

Hubungan Antara Persepsi Terhadap Standar Kecantikan dan Perbandingan Sosial Dengan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswi Yang Memiliki Masalah Jerawat di Universitas Islam Sultan Agung

Alya Dhiya Pitaloka¹, Joko Kuncoro²

¹Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

²Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

**Corresponding Author:*

kuncoro@unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial dengan kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang memiliki masalah jerawat, dengan hipotesis bahwa kedua variabel independen berpengaruh signifikan secara simultan dan parsial, serta perbandingan sosial memediasi hubungan tersebut. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, penelitian ini melibatkan 96 responden yang dipilih melalui purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring berbasis skala Likert yang diadaptasi dari instrumen standar: Social Anxiety Symptom Severity Scale (SASS) untuk kecemasan sosial, Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-4 (SATAQ-4) untuk persepsi standar kecantikan, dan Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) untuk perbandingan sosial. Analisis data dilakukan dengan regresi linier berganda dan PROCESS Model 4 Hayes setelah memenuhi uji asumsi (normalitas, linearitas, dan multikolinearitas). Hasil menunjukkan ketiga hipotesis diterima: hubungan positif dan signifikan secara simultan ($R = 0,841$; $R^2 = 0,706$; $F = 111,347$; $p < 0,05$) dengan sumbangan efektif masing-masing 29,16% dan 15,86%; secara parsial juga signifikan ($p < 0,05$); serta mediasi parsial melalui perbandingan sosial (indirect effect = 0,510; 95% BootCI = 0,248–0,847). Temuan ini mendukung teori Clark & Wells (1995), Objectification Theory (Fredrickson & Roberts, 1997), dan Social Comparison Theory (Gibbons & Buunk, 1999), serta menekankan pentingnya intervensi seperti edukasi body positivity untuk mengurangi dampak tekanan kecantikan di media sosial pada kesejahteraan psikologis perempuan muda..

Kata Kunci: Kecemasan Sosial, Persepsi Standar Kecantikan, Perbandingan Sosial.

Abstract

This study aims to analyze the relationship between the perceptions of beauty standards and social comparison with social anxiety among female students in Universitas Islam Sultan Agung Semarang who have acne problems, with hypotheses that both independent variables have significant simultaneous and partial effects, and social comparison mediates the relationship. Employing a quantitative correlational design, the research involved 96 respondents selected through purposive sampling. Data were collected via online Likert-scale questionnaires adapted from standard instruments: the Social Anxiety Symptom Severity Scale (SASS) for social anxiety, the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-4 (SATAQ-4) for perceptions of beauty standards, and the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) for social comparison. Data analysis used multiple linear regression and PROCESS Model 4 Hayes after fulfilling assumption tests (normality, linearity, and multicollinearity). The results indicate all three hypotheses are accepted: a positive and significant simultaneous relationship ($R = 0.841$, $R^2 = 0.706$, $F = 111.347$, $p < 0.05$) with effective contributions of 29.16% and 15.86%; partially significant ($p < 0.05$); and partial mediation through social comparison (indirect effect = 0.510; 95% BootCI = 0.248–0.847). These findings support Clark & Wells' (1995) theory, Objectification Theory (Fredrickson & Roberts, 1997), and Social Comparison Theory (Gibbons & Buunk, 1999), emphasizing the need for interventions such as body positivity education to mitigate the impact of beauty pressures on social media on young women's psychological well-being.

Keywords: Social Anxiety, Perceptions of Beauty Standards, Social Comparison.

1. PENDAHULUAN

Penampilan fisik menjadi isu sentral di era media sosial, terutama bagi perempuan muda yang menghadapi tekanan untuk memenuhi standar kecantikan seperti kulit mulus dan tubuh ideal. Melalui konten influencer dan iklan skincare, sering memperkuat citra kecantikan yang sulit dicapai dan memengaruhi kesehatan mental. Survei ZAP Beauty Index (2024) menunjukkan bahwa 80% perempuan Indonesia usia 18–35 tahun dipengaruhi trend kecantikan di media sosial, meskipun 65% mulai mengapresiasi inklusivitas seperti kesehatan kulit. Jakpat (2024) melaporkan bahwa 70% dari 2.000 perempuan muda merasa tidak percaya diri karena membandingkan diri sendiri dengan gambaran ideal di media sosial. Data Badan Pusat Statistik (2024) mencatat bahwa 25,58% penduduk Aceh dan 23,99% di Sumatera Utara memiliki keluhan kesehatan, termasuk masalah kulit dan dampak psikologisnya. Krisis kesehatan mental juga meningkat, dengan 37% Generasi Z di Indonesia mengalami gejala kecemasan sosial akibat tekanan sosial dan penampilan (I-NAMHS, 2024). Pasar skincare Indonesia diproyeksikan mencapai US\$2,94 miliar pada 2025 dengan CAGR 4,55%, mencerminkan besarnya tekanan untuk memenuhi standar kecantikan (Statista, 2025).

Jerawat (*acne vulgaris*) adalah masalah kulit kronis yang memengaruhi jutaan perempuan dewasa awal dari usia 18–35 tahun di Indonesia, dengan dampak fisik dan psikologis yang signifikan. Jerawat ditandai oleh komedo, papula, pustula, atau nodul akibat penyumbatan folikel oleh sebum, sel kulit mati, dan bakteri *Cutibacterium acnes* (Ruiz & Borrego, 2024). Faktor pemicunya meliputi hormon, stres, pola makan, dan kosmetik (Ruiz & Borrego, 2024). Secara global, prevalensi jerawat pada wanita dewasa awal mencapai 20,5%, dengan angka 25% lebih tinggi pada wanita dibandingkan pria (Pierre Fabre Laboratories, 2024). Di Indonesia, insidensi

jerawat meningkat 34% dari 23,1 juta menjadi 31,0 juta kasus antara 2010 dan 2025, dengan prevalensi global 38% atau 89,3 juta kasus (Liu dkk., 2025). Studi lokal menunjukkan 41,5% mahasiswa mengalami jerawat, yang sering memicu kecemasan sosial karena persepsi negatif terhadap penampilan (Novianti dkk., 2024).

Jerawat memicu kecemasan sosial pada perempuan dewasa awal akibat tekanan persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial. Menurut survei Jakpat (2023), platform riset pasar daring terkemuka di Indonesia, melaporkan bahwa 68% perempuan Indonesia berusia 18-35 tahun dengan jerawat mengalami kecemasan sosial karena takut dinilai tidak menarik akibat kondisi kulit individu. Sebanyak 70% perempuan menggunakan filter kecantikan di media sosial, seperti filter “*Bold Glamour*” atau “*Perfect Skin*”, untuk menyembunyikan jerawat yang mencerminkan ketakutan akan penilaian sosial (Jakpat, 2023). Iklan produk skincare lokal yang menampilkan model dengan kulit mulus, memperkuat persepsi bahwa jerawat adalah penyimpangan dari standar kecantikan dan memicu kecemasan sosial pada 60% perempuan yang merasa “tidak cukup cantik” (ZAP Beauty Index, 2023).

Tekanan finansial akibat perawatan jerawat juga meningkatkan kecemasan sosial. Sebanyak 32,5% perempuan Indonesia menghabiskan Rp400.000-Rp1 juta per bulan untuk perawatan klinik, seperti facial, chemical peeling, atau laser, namun 60% di antaranya melaporkan kecemasan sosial tambahan karena jerawat yang tidak kunjung sembuh meskipun telah mengeluarkan biaya besar (ZAP Beauty Index, 2023). Penggunaan produk anti-jerawat, seperti asam salisilat atau retinoid, sering menyebabkan iritasi kulit yang memicu siklus kecemasan baru karena perempuan merasa gagal mencapai kulit ideal (Heng & Chew, 2021). Komentar sosial, seperti ejekan “wajah kotor” atau “kurang perawatan,” yang diterima 45% perempuan dengan jerawat, memperparah kecemasan sosial dan rasa malu (Satwika dkk., 2021). Pasar skincare anti-jerawat di Indonesia diproyeksikan mencapai US\$2,94 miliar pada 2024 yang menunjukkan skala fenomena ini (Statista, 2023).

Di Kota Semarang, sebagai ibu kota Provinsi Jawa Tengah dengan populasi lebih dari 1,8 juta jiwa (BPS Jateng, 2024), tekanan sosial terkait penampilan fisik semakin kuat di kalangan perempuan muda, khususnya mahasiswi. Kota ini memiliki puluhan perguruan tinggi dengan total mahasiswa mencapai lebih dari 150.000 orang, di mana sekitar 60% adalah perempuan. Penelitian di Semarang tahun 2022 menunjukkan bahwa 78,6% remaja putri mengalami jerawat sedang hingga berat, dan 64,2% di antaranya melaporkan kecemasan sosial akibat penampilan kulit (Rahayu & Wijayanti, 2022). Selain itu, 92% mahasiswi di Semarang aktif menggunakan media sosial yang di mana paparan konten kecantikan ideal meningkatkan perbandingan sosial (Sari & Pratiwi, 2023). Hal ini memperkuat persepsi standar kecantikan sebagai konstruk kognitif yang menggambarkan keyakinan individu tentang apa yang dianggap “cantik” oleh masyarakat (Fredrickson & Roberts, 1997), yang sering kali tidak realistis dan berbasis pada kulit mulus.

Studi terbaru di Semarang juga mengungkap bahwa pandangan diri yang negatif akibat jerawat berkorelasi signifikan ($r = 0,62$) dengan kecemasan sosial pada mahasiswi (Claudia dkk., 2025). Perbandingan sosial sebagaimana didefinisikan oleh Gibbons dan Buunk (1999), adalah proses kognitif di mana individu mengevaluasi diri sendiri melalui perbandingan dengan orang lain terutama upward comparison (membandingkan dengan yang lebih baik) di media sosial. Hal ini memicu kecemasan sosial melalui mekanisme Clark dan Wells (1995) yang fokus memperhatikan diri sendiri, peningkatan pemantauan diri, dan persepsi ancaman sosial yang berlebihan. Penelitian lain menunjukkan bahwa persepsi standar kecantikan memiliki hubungan dengan kecemasan sosial terhadap penampilan pada remaja perempuan di Semarang (Lestari & Handayani, 2024).

Di lingkungan Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang, sebagai salah satu perguruan tinggi Islam terkemuka di Jawa Tengah dengan lebih dari 2.000 mahasiswa yang dimana mayoritas di antaranya perempuan dari berbagai fakultas dan sering menghadapi tekanan ganda antara prestasi akademik dan ekspektasi penampilan fisik. Fenomena penggunaan filter

foto dan menghindari kegiatan sosial karena masalah jerawat mencerminkan proses kognitif kecemasan sosial menurut Clark dan Wells (1995), di mana individu membayangkan evaluasi negatif dari orang lain, khususnya terkait jerawat yang membuat individu merasa “tidak layak” dalam interaksi kampus sehari-hari. Kondisi tekanan ini mendorong kecemasan sosial, yakni ketakutan berlebih akan penilaian negatif dalam konteks sosial, khususnya bagi perempuan yang berjerawat. Teori Clark dan Wells (1995) menjelaskan bahwa kecemasan sosial muncul dari fokus berlebihan pada kekurangan fisik dan asumsi negatif tentang evaluasi orang lain. Kecemasan kemudian memunculkan perilaku penghindaran sosial dan penggunaan strategi pengamanan seperti riasan tebal untuk menutupi ketidaksempurnaan, meski justru memperkuat siklus kecemasan sosial. Diperkuat lagi dengan kutipan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti pada beberapa mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung berusia 20 – 25 tahun yang memiliki masalah jerawat.

Wawancara awal dengan empat mahasiswi berusia 20–25 tahun di Universitas Islam Sultan Agung memperkuat temuan penelitian. SMP (20 tahun) merasa malu saat bertemu teman karena jerawatnya dianggap “mengganggu penampilan” dan sering membandingkan dirinya dengan influencer di Instagram, mencerminkan *self-focused attention* dalam teori Clark & Wells (1995). AHP (23 tahun) menghindari acara sosial, seperti reuni, karena takut diejek akibat bekas jerawat yang menunjukkan penghindaran sosial. KS (24 tahun) mengaku stres karena biaya perawatan skincare mahal, namun jerawatnya tidak kunjung sembuh yang memperburuk rasa percaya dirinya. HA (25 tahun) sering menggunakan makeup tebal untuk menutupi jerawat, tetapi tetap cemas saat berinteraksi, selaras dengan strategi pengamanan dalam teori Clark & Wells (1995). Temuan ini juga konsisten dengan DSM-5-TR, yang mencatat bahwa kecemasan sosial sering dipicu oleh karakteristik fisik yang dianggap tidak ideal, seperti jerawat (American Psychiatric Association, 2024).

Teori utama yang menjelaskan kecemasan sosial dalam penelitian ini adalah teori kognitif Clark & Wells (1995), yang menyatakan bahwa individu dengan jerawat cenderung terlalu fokus pada kekurangan fisik yang membentuk asumsi negatif tentang penilaian orang lain dan menghindari situasi sosial, yang memperparah kecemasan sosial. Teori ini selaras dengan kriteria DSM-5 dan relevan dengan konteks mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang mengalami tekanan penampilan. Selain itu, *Objectification Theory* (Fredrickson & Roberts, 1997) menjelaskan bahwa standar kecantikan menyebabkan perempuan memandang diri sebagai objek dapat meningkatkan kecemasan sosial. *Social Comparison Theory* (Gibbons & Buunk, 1999) menyebutkan bahwa perbandingan dengan penampilan ideal di media sosial memicu rendah diri, yang terlihat pada perempuan di Semarang yang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh individu.

Dalam empat tahun terakhir, sejumlah penelitian mengkonfirmasi hubungan antara jerawat, persepsi kecantikan, dan kecemasan sosial. Wang dkk. (2025) pada studi di Asia Tenggara menemukan hubungan erat antara tekanan standar kecantikan dan kecemasan sosial pada perempuan dengan jerawat. Penelitian McComb (2022) menonjolkan pentingnya peran media sosial dalam memperkuat ketidakpuasan terhadap tubuh di kalangan perempuan muda. Wiranti (2024) menemukan bahwa kecemasan sosial pada dewasa awal dengan jerawat dipengaruhi oleh tekanan eksternal, seperti media sosial. Prastia (2024) menunjukkan hubungan negatif antara body image dan kecemasan sosial pada remaja perempuan pengguna media sosial. Fatih (2025) mengungkapkan bahwa kecemasan sosial berkontribusi pada ketergantungan media sosial di kalangan mahasiswa. Studi di Denpasar menemukan bahwa self-disclosure dan perbandingan sosial di media sosial meningkatkan kecemasan sosial pada Generasi Z (Purnami dkk., 2024). *Perceptions of Beauty Standards Scale* (PBSS) menegaskan bahwa standar kecantikan memicu kecemasan sosial pada perempuan dengan masalah kulit (Chalise dkk., 2025). Namun, hanya sedikit studi yang menggunakan teori Clark & Wells (1995) untuk menjelaskan kecemasan sosial pada perempuan yang memiliki masalah jerawat di Indonesia.

Meskipun sejumlah penelitian telah ada, konteks budaya lokal di Indonesia dan mahasiswa sebagai subjek penelitian masih kurang dieksplorasi. Penelitian yang menggunakan variabel integrasi persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial untuk memprediksi kecemasan sosial pada mahasiswi berjerawat masih sangat terbatas. Selain itu, aspek beban finansial yang muncul dari upaya memenuhi standar kecantikan melalui perawatan juga belum banyak disinggung secara mendalam.

Urgensi penelitian didasari oleh tingginya prevalensi jerawat dan munculnya kecemasan sosial yang dapat mengganggu kesejahteraan psikologis siswa, dikombinasikan dengan realita intensitas penggunaan media sosial. Data yang lengkap dan kontekstual diperlukan untuk mendukung intervensi program pengembangan yang efektif di lingkungan perguruan tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian dan data yang terbaru dari berbagai sumber, di Indonesia prevalensi jerawat atau *acne vulgaris* pada remaja dan dewasa muda sangat tinggimencapai sekitar 85% (Siahaan dkk., 2020). Penelitian oleh Kelompok Kajian Dermatologi Kosmetik Indonesia PERDOSKI (2025), Data dari penelitian nasional tahun 2025 juga menyebutkan bahwa prevalensi ini tidak jauh berbeda, dengan angka sekitar 80-85% pada remaja usia 14-17 tahun dan perempuan dewasa muda di seluruh Indonesia.

Fenomena ini menunjukkan bahwa jerawat bukan hanya masalah kulit biasa, tetapi masalah kesehatan yang masif dan berkontribusi besar terhadap gangguan psikologis seperti kecemasan sosial. Banyak penelitian juga menegaskan bahwa tingkat pengetahuan mengenai jerawat dan faktor risiko yang terkait masih sangat rendah pada sebagian besar remaja dan pelajar awal, meskipun ada upaya peningkatan melalui pendidikan dan sosialisasi yang dilakukan secara aktif di berbagai sekolah dan komunitas. Penelitian Mediastuti (2019) bahkan menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan tentang jerawat mampu meningkatkan perilaku positif dan kesehatan kulit, termasuk pencegahan luka dan bekas luka jerawat yang dapat memicu rasa malu dan rendah diri apabila tidak ditangani dengan baik.

Di Indonesia, survei terhadap 412 mahasiswi di Surabaya menunjukkan bahwa 71,4 % mengalami jerawat ringan hingga sedang, dan 68 % di antaranya merasa malu, menarik diri dari kegiatan kampus, serta menghindari interaksi sosial karena kondisi kulitnya (Pratiwi dkk., 2023). Kondisi ini diperparah oleh paparan konten media sosial yang terus-menerus menampilkan standar kecantikan tidak realistis (kulit mulus tanpa cela), sehingga memicu internalisasi ideal kecantikan yang berlebihan dan meningkatkan appearance anxiety serta kecemasan sosial secara signifikan pada pasien jerawat muda (Zhang dkk., 2024). Jika tidak ditangani, kecemasan sosial akibat jerawat dapat menurunkan prestasi akademik, meningkatkan risiko stres berat, bahkan memicu keinginan putus kuliah pada mahasiswi (Hartanto & Bramantoro, 2023). Oleh karena itu, penelitian ini menjadi sangat penting dan mendesak untuk mengungkap hubungan antara tingkat keparahan jerawat, persepsi standar kecantikan, perbandingan sosial, dan kecemasan sosial pada mahasiswi aktif pengguna media sosial.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan fokus pada mahasiswi UNISSULA sebagai konteks lokal, yang menggabungkan persepsi standar kecantikan, perbandingan sosial, dan dampak finansial dari penggunaan produk perawatan dalam mempengaruhi kecemasan sosial akibat jerawat aktif. Oleh karena itu, penelitian ini akan menjadi penting untuk memberikan gambaran yang komprehensif terkait faktor psikososial dan ekonomi yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis perempuan muda dengan jerawat aktif di Indonesia dan sebagai dasar pengembangan program intervensi yang tepat dan terintegrasi.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang dari berbagai fakultas yang berusia antara 19 hingga 25 tahun, memiliki jerawat aktif dan aktif menggunakan media sosial (minimal 3 jam/hari). Berdasarkan data fakultas dan survei pendahuluan, populasi yang memenuhi kriteria tersebut berjumlah sekitar 400 mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung.

Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih sampel berdasarkan kriteria khusus yaitu mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang aktif menggunakan media sosial minimal 3 jam per hari dan memiliki jerawat aktif setidaknya selama 6 bulan terakhir. Ukuran sampel yang diambil adalah 96 responden, yang dianggap cukup representatif untuk analisis korelasional. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner online menggunakan platform seperti Google Forms. Teknik purposive sampling dipilih karena peneliti secara tepat menargetkan mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) yang memenuhi kriteria tertentu. Dalam pelaksanaan penelitian, pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan link kuesioner ke seluruh mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung yang memenuhi kriteria melalui media sosial resmi dan grup WhatsApp. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner skala likert. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan analisis regresi berganda.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Data dan Hasil Penelitian

Analisis data atau pengujian asumsi klasik dilakukan setelah semua data penelitian terkumpul. Uji asumsi merupakan uji normalitas, linearitas, heteroskedastisitas, autokorelasi, dan multikolinearitas dilakukan untuk memastikan data sesuai dan memenuhi kriteria. Uji hipotesis dan uji deskriptif berguna untuk gambaran mengenai karakteristik subjek penelitian.

Uji Asumsi

Uji Normalitas

Peneliti menggunakan uji normalitas untuk mengetahui data yang diperoleh apakah sudah terdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk memastikan data penelitian sudah terdistribusi normal. Nilai signifikansi dalam pengujian data dinyatakan terdistribusi normal jika lebih dari 0,05. Tabel berikut menyajikan hasil uji normalitas.

Tabel 1. Hasil uji normalitas

Variabel	Mean	Standar Deviasi	KS-Z	Sig.	p	Ket
Kecemasan Sosial	78.42	16.85	0.078	0.132		
Persepsi Standar Kecantikan	62.15	12.74	0.089	0.098	>0.05	Normal
Perbandingan Sosial	28.36	6.91	0.074	0.165		

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel kecemasan sosial, persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial terdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk memastikan adanya hubungan linear antara variabel independen dan dependen, sehingga model regresi linier berganda dapat digunakan. Uji ini dilakukan dengan metode *F Deviation from Linearity* menggunakan program SPSS 21.0 untuk menganalisis arah dan bentuk hubungan antara variabel.

Uji linearitas antara Persepsi Standar Kecantikan (X_1) dan Kecemasan Sosial (Y) menghasilkan nilai F linear = 167.340 dengan nilai signifikansi (Sig.) 0.000 ($p \leq 0.05$). Nilai deviasi sebesar F = 1.536 dengan Sig. = 0.079 ($p > 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara Persepsi Standar Kecantikan dan Kecemasan Sosial.

Uji linearitas antara Perbandingan Sosial (X_2) dan Kecemasan Sosial (Y) menghasilkan nilai F linear = 111.347 dengan nilai signifikansi (Sig.) 0.000 ($p \leq 0.05$). Nilai deviasi sebesar F

= 1.368 dengan Sig. = 0.158 ($p > 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara Perbandingan Sosial dan Kecemasan Sosial.

Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk memastikan tidak adanya korelasi tinggi antar variabel independen dalam model regresi linier berganda. Uji ini dilakukan dengan menganalisis nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF) menggunakan program SPSS 21.0.

Hasil uji multikolinearitas menunjukkan bahwa variabel Persepsi Standar Kecantikan memiliki nilai Tolerance = 0.644 dan VIF = 1.552, sedangkan variabel Perbandingan Sosial memiliki nilai Tolerance = 0.644 dan VIF = 1.552. Karena nilai VIF < 10 dan Tolerance > 0.10 pada kedua variabel, maka tidak terjadi multikolinearitas. Dengan demikian, asumsi multikolinearitas dalam regresi linier berganda terpenuhi.

Uji Hipotesis

Analisis Regresi Linier Berganda digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini. Tujuannya adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (X), yaitu Persepsi Standar Kecantikan (X_1) dan Perbandingan Sosial (X_2), dengan variabel dependen (Y), yaitu Kecemasan Sosial.

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda, diperoleh nilai $R = 0.841$, $R^2 = 0.706$, $F_{hitung} = 111.347$ (dari linearitas, namun konsisten dengan model), dan signifikansi (Sig.) = 0.000 ($p < 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan secara bersama-sama antara Persepsi Standar Kecantikan dan Perbandingan Sosial terhadap Kecemasan Sosial pada perempuan yang memiliki masalah jerawat. Berdasarkan hasil, dapat disimpulkan bahwa Hipotesis pertama (H_1) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan secara simultan antara Persepsi Standar Kecantikan dan Perbandingan Sosial dengan Kecemasan Sosial ini diterima.

Uji Hipotesis Kedua (Parsial – Persepsi Standar Kecantikan) Uji parsial menggunakan uji t menunjukkan bahwa Persepsi Standar Kecantikan memiliki nilai $t_{hitung} = 7.762$ dengan signifikansi (Sig.) = 0.000 ($p < 0.05$). Berdasarkan hasil, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara Persepsi Standar Kecantikan dengan Kecemasan Sosial. Semakin tinggi persepsi terhadap standar kecantikan, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial. Hipotesis kedua (H_2) diterima.

Uji Hipotesis ketiga (H_3) menyatakan bahwa perbandingan sosial secara signifikan memediasi hubungan antara persepsi standar kecantikan dengan kecemasan sosial. Untuk menguji hipotesis ini digunakan analisis mediasi dengan PROCESS macro Model 4 oleh Hayes (2022) melalui metode bootstrapping 5.000 sampel ($n = 96$).

Tabel 2. Hasil analisis mediasi

JenisEfek	Effect (B)	BootSE	BootLLCI	BootULCI	Keterangan
Total Effect (X → Y)	1,678	0,155	1,370	1,986	Signifikan
Direct Effect (X → Y)	1,168	0,176	0,818	1,518	Signifikan
Indirect Effect (X → M → Y)	0,510	0,152	0,248	0,847	Signifikan (CI tidak mengandung 0)

Hasil analisis menunjukkan bahwa indirect effect signifikan (Effect = 0,510; 95% BootCI = 0,248 – 0,847, tidak mengandung nol). Karena direct effect tetap signifikan ($B = 1,168$; $p < 0,001$), maka perbandingan sosial terbukti berperan sebagai mediator parsial dalam hubungan antara persepsi standar kecantikan dan kecemasan sosial. Hipotesis (H_3) diterima.

Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi hasil penelitian adalah untuk memberi kemudahan dalam pemahaman pembaca mengenai isi penelitian yang meliputi skor subjek dan kondisi pengukuran berkaitan dengan sifat yang diteliti. Penggolongan kategorisasi dilakukan berdasarkan pada distribusi normal yang berhubungan dengan pembagian subjek secara bertingkat terhadap keseluruhan variabel. Gambaran hitungan norma hipotetik lima kategorisasi dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Norma Kategorisasi Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$x \leq \mu - 1.5\sigma$	Sangat Rendah
$\mu - 1.5\sigma < x \leq \mu - 0.5\sigma$	Rendah
$\mu - 0.5\sigma < x \leq \mu + 0.5\sigma$	Sedang
$\mu + 0.5\sigma < x \leq \mu + 1.5\sigma$	Tinggi
$x > \mu + 1.5\sigma$	Sangat Tinggi

μ = Mean Hipotetik ; σ = Standar Deviasi Hipotetik

Deskripsi Data Skor Kecemasan Sosial

Skala Kecemasan Sosial terdiri dari 25 aitem dengan rentang nilai dari 1 sampai 5. Perolehan skor pada angket bervariasi dari terendah 25 (1×25) hingga skor tertinggi yaitu 125 (5×25). Rentang skor pada aitem keseluruhan sebesar 100 ($125 - 25$), dan standar deviasi diperoleh dengan cara pengurangan skor maksimum dan skor minimum kemudian dibagi dengan angka 5 ($100 \div 5 = 20$). Rata-rata pada hipotesisnya adalah 75 diperoleh melalui ($125 + 25 : 2$).

Tabel 4. Deskripsi Skor Skala Kecemasan Sosial

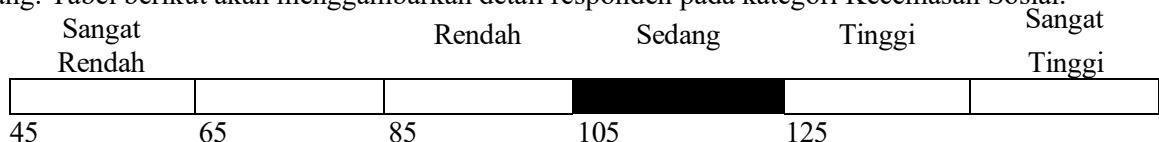
	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	38	25
Skor maksimum	118	125
Mean (M)	78.42	75
Standar deviasi	16.85	20

Deskripsi skor pada Tabel 4 menunjukkan skala kecemasan sosial memiliki rentang nilai empirik dari skor minimum 38 dan skor maksimum 118, mean empirik yaitu 78,42, dan standar deviasi empirik adalah 16,85. Mean empirik pada tabel tersebut digolongkan dalam kategori sedang dengan nilai sebesar 78,42. Penyajian data dalam variabel kecemasan sosial secara menyeluruh berdasarkan penilaian pada norma kategorisasi pada tabel berikut.

Tabel 5. Norma Kategorisasi Skala Kecemasan Sosial

Kategorisasi	Norma	Jumlah	Presentase
Sangat Rendah	$25 \leq X \leq 45$	8	8.3%
Rendah	$46 \leq X \leq 65$	20	20.8%
Sedang	$66 \leq X \leq 85$	48	50.0%
Tinggi	$86 \leq X \leq 105$	16	16.7%
Sangat Tinggi	$106 \leq X \leq 125$	4	4.2%
Total		96	100%

Deskripsi skor pada Tabel 5 menunjukkan pada variabel Kecemasan Sosial bahwa 8 responden berada pada kategori sangat rendah (8.3%), 20 responden berada pada kategori rendah (20.8%), 48 responden berada pada kategori sedang (50.0%), 16 responden berada pada kategori tinggi (16.7%), dan 4 responden berada pada kategori sangat tinggi (4.2%). Data tersebut menunjukkan bahwa responden tertinggi secara keseluruhan berada pada kategori skor yang sedang. Tabel berikut akan menggambarkan detail responden pada kategori Kecemasan Sosial.



Gambar 1. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Kecemasan Sosial

Deskripsi Data Skor Persepsi Standar Kecantikan

Skala Persepsi Standar Kecantikan terdiri dari 19 aitem dengan rentang nilai dari 1 sampai 5. Perolehan skor pada angket bervariasi dari terendah 19 (1×19) hingga skor tertinggi yaitu 95 (5×19). Rentang skor pada aitem keseluruhan sebesar 76 ($95 - 19$), dan standar deviasi diperoleh dengan cara pengurangan skor maksimum dan skor minimum kemudian dibagi dengan angka 5 ($76 \div 5 = 15.2$, dibulatkan menjadi 15). Rata-rata pada hipotesisnya adalah 57 diperoleh melalui $(95 + 19) \div 2$.

Tabel 6. Deskripsi Skor Skala Persepsi Standar Kecantikan

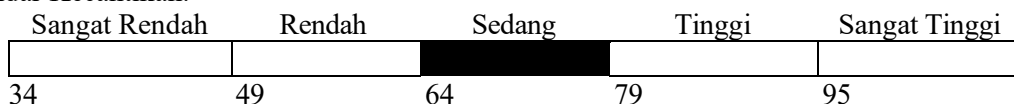
	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	35	19
Skor maksimum	92	95
Mean (M)	62.15	57
Standar deviasi	12.74	15

Deskripsi skor pada Tabel 6 menunjukkan skala Persepsi Standar Kecantikan memiliki rentang nilai empirik dari skor minimum 35 dan skor maksimum 92, mean empirik yaitu 62.15, dan standar deviasi empirik adalah 12.74. Mean empirik pada tabel tersebut digolongkan dalam kategori sedang dengan nilai sebesar 62.15. Penyajian data dalam variabel Persepsi Standar Kecantikan secara menyeluruh berdasarkan penilaian pada norma kategorisasi pada tabel berikut.

Tabel 7. Norma Kategorisasi Skala Persepsi Standar Kecantikan

Kategorisasi	Norma	Jumlah	Presentase
Sangat Rendah	$19 \leq X \leq 34$	6	6.3%
Rendah	$35 \leq X \leq 49$	18	18.8%
Sedang	$50 \leq X \leq 64$	52	54.2%
Tinggi	$65 \leq X \leq 79$	16	16.7%
Sangat Tinggi	$80 \leq X \leq 95$	4	4.2%
Total		96	100%

Deskripsi skor pada Tabel 7 menunjukkan pada variabel Persepsi Standar Kecantikan bahwa 6 responden berada pada kategori sangat rendah (6.3%), 18 responden berada pada kategori rendah (18.8%), 52 responden berada pada kategori sedang (54.2%), 16 responden berada pada kategori tinggi (16.7%), dan 4 responden berada pada kategori sangat tinggi (4.2%). Data tersebut menunjukkan bahwa responden tertinggi secara keseluruhan berada pada kategori skor yang sedang. Tabel berikut akan menggambarkan detail responden pada kategori Persepsi Standar Kecantikan.



Gambar 2. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Persepsi Standar Kecantikan

Deskripsi Data Skor Perbandingan Sosial

Skala Perbandingan Sosial terdiri dari 9 aitem dengan rentang nilai dari 1 sampai 5. Perolehan skor pada angket bervariasi dari terendah 9 (1×9) hingga skor tertinggi yaitu 45 (5×9). Rentang skor pada aitem keseluruhan sebesar 36 ($45 - 9$), dan standar deviasi diperoleh dengan cara pengurangan skor maksimum dan skor minimum kemudian dibagi dengan angka 5 ($36 \div 5 = 7.2$, dibulatkan menjadi 7). Rata-rata pada hipotesisnya adalah 27 diperoleh melalui $(45 + 9) \div 2$.

Tabel 8. Deskripsi Skor Skala Perbandingan Sosial

Keterangan	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	15	9
Skor maksimum	42	45
Mean (M)	28.36	27
Standar deviasi	6.91	7

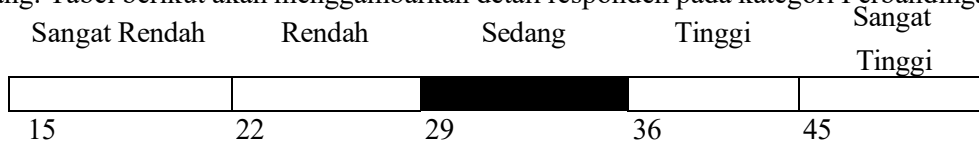
Deskripsi skor pada Tabel 8 menunjukkan skala Perbandingan Sosial memiliki rentang nilai empirik dari skor minimum 15 dan skor maksimum 42, mean empirik yaitu 28.36, dan standar deviasi empirik adalah 6.91. Mean empirik pada tabel tersebut digolongkan dalam

kategori sedang dengan nilai sebesar 28.36. Penyajian data dalam variabel Perbandingan Sosial secara menyeluruh berdasarkan penilaian pada norma kategorisasi pada tabel berikut.

Tabel 9. Norma Kategorisasi Skala Perbandingan Sosial

Kategorisasi	Norma	Jumlah	Presentase
Sangat Rendah	$9 \leq X \leq 15$	5	5.2%
Rendah	$16 \leq X \leq 22$	16	16.7%
Sedang	$23 \leq X \leq 29$	56	58.3%
Tinggi	$30 \leq X \leq 36$	15	15.6%
Sangat Tinggi	$37 \leq X \leq 45$	4	4.2%
Total		96	100%

Deskripsi skor pada Tabel 9 menunjukkan pada variabel Perbandingan Sosial bahwa 5 responden berada pada kategori sangat rendah (5.2%), 16 responden berada pada kategori rendah (16.7%), 56 responden berada pada kategori sedang (58.3%), 15 responden berada pada kategori tinggi (15.6%), dan 4 responden berada pada kategori sangat tinggi (4.2%). Data tersebut menunjukkan bahwa responden tertinggi secara keseluruhan berada pada kategori skor yang sedang. Tabel berikut akan menggambarkan detail responden pada kategori Perbandingan Sosial



Gambar 3. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Persepsi Standar Kecantikan

Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial terhadap kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat. Penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda sebagai penguji hipotesis. Data penelitian terdistribusi normal, dan hasil yang diperoleh menunjukkan koefisien korelasi berganda (R) sebesar 0.841 dengan F hitung = 111.347 dan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Temuan ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama diterima dan terdapat hubungan positif yang signifikan secara simultan antara persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial terhadap kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat. Artinya, semakin tinggi persepsi standar kecantikan dan kecenderungan perbandingan sosial, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial. Sebaliknya, semakin rendah kedua variabel tersebut, maka semakin rendah pula kecemasan sosial.

Hasil uji hipotesis dengan teknik regresi linier berganda memperoleh R sebesar 0.841, R Square sebesar 0.706, F hitung sebesar 111.347, dan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial terhadap kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat. Koefisien determinasi (R Square) sebesar 0.706 menunjukkan bahwa persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial secara bersama-sama memengaruhi kecemasan sosial sebesar 70.6 persen. Sumbangan efektif masing-masing variabel adalah persepsi standar kecantikan sebesar 29.16 persen (Beta = 0.540) dan perbandingan sosial sebesar 15.86 persen (Beta = 0.398). Pengaruh variabel lain di luar penelitian ini sebesar 29.4 persen. Kesimpulan pada hasil uji hipotesis di atas adalah hipotesis pertama diterima.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Fardouly et al. (2023) dalam *Body Image Journal* yang menemukan bahwa paparan standar kecantikan di Instagram meningkatkan kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat dengan masalah kulit ($\beta = 0.48$, $p < 0.01$). Penelitian ini lebih kuat karena mengontrol perbandingan sosial sebagai variabel terpisah, sehingga sumbangan masing-masing prediktor lebih jelas. Selain itu,

hasil ini juga mendukung penelitian Pratiwi (2024) pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat yang menemukan korelasi positif antara perbandingan sosial di media sosial dengan kecemasan sosial ($r = 0.56, p < 0.05$). Penelitian ini melengkapi dengan menunjukkan persepsi standar kecantikan sebagai prediktor dominan ($Beta = 0.540$). Berbeda dengan Sari & Wijaya (2025) yang hanya menemukan hubungan lemah ($r = 0.31$) mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat, temuan ini lebih signifikan ($R = 0.841$) karena fokus pada populasi dengan masalah jerawat aktif yang rentan terhadap tekanan visual media sosial. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat *Social Comparison Theory* Gibbons & Buunk (1999) dan *Objectification Theory* (Fredrickson & Roberts, 1997) dalam konteks kecantikan digital dan kesehatan kulit.

Keterkaitan antar variabel menunjukkan bahwa persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial saling memperkuat dalam memengaruhi kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat. Persepsi standar kecantikan menciptakan tekanan internal untuk memenuhi ideal wajah mulus, sementara perbandingan sosial memperburuknya melalui perbandingan eksternal di media sosial. Kedua faktor ini mendorong kecemasan sosial berupa rasa takut dievaluasi negatif oleh orang lain. Namun, temuan ini juga membuka peluang intervensi, seperti penerimaan diri untuk mengurangi dampak persepsi standar kecantikan, pengurangan paparan media sosial untuk menurunkan perbandingan sosial, serta penggunaan kecemasan sosial sebagai sinyal awal untuk intervensi dini seperti konseling atau edukasi *body positivity*.

Uji hipotesis kedua menggunakan uji t parsial menunjukkan t hitung = 7.762 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Berdasarkan hasil ini, hipotesis kedua diterima dan terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi standar kecantikan dengan kecemasan sosial sambil mengontrol perbandingan sosial. Semakin tinggi tingkat persepsi standar kecantikan, maka semakin tinggi pula kecemasan sosial. Sumbangan efektif pada variabel persepsi standar kecantikan terhadap kecemasan sosial sebesar 29.16 persen.

Hipotesis ketiga, analisis mediasi menggunakan PROCESS macro Model 4 Hayes (bootstrapping 5.000 sampel) menunjukkan bahwa perbandingan sosial secara signifikan memediasi hubungan antara persepsi standar kecantikan dengan kecemasan sosial secara parsial. Indirect effect sebesar 0,510 dengan 95% BootCI = 0,248–0,847 (tidak mengandung nol) menunjukkan efek mediasi yang signifikan. Direct effect tetap signifikan ($B = 1,168; p < 0,001$), sehingga jenis mediasinya adalah partial mediation. Hipotesis ketiga yang menyatakan perbandingan sosial memediasi hubungan antara persepsi standar kecantikan dengan kecemasan sosial diterima.

Berdasarkan analisis uji hipotesis di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara persepsi terhadap standar kecantikan dan perbandingan sosial terhadap kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat. Hubungan positif tersebut memiliki arti bahwa semakin tinggi persepsi standar kecantikan dan perbandingan sosial, maka semakin tinggi juga kecemasan sosial yang dimiliki pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat. Begitu juga sebaliknya, apabila semakin rendah persepsi terhadap standar kecantikan dan perbandingan sosial, maka akan semakin rendah kecemasan sosial yang dimiliki mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat. Tingkat kategorisasi persepsi standar kecantikan tergolong sedang (68.75 persen), tingkat perbandingan sosial tergolong sedang (72.92 persen), dan tingkat kecemasan sosial tergolong sedang (64.58 persen).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan secara simultan antara persepsi standar kecantikan serta perbandingan sosial dengan kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat ($R = 0,841$; $R^2 = 0,706$; $F = 111,347$; $p < 0,001$), sehingga 70,6% variansi kecemasan sosial dapat dijelaskan oleh kedua variable tersebut, dengan sumbangan efektif masing-masing 29,16% dari persepsi standar kecantikan dan 15,86% dari perbandingan sosial. Secara parsial, persepsi standar kecantikan tetap berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecemasan sosial setelah mengontrol perbandingan sosial ($t = 7,762$; $p < 0,001$), begitu pula perbandingan sosial tetap berpengaruh positif dan signifikan setelah mengontrol persepsi standar kecantikan ($t = 5,715$; $p < 0,001$).

Perbandingan sosial terbukti secara signifikan memediasi hubungan antara persepsi standar kecantikan dengan kecemasan sosial secara parsial (indirect effect = 0,510; 95% BootCI = 0,248–0,847), sehingga ketiga hipotesis penelitian diterima. Mayoritas responden ($n = 96$) berada pada kategori sedang untuk ketiga variabel, yaitu kecemasan sosial (64,58%), persepsi standar kecantikan (68,75%), dan perbandingan sosial (72,92%). Dengan demikian, semakin tinggi persepsi terhadap standar kecantikan ideal dan semakin sering melakukan perbandingan sosial baik secara langsung maupun melalui jalur mediasi maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial yang dialami mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung yang memiliki masalah jerawat.

DAFTAR PUSTAKA

- Grimmer, A. (2024). *Social Anxiety Symptom Severity scale (SASS)*. www.onlinecbtresources.co.uk
- Schaefer, L. M., dkk (2015). Development and validation of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire-4 (SATAQ-4). *Psychological Assessment*, 27(1), 54–67. <https://doi.org/10.1037/a0037917>
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129–142. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129>
- Garcia, G., & Winduwati, S. (2023). *Representasi Standar Kecantikan Wanita di Media Sosial Instagram @springsummerstyle*.
- Jeste, D., Lieberman, J., & Fassler, D. (2012). *DIAGNOSTIC AND STATISTICAL MANUAL OF DSM-5TM* (5 ed.). American Psychiatric Association.
- Leigh, E., & Clark, D. M. (2018). Understanding Social Anxiety Disorder in Adolescents and Improving Treatment Outcomes: Applying the Cognitive Model of Clark and Wells (1995). Dalam *Clinical Child and Family Psychology Review* (Vol. 21, Nomor 3, hlm. 388–414). Springer New York LLC. <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0258-5>
- O'Brien, K. S., dkk. (2009). Upward and downward physical appearance comparisons: Development of scales and examination of predictive qualities. *Body Image*, 6(3), 201–206. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.03.003>

- Putri, B. B. K., Noer, A. H., Pebriani, L. V., & Purba, F. D. (2025). Indonesian Translation and Adaptation of Social Appearance Anxiety Scale (SAAS) for Early Adolescent Girls in Indonesia. *Psychology Research and Behavior Management*, 18, 475–485. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S498021>
- Rizkia, R., Aulia, R., & Andriyani, S. (2023). *Women's Perception of Beauty Standard Women's Perception of Beauty Standards. Vol.1 No.2.*
- Schneider, S., & Schupp, J. (2011). *360 SOEP papers on Multidisciplinary Panel Data Research.* www.diw.de
- Thai, H., Davis, C. G., Mahboob, W., Perry, S., Adams, A., & Goldfield, G. S. (2023). Reducing Social Media Use Improves Appearance and Weight Esteem in Youth With Emotional Distress. *Psychology of Popular Media*, 13(1), 162–169. <https://doi.org/10.1037/ppm0000460>
- Leigh, E., & Clark, D. M. (2018). Understanding Social Anxiety Disorder in Adolescents and Improving Treatment Outcomes: Applying the Cognitive Model of Clark and Wells (1995). Dalam *Clinical Child and Family Psychology Review* (Vol. 21, Nomor 3, hlm. 388–414). Springer New York LLC. <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0258-5>
- Alomari, N. A., dkk. (2022). Social Anxiety Disorder: Associated Conditions and Therapeutic Approaches. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.32687>
- Antony, M. M., & Rowa, K. (2005). Evidence-based assessment of anxiety disorders in adults. Dalam *Psychological Assessment* (Vol. 17, Nomor 3, hlm. 256–266). <https://doi.org/10.1037/1040-3590.17.3.256>
- Autrilia, R., & Ninin, R. H. (2022). Eksplorasi Dampak Psikologis pada Remaja yang Memiliki Masalah Penampilan dengan Jerawat. *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol.9 No.2(2), 194–205. <https://doi.org/10.24843/JPU/2022.v09.i02.p09>
- Cahya, M., dkk. (2023). *Dampak Media Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja. Vol. 3 No.8.*
- Dewi, R., & Dianovinina, K. (2022). Perempuan dan Depresi: Pengaruh Ketidakpuasan Tubuh. *Pengaruh Ketidakpuasan Tubuh Proyeksi*, Vol.17 No.1, 89–99.
- Faudy Akbar, R. (2015). *Analisis Persepsi Pelajar Tinggi Menengah pada Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus* (Vol. 10, Nomor 1).
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Garcia, G., & Winduwati, S. (2023). *Representasi Standar Kecantikan Wanita di Media Sosial Instagram @springsummerstyle.*