<1%
5	Internet	
governmentjournal.org		<1%
6	Internet	
digilib.uinkhas.ac.id		<1%
7	Internet	
journal.uinsuna.ac.id		<1%
8	Internet	
lib.unimma.ac.id		<1%
9	Internet	
repository.uinib.ac.id		<1%
10	Internet	
repository.umnaw.ac.id		<1%
11	Internet	
etheses.uin-malang.ac.id		<1%

12 Internet

repository.ar-raniry.ac.id <1%

13 Internet

core.ac.uk <1%

14 Internet

eprints.walisongo.ac.id <1%

15 Internet

media.neliti.com <1%

16 Internet

ojs.uph.edu <1%

turnitin Page 5 of 16 - Integrity Submission Submission ID trn:oid:::1:3666598811

Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling
Vol 23 (1) Juni 2026 Page 68-79
https://doi.org/10.34005/guidance.v23i01
p-ISSN: 1978-6794
e-ISSN: 2715-5307

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PEREMPUAN PENGGUNA TIKTOK DALAM PERSPEKTIF TEORI *PERSON-CENTERED*

Kurniati[1], Abdul Kadir [2], Syahrir[3]
[123]Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Palopo
Corresponding Email: kurniati221230054@gmail.com

Article History
Received: May 8, 2026; Reviewed: May 9, 2026; Accepted: May 25, 2026; Published: June 30, 2026

Abstract. *This study aims to examine the relationship between body image and self-acceptance among female adolescents who use TikTok in Lamasi District, Luwu Regency, analyzed within the Person-Centered theory framework of Carl Rogers. A quantitative correlational approach was employed with 113 female adolescent TikTok users selected through purposive sampling. Data were collected using body image and self-acceptance questionnaires adapted from Febriani & Rahmasari (2022) with a Likert scale of 1-4. Descriptive statistics, normality (Kolmogorov-Smirnov), linearity, and Pearson Product Moment correlation analyses were conducted using SPSS. Results showed that most respondents had moderate body image (68%) and moderate self-acceptance (68%). Normality was confirmed (Asymp. Sig. = 0.200 > 0.05) and linearity was fulfilled (Deviation from Linearity Sig. = 0.686 > 0.05). Correlation analysis revealed a significant negative relationship (r = −0.225; p = 0.016 < 0.05), indicating that higher negative body image is associated with lower self-acceptance. These findings confirm that TikTok content creates incongruence between ideal self and real self, thereby reducing self-acceptance.*

Keywords: *Body image; self-acceptance; female adolescents; TikTok; Person-Centered theory.*

Abstrak. *Penelitian ini bertujuan mengkaji hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi, Kabupaten Luwu, yang dianalisis dalam kerangka teori Person-Centered Carl Rogers. Pendekatan kuantitatif korelasional digunakan dengan melibatkan 113 remaja perempuan pengguna aktif TikTok yang dipilih melalui purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan angket body image dan penerimaan diri yang diadaptasi dari instrumen Febriani & Rahmasari (2022) dengan skala Likert 1-4. Analisis menggunakan SPSS meliputi statistik deskriptif, uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, uji linieritas, dan korelasi Pearson Product Moment. Hasil menunjukkan sebagian besar responden berada pada kategori sedang untuk body image (68%) dan penerimaan diri (68%). Asumsi normalitas terpenuhi (Asymp. Sig. = 0,200 > 0,05) dan hubungan bersifat linier (Deviation from Linearity Sig. = 0,686 > 0,05). Uji korelasi menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara body image dengan penerimaan diri (r = −0,225; p = 0,016 < 0,05), artinya semakin negatif body image remaja perempuan, semakin rendah penerimaan dirinya.*

Kata Kunci: *Body image; penerimaan diri; remaja perempuan; TikTok; teori Person-Centered.*

Kurniati, Kadir, A., & Syahrir. (2025). Hubungan Antara Body Image dengan Penerimaan Diri pada Remaja Perempuan Pengguna TikTok dalam Perspektif Teori Person-Centered. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 23 (1), page 68-79. https://doi.org/10.34005/guidance.v23i01/5645 © 2025 The Author(s). Publisher: Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Universitas Islam As-Syafiiyah. . https://journal-uia.ac.id/guidance/

turnitin Page 5 of 16 - Integrity Submission Submission ID trn:oid:::1:3666598811

8

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa, di mana periode ini menjadi krusial dalam pembentukan identitas dan penerimaan diri karena ditandai oleh perubahan signifikan secara biologis, psikologis, dan sosial (Santrock, 2005; Alodia & Suryadi, 2021). Di era digital saat ini, media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan remaja, termasuk aplikasi TikTok sebagai salah satu platform paling populer yang dapat memberikan dampak signifikan terhadap persepsi *body image* remaja (Wiyono et al., 2025). Persepsi remaja terhadap tubuhnya, baik positif maupun negatif, akan memengaruhi kepercayaan diri, kemampuan berinteraksi sosial, serta kesejahteraan mental mereka (Alfhatir et al., 2025).

Pengguna internet di Indonesia dari kalangan generasi muda menggunakan internet lebih dari enam jam per hari, dan 51% penggunanya adalah perempuan (Osman, 2025). Laporan tersebut juga mengungkapkan bahwa tujuh dari sepuluh remaja perempuan mengaku konten TikTok mendorong mereka melakukan diet dan olahraga berlebihan hingga membahayakan kesehatan (Febriani & Rahmasari, 2022). Fenomena ini menunjukkan bagaimana media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga membentuk persepsi diri remaja secara mendalam.

Body Image negatif pada remaja perempuan dapat mengakibatkan dampak psikologis yang serius. Data Kementerian Kesehatan Indonesia mencatat bahwa 1 dari 3 remaja mengalami gangguan kesehatan mental, dengan remaja perempuan sebagai kelompok paling rentan, di mana 28% mengalami kecemasan berlebih (Dumar, 2024). Dalam perspektif teori *person-centered* Carl Rogers, kondisi ini dapat dipahami melalui konsep *incongruence*, yaitu kesenjangan antara *real self* kondisi tubuh yang sebenarnya dimiliki remaja dengan *ideal self* yang terbentuk akibat paparan standar kecantikan di TikTok. Media sosial mempengaruhi persepsi remaja terhadap diri sendiri melalui rasa *insecure* atas postingan orang lain tentang kondisi fisik, yang mendorong terbentuknya *body image* negatif dan perspektif negatif terhadap diri sendiri (Maulana, 2024). Kondisi ini diperparah oleh algoritma TikTok yang secara aktif merekomendasikan konten berbasis penampilan fisik, sehingga mendorong remaja melakukan perbandingan sosial ke atas yang semakin memperbesar kesenjangan antara *real self* dan *ideal self* (Ariana et al., 2024). Semakin besar *incongruence* yang dialami akibat *body image* yang semakin negatif, semakin rendah pula kemampuan remaja perempuan untuk menerima dirinya sendiri, karena menurut Rogers, penerimaan diri yang sejati hanya dapat tumbuh ketika individu mampu menghayati dirinya secara kongruen tanpa tekanan konformitas eksternal (Harsantik et al., 2025).

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan *body image* dan penerimaan diri pada remaja. Korelasi positif yang kuat antara *body image* dengan penerimaan diri pada mahasiswi pengguna TikTok (Febriani & Rahmasari, 2022). Kristano & Ambarwati (2024) juga menemukan korelasi positif yang lemah namun signifikan pada remaja pengguna TikTok atau Instagram. Sementara itu, Purwati (2023) menunjukkan bahwa dampak media sosial dapat memunculkan *body image* positif maupun negatif pada remaja putri, sehingga edukasi *body image* diperlukan untuk mengarahkan remaja pada persepsi yang positif. Penelitian Aristantya

(2019) juga menemukan bahwa semakin tinggi dukungan sosial online yang didapatkan remaja, semakin tinggi pula tingkat citra tubuh yang dimiliki.

Meskipun demikian, terdapat kesenjangan penelitian yang perlu diisi. Sebagian besar kajian sebelumnya dilakukan di konteks perkotaan dengan karakteristik sampel yang berbeda, sementara penelitian di wilayah semi-perkotaan seperti Kecamatan Lamasi masih sangat terbatas. Selain itu, kajian yang mengintegrasikan analisis hubungan *body image*–penerimaan diri dengan kerangka Teori *Person-Centered* secara komprehensif juga belum banyak dilakukan. Observasi awal di Kecamatan Lamasi menunjukkan bahwa banyak remaja perempuan mulai membandingkan dirinya dengan konten kreator TikTok yang menampilkan standar kecantikan tertentu, bahkan menunjukkan perilaku tidak percaya diri seperti menghindar saat diajak berfoto tanpa filter kamera.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk (1) menganalisis hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna aplikasi TikTok di Kecamatan Lamasi, dan (2) mengkaji dinamika hubungan tersebut dalam perspektif Teori *Person-Centered* Carl Rogers. Hipotesis yang diajukan adalah: (H_0) Tidak terdapat hubungan signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi; (H_1) Terdapat hubungan signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme dan digunakan untuk penelitian pada populasi atau sampel tertentu untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Mahardini et al., 2024).Desain penelitian yang digunakan adalah korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel (Putri et al., 2025).Secara spesifik, penelitian ini menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk menganalisis hubungan antara body image (X) dengan penerimaan diri (Y) pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja perempuan yang berdomisili di Kecamatan Lamasi, Kabupaten Luwu, Provinsi Sulawesi Selatan, dan aktif menggunakan aplikasi TikTok (memiliki akun, menonton video, dan menggunakan TikTok lebih dari 4 jam per hari). Karena jumlah populasi tidak diketahui secara pasti, besar sampel ditetapkan menggunakan rumus Lemeshow (Lwanga & Lemeshow, 1991; Ahmed, 2024) sehingga diperoleh n = 97 orang. Penelitian ini melibatkan 113 responden yang memenuhi kriteria inklusi tersebut .

Prosedur Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu sesuai tujuan penelitian (Creswell, 2018).

Kriteria inklusi meliputi: (1) berjenis kelamin perempuan, (2) berdomisili di Kecamatan Lamasi, (3) pengguna aktif TikTok dengan durasi minimal 4 jam per hari, dan (4) bersedia berpartisipasi secara sukarela. Pengumpulan data dilaksanakan mulai Januari hingga Maret 2026 di Kecamatan Lamasi, Kabupaten Luwu, Provinsi Sulawesi Selatan.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa angket/kuesioner yang terdiri dari dua skala yang diadaptasi dari instrumen penelitian Febriani & Rahmasari (2022) dengan skala Likert 1-4. Pertama, skala *body image* yang terdiri dari 19 item mencakup lima aspek: evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh (Denich & Ifdil, 2015). Kedua, skala penerimaan diri yang terdiri dari 18 item mencakup tujuh aspek: perasaan setara, kepercayaan terhadap kemampuan diri, tanggung jawab atas perilaku, perhatian dan toleransi terhadap orang lain, berpendirian, kesadaran akan keterbatasan, dan penerimaan sifat kemanusiaan (Hurlock, 2007 dalam Angi Piran et al., 2017). Validitas instrumen diperiksa melalui nilai *corrected item-total correlation* dan reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan SPSS.

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian

Variabel	Jumlah Item	Cronbach's Alpha	n Uji Coba	Keterangan
Body Image	19	0,848	30	Reliabel
Penerimaan Diri	18	0,805	30	Reliabel

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan pada 30 responden, variabel *body image* yang terdiri dari 19 item memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,848 dan variabel penerimaan diri yang terdiri dari 18 item memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,805. Nilai kedua tersebut berada di atas kriteria reliabilitas minimum yaitu 0,70, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian memiliki tingkat konsistensi internal yang baik dan seluruh item pernyataan dinyatakan reliabel serta layak digunakan dalam penelitian.

Prosedur Penelitian

Sebelum mengisi kuesioner, responden diberikan penjelasan terkait tujuan penelitian dan dimintai persetujuan partisipasi (*informed consent*). Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket secara daring menggunakan *Google Form* yang disebarkan melalui media sosial dan komunitas remaja di Kecamatan Lamasi. Data yang terkumpul diperiksa kelengkapannya sebelum dilakukan analisis. Penelitian ini mempertimbangkan prinsip-prinsip etika penelitian, termasuk kerahasiaan identitas responden dan kesukarelaan partisipasi.

Desain dan Analisis Data

Penelitian ini menggunakan desain korelasional kuantitatif untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan antara *body image* (variabel X) dengan penerimaan diri (variabel Y). Analisis data dilakukan secara terstruktur melalui beberapa tahap menggunakan SPSS: (1)

analisis statistik deskriptif; (2) kategorisasi variabel menggunakan nilai mean dan standar deviasi; (3) uji normalitas *one-sample kolmogorov-smirnov* dengan kriteria berdistribusi normal jika Asymp. Sig. > 0,05; (4) uji linieritas menggunakan *ANOVA* Table dengan kriteria linier jika Sig. *Deviation from Linearity* > 0,05; dan (5) uji hipotesis menggunakan korelasi *pearson product moment* pada taraf signifikansi 0,05 *(2-tailed)* (Sugiyono, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

16

HASIL

Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memperoleh gambaran umum mengenai karakteristik data dari dua variabel utama penelitian, yaitu *body image* dan penerimaan diri. Data diperoleh dari 113 responden remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi, Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel *Body Image* dan Penerimaan Diri

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Body Image	113	40	64	50,68	5,850
Penerimaan Diri	113	35	51	42,95	3,330
Valid N (listwise)	113				

3

Sumber: Output SPSS, diolah peneliti (2026).

Berdasarkan Tabel 2, variabel *body image* memiliki nilai rata-rata sebesar 50,68 dengan standar deviasi 5,850, skor minimum 40, dan skor maksimum 64. Sementara itu, variabel penerimaan diri memiliki nilai rata-rata 42,95 dengan standar deviasi 3,330, skor minimum 35, dan skor maksimum 51. Nilai standar deviasi yang relatif kecil pada kedua variabel mengindikasikan bahwa sebaran skor responden cukup homogen dan tidak terlalu bervariasi dari rata-ratanya.

Kategorisasi *Body Image*

Kategorisasi *body image* menggunakan mean = 50,68 dan SD = 5,850. Rumus batas kategori: Rendah ($X < \mu - \sigma = 44{,}83$), Sedang ($44{,}83 \leq X < 56{,}53$), Tinggi ($X \geq 56{,}53$). Distribusi kategorisasi disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Kategorisasi Variabel *Body Image*

Kategori	Rentang Skor	Persentase (%)
Rendah (*Body Image* Negatif)	$X < 44{,}83$	16%
Sedang	$44{,}83 \leq X < 56{,}53$	68%
Tinggi (*Body Image* Positif)	$X \geq 56{,}53$	16%

***Sumber**: Output SPSS, diolah peneliti (2026).*

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar responden berada pada kategori sedang (68%), yang menunjukkan bahwa mayoritas remaja perempuan di Kec. Lamasi memiliki *body image* yang cukup, tidak sepenuhnya positif maupun negatif. Hanya sekitar 16% responden yang memiliki *body image* positif (kategori tinggi) dan 16% lainnya memiliki *body image* negatif (kategori rendah). Kondisi ini dapat dipahami dalam konteks paparan konten TikTok yang beragam, antara konten yang memperkuat standar kecantikan tidak realistis dan konten yang justru mempromosikan *body positivity*.

Kategorisasi Penerimaan Diri

Kategorisasi penerimaan diri menggunakan mean = 42,95 dan SD = 3,330. Rumus batas kategori: Rendah ($X < 39{,}62$), Sedang ($39{,}62 \leq X < 46{,}28$), Tinggi ($X \geq 46{,}28$). Distribusi kategorisasi disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Kategorisasi Variabel Penerimaan Diri

Kategori	Rentang Skor	Persentase (%)
Rendah	$X < 39{,}62$	16%
Sedang	$39{,}62 \leq X < 46{,}28$	68%
Tinggi	$X \geq 46{,}28$	16%

Sumber: *Output SPSS, diolah peneliti (2026).*

Berdasarkan Tabel 4, mayoritas responden (68%) berada pada kategori penerimaan diri sedang. Hanya 16% yang memiliki penerimaan diri tinggi dan 16% lainnya berada pada kategori rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi secara umum belum sepenuhnya mampu menerima diri sendiri secara utuh, yang sejalan dengan tekanan standar penampilan yang kerap ditampilkan dalam konten TikTok.

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data residual dari model berdistribusi normal. Dalam penelitian ini digunakan uji *one-sample kolmogorov-smirnov* (K-S) dengan dasar pengambilan keputusan: jika nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* > 0,05 maka data berdistribusi normal. Hasil uji disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov

Unstandardized Residual	N	*Test Statistic*	*Asymp. Sig. (2-tailed)*	Keterangan
	113	0,065	0,200	Normal

Sumber: *Output SPSS, diolah peneliti (2026).*

Berdasarkan Tabel 5, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,200 > 0,05 dari hasil hitung menggunakan nilai residu masing-masing variabel. Dengan demikian, data residual berdistribusi normal sehingga asumsi normalitas terpenuhi. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan statistik parametrik dalam analisis selanjutnya dapat dipertanggungjawabkan secara metodologis.

Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier secara signifikan antara variabel *body image* (X) dengan penerimaan diri (Y). Dasar pengambilan keputusan: jika nilai Sig. pada baris *Deviation from Linearity* > 0,05, maka hubungan antarvariabel bersifat linier. Hasil uji disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Linieritas (ANOVA Table)

Sumber Variasi	*Sum of Squares*	*df*	*Mean Square*	*F*	*Sig.*	Keterangan
Linearity	9,710	1	9,710	0,844	0,361	-
Deviation from Linearity	219,606	23	9,548	0,830	0,686	Linear

Sumber: *Output SPSS, diolah peneliti (2026). Nilai Sig. Deviation from Linearity = 0,686 > 0,05 → hubungan linier.*

Berdasarkan Tabel 6, diperoleh nilai Sig. *Deviation from Linearity* = 0,686 > 0,05. Dengan demikian, hubungan antara *body image* dan penerimaan diri bersifat linier. Asumsi linieritas ini merupakan prasyarat penting untuk penggunaan uji korelasi Pearson *Product Moment*, dan karena terpenuhi maka analisis korelasi dapat dilanjutkan.

Uji Hipotesis dan Korelasi Pearson Product Moment

Uji hipotesis dilakukan untuk menjawab rumusan masalah penelitian, yakni apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi. Teknik analisis menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dengan taraf signifikansi 0,05 (2-tailed).

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

Variabel	*Correlation Coefficient* (r)	*Sig. (2-tailed)*	N	Keterangan
Body Image -Penerimaan Diri	-0,225	0,016	113	Signifikan

Sumber: *Output SPSS, diolah peneliti (2026). *. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).*

Berdasarkan Tabel 7, hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien korelasi r = −0,225 dengan Sig. = 0,016 ($p < 0,05$). Terdapat dua hal penting yang perlu diperhatikan dari hasil ini. Pertama, arah korelasi bersifat negatif (r = -0,225), yang artinya semakin tinggi skor *body image* negatif (semakin tinggi kecemasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh), maka penerimaan diri justru semakin rendah. Sebaliknya, semakin positif *body image*, maka penerimaan diri semakin tinggi. Hal ini penting diperjelas mengingat instrumen yang digunakan mengukur aspek negatif *body image* seperti kecemasan terhadap berat badan dan ketidakpuasan terhadap bagian tubuh (Denich & Ifdil, 2015). Kedua, nilai signifikansi Sig. = 0,016 < 0,05 membuktikan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_1 diterima: terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi.

PEMBAHASAN

Hubungan *Body Image* dengan Penerimaan Diri

Hasil uji korelasi Pearson r = −0,225 dengan Sig. = 0,016 menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi. Ini berarti semakin negatif *body image* yang dimiliki oleh remaja perempuan, maka semakin rendah pula tingkat penerimaan diri mereka. Temuan ini sejalan dengan penelitian Febriani & Rahmasari (2022) yang menemukan hubungan positif antara *body image* dan penerimaan diri pada mahasiswi pengguna TikTok, serta penelitian Kristano & Ambarwati (2024) yang juga menemukan korelasi signifikan pada remaja pengguna TikTok/Instagram. Secara substansif, seluruh temuan tersebut mengarah pada kesimpulan yang setara, yaitu remaja yang memiliki *body image* lebih positif cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih tinggi. Perbedaan arah korelasi antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya semata-mata mencerminkan perbedaan arah pengukuran instrumen yang digunakan.

Meskipun kekuatan korelasi tergolong lemah dengan nilai r = -0,225 dan Sig. = 0,016, hal ini tidak mengurangi makna substantifnya. Korelasi yang lemah namun signifikan menunjukkan bahwa hubungan tersebut nyata secara statistik di populasi, namun *body image* bukanlah satu-satunya faktor penentu penerimaan diri. Terdapat faktor lain seperti dukungan sosial dari keluarga, kelompok sebaya, dan *self-compassion* yang turut berkontribusi secara bermakna dalam membentuk penerimaan diri remaja perempuan (Sari et al., 2022). Perbedaan kekuatan korelasi dapat dijelaskan oleh perbedaan karakteristik sampel dan konteks geografis, di mana Kecamatan Lamasi sebagai wilayah semi-perkotaan memiliki dinamika sosial-budaya yang berbeda dibanding kota besar.

Pola paparan konten TikTok yang intens membuat remaja rentan melakukan perbandingan sosial ke atas yang pada akhirnya merusak *body image* dan menekan penerimaan diri. Ariana et al. (2024) melaporkan bahwa algoritma TikTok secara aktif merekomendasikan konten berbasis penampilan fisik kepada pengguna, yang memperburuk kondisi ini terutama pada remaja perempuan generasi Z. Kondisi ini perlu menjadi perhatian serius bagi konselor dan pendidik dalam mengembangkan program intervensi yang responsif terhadap pengaruh media sosial pada remaja.

Dalam kerangka teori *Person-Centered* Carl Rogers, hasil penelitian ini dapat dipahami melalui konsep *incongruence* atau ketidaksesuaian antara *ideal self* dan *real self*. Konten TikTok yang menampilkan standar kecantikan tertentu seperti tubuh langsing, kulit cerah, dan wajah simetris cenderung menciptakan *ideal self* yang jauh dari kondisi tubuh sebenarnya para remaja (Anissa et al., 2024). Ketika kesenjangan ini semakin besar, individu mengalami kondisi psikologis yang tidak sehat dan penerimaan diri pun menurun.

Rogers menyebutkan tiga kondisi inti yang diperlukan bagi perkembangan diri yang sehat, yaitu kongruensi, empati, dan *unconditional positive regard*. Remaja yang terpapar konten TikTok secara berlebihan justru kerap menerima *conditional regard* berbasis

penampilan dari lingkungan digitalnya, sehingga mereka sulit membangun penerimaan diri yang sejati (Syakur & Mufaridah, 2019). Paradigma konsep diri dalam *Person-Centered therapy* menegaskan bahwa penerimaan diri yang autentik hanya dapat tumbuh ketika individu dibebaskan dari tuntutan konformitas eksternal dan diberi ruang untuk mengaktualisasikan potensi dirinya, suatu kondisi yang kerap terhambat oleh tekanan media sosial (Harsantik et al., 2025).

Implikasi praktis dari temuan ini menunjukkan bahwa konselor di sekolah dan lembaga bimbingan perlu mengembangkan program intervensi yang mengintegrasikan prinsip-prinsip *Person-Centered*. Program tersebut dapat berfokus pada penguatan kongruensi diri remaja perempuan, membangun kesadaran kritis terhadap standar kecantikan media sosial, serta mengembangkan *self-compassion* sebagai penyangga terhadap dampak negatif paparan TikTok. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Pertama, jumlah sampel sebanyak 113 responden masih tergolong terbatas untuk analisis statistik yang lebih kuat dan representatif. Kedua, pengumpulan data hanya dilakukan di satu kecamatan, yaitu Kecamatan Lamasi, Kabupaten Luwu, sehingga generalisasi temuan ke wilayah lain perlu dilakukan dengan kehati-hatian. Ketiga, penelitian ini belum memasukkan variabel mediator seperti *self-compassion* dan dukungan sosial yang berpotensi memperjelas mekanisme hubungan antara *body image* dan penerimaan diri. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan wilayah ke kecamatan atau kabupaten lain dengan karakteristik budaya yang berbeda, meningkatkan jumlah sampel, serta mengkaji variabel mediator guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

SIMPULAN

4

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok di Kecamatan Lamasi ($r = -0{,}225$; $p = 0{,}016 < 0{,}05$), sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak. Mayoritas responden berada pada kategori sedang untuk kedua variabel (68%), dengan asumsi normalitas (Asymp. Sig. = 0,200 > 0,05) dan linieritas (Sig. *Deviation from Linearity* = 0,686 > 0,05) terpenuhi. Temuan ini bermakna bahwa semakin negatif *body image* remaja perempuan, semakin rendah penerimaan dirinya.

Dalam perspektif teori *Person-Centered* Carl Rogers, *body image* negatif yang dipicu oleh paparan konten TikTok menciptakan *incongruence* antara *ideal self* dan *real self*, yang menjadi akar dari rendahnya penerimaan diri. Peningkatan penerimaan diri dapat difasilitasi melalui pendekatan konseling *Person-Centered* yang menekankan *unconditional positive regard*, kongruensi, dan empati. Penelitian selanjutnya disarankan mengkaji variabel mediator seperti *self-compassion* dan dukungan sosial, serta memperluas cakupan wilayah penelitian untuk meningkatkan generalisabilitas temuan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada Dosen Pembimbing 1 Dr. Abdul Kadir, S.Pd.I., M.Psi dan Pembimbing 2 syahrir, S.Pd., M.Hum atas bimbingan dan

arahan ilmiah sepanjang proses penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh responden remaja perempuan di Kecamatan Lamasi, Kabupaten Luwu, yang telah bersedia berpartisipasi, serta kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan selama proses pengumpulan data.

PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

K berperan dalam perumusan masalah dan desain penelitian, pengumpulan data, analisis data, serta penulisan naskah secara keseluruhan. AK berkontribusi dalam analisis data dan interpretasi hasil penelitian. S berperan dalam penelaahan kritis dan revisi substansi artikel. Semua penulis menyetujui versi akhir manuskrip.

DAFTAR PUSTAKA

Alfhatir, M. N., Arifyadi, A., & Fitriani, D. (2025). Hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri mahasiswi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2024 Universitas Tadulako. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, *8*(12), 8264–8275. https://doi.org/10.56338/jks.v8i12.9560

Ahmed, S. K. (2024). How to choose a sampling technique and determine sample size for research: A simplified guide for researchers. *Oral Oncology Reports*, *12*, 100662. https://doi.org/10.1016/j.oor.2024.100662

Alodia, A., & Suryadi, D. (2021). The relationship between social comparison and self-esteem among late adolescent Instagram users. *ASSEHR: Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, *570*, 527–532. https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.083

Angi Piran, A. Y., Yuliwar, R., & Kristiawati, A. J. (2017). Hubungan antara penerimaan diri dengan kepercayaan diri dalam interaksi sosial pada remaja penyandang cacat fisik. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *2*, 578–597. https://doi.org/10.33366/nn.v2i1.203

Anissa, A., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2024). Penerapan pendekatan *Person Centred Therapy* dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri terhadap korban pelecehan seksual. *Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, *5*(2), 393–401. https://doi.org/10.31943/counselia.v5i2.169

Ariana, H., Almuhtadi, I., Natania, N. J., & Handayani, P. W. (2024). Influence of TikTok on body satisfaction among Generation Z in Indonesia: Mixed methods approach. *JMIR Human Factors*, *11*. https://doi.org/10.2196/58371

Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra tubuh pada remaja pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, *5*(2), 114–128. https://doi.org/10.22146/gamajop.50624

Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Pearson.

Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep *body image* remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, *3*(2), 55–61. https://doi.org/10.29210/116500

Dumar, B. (2024). *Body Image* negatif berdampak pada kecemasan remaja putri di masa pubertas: Literature review. *Innovative Healthcare and Social Justice*, *4*(2), 58–67. https://doi.org/10.52298/ihsj.v4i2.63

Dwi Kristano, A., & Diah Ambarwati, K. (2024). Hubungan *body image* dengan penerimaan diri pada remaja pengguna TikTok atau Instagram. *Innovative: Journal of Social Science Research*, *4*(3), 3211–3219.

Febriani, R. A., & Rahmasari, D. (2022). Hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna TikTok. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *9*(4), 55–68. https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i4.46624

Harsantik, G. S., Habsy, B. A., & Purwoko, B. (2025). Paradigma konsep diri dalam pendekatan konseling *Person-Centered therapy*: Kajian literatur. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *10*(2), 2807–2823. https://doi.org/10.33394/realita.v10i2.16035

Hutasoit, I. (2018). Hubungan penerimaan diri dengan keseimbangan kehidupan kerja pada tenaga honorer pemerintah penyandang disabilitas. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *6*(2), 206–214. https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4559

Khasali, H., Bafadal, I., & Fitriana, I. M. (2024). Body image and self-confidence correlation study among students. *Tamaddun: Jurnal Ilmu Sosial, Seni, dan Humaniora*, *3*, 120–133. https://doi.org/10.70115/tamaddun.v2i3.308

Maulana, F. (2024). Dampak media sosial terhadap *body image* remaja. *Dwija Cendekia: Jurnal Riset Pedagogik*, *8*(229), 45–58. https://doi.org/10.20961/jdc.v7i3.82516

Mahardini, D. F., Kasenda, I., Afgani, M. W., & Isnaini, M. (2024). Quantitative Research Philosophy in Research Methodology. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, *9*(4), 1135. https://doi.org/10.58258/jupe.v9i4.7830

Nurrahim, C., & Pranata, R. (2024). Self *body image* pada remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, *10*(1), 57–75. https://doi.org/10.59672/jpkr.v10i1.3412

Osman, W. A. (2025). Social media use and associated mental health indicators among University students: a cross-sectional study. *Scientific Reports*, *15*(1), 9534. https://doi.org/10.1038/s41598-025-94355-w

Purwati, A. E. (2023). Dampak media sosial terhadap *body image* remaja putri. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *14*(3), 553–568. https://doi.org/10.22487/preventif.v14i3.998

Putri, L., Muhammad Rizki Rezani, & Dina Hermina. (2025). Correlational Research Design. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, *2*(6), 306–317. https://doi.org/10.71282/jurmie.v2i6.456

Refnadi, R., Marjohan, M., & Yarmis, Y. (2021). Self-acceptance of high school students in Indonesia. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, *6*(1), 15–23. https://doi.org/10.29210/3003745000

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif dan R&D*. Alfabeta.

Syakur, M., & Mufaridah, H. (2019). Analisis teori *Person-Centered therapy* dalam perspektif bimbingan dan konseling Islam. *Maddah: Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam*, *1*(2), 60–67. https://doi.org/10.35316/maddah.v1i2.508

Tumimba, O., Taibe, P., & Hadijaya, S. (2025). Perbedaan *body image* yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin pada remaja. *Jurnal Psikologi Karakter*, *5*(2), 727–736. https://doi.org/10.56326/jpk.v5i2.7096

Tumion, G. Y., & Herlambang, A. (2023). Penerimaan diri dan *subjective well-being* pada penyandang difabel yang berkarier. *Jurnal Ilmu Perilaku*, *7*, 140–163. https://doi.org/10.25077/jip.7.2.140-163.2023

Sari, N. E., Ibrahim, A., Azam, W., & Yunus, W. (2022). *Relationship Between Sociocultural Pressures and Body Dissatisfaction Among Female University Students in Batam*. https://doi.org/10.2991/assehr.k.220304.004

Wiyono, S., Hanock, E. E., & Arwam, B. A. (2025). Strategi misi digital berdasarkan survei penetrasi internet 2024: Adaptasi penggunaan media sosial Generasi Z. *Jurnal Riset Misi*, *3*(1), 61–71. https://doi.org/10.69748/jrm.v3i1.216

Yori, M., & Pamirma, E. (2022). Hubungan antara paparan media dengan *body image* pada remaja perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *9*(6). https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i6.47316