

The relationship between media literacy and body dissatisfaction in adolescent girls in the city of Bukittinggi

Hubungan literasi media dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di kota Bukittinggi

Gita Sri Ramadhani, Rosfita Rasyid, Nila Anggreiny, Rozi Sastra Purna, Mafaza

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas
Jl. Perintis Kemerdekaan No. 94, Jati, Kec. Padang Timur, Padang, Indonesia 25127

ARTICLE INFO:

Received: 2023-08-22
Revised: 2023-11-03
Accepted: 2023-11-03

Keywords:

Media literacy, body dissatisfaction, diet, body image, media

Kata Kunci:

Literasi media, *body dissatisfaction*, diet, *body image*, media

ABSTRACT

Adolescent girls tend to experience an increase in body fat, so girls pay more attention to their appearance to achieve an ideal appearance and often feel dissatisfied with their appearance, called *body dissatisfaction*. One that influences *body dissatisfaction* is the media, therefore media literacy can be used to prevent *body dissatisfaction* by thinking critically about the messages conveyed by the media. This study aims to look at the relationship between media literacy and *body dissatisfaction* in adolescent girls in the city of Bukittinggi. The research method used in this study is a quantitative method with a correlational research design and using correlation analysis Spearman's Rho. Respondents in this study amounted to 150 young women in the city of Bukittinggi using the technique of accidental sampling. Data collection was carried out using adaptation measuring devices New Media Literacy (NML) Scale and Body Dissatisfaction Scale for Women (BDS-W). Reliability on the media literacy scale is 0.918 and on the scale *body dissatisfaction* of 0.870. The results of this study indicate that media literacy is significantly negatively related to *body dissatisfaction*, the relationship between these two variables has moderate strength. This can be seen from the significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and the correlation coefficient of -0.515. That is, the better the media literacy skills of young women in the city of Bukittinggi, the lower the degree of *body dissatisfaction*, and vice versa. A good ability to access messages in the media, process messages in the media, create media content, and use media in various skill levels can lower the level of dissatisfaction with the perceived body.

ABSTRACT

Remaja perempuan cenderung mengalami peningkatan lemak tubuh, sehingga remaja perempuan lebih memperhatikan penampilannya untuk mencapai penampilan yang ideal dan sering merasa tidak puas terhadap penampilannya atau disebut dengan *body dissatisfaction*. Salah satu yang mempengaruhi *body dissatisfaction* adalah media, maka dari itu literasi media dapat digunakan untuk mencegah *body dissatisfaction* dengan cara berpikir kritis mengenai pesan yang disampaikan media. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan literasi media dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional dan menggunakan analisis korelasi Spearman's Rho. Responden pada penelitian ini berjumlah 150 orang remaja perempuan di Kota Bukittinggi dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan adaptasi alat ukur New Media Literacy (NML) Scale dan *Body Dissatisfaction Scale for Women* (BDS-W). Reliabilitas pada skala literasi media sebesar 0,918 dan pada skala *body dissatisfaction* sebesar 0,870. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa literasi media berhubungan negatif secara signifikan dengan *body dissatisfaction*, hubungan kedua variabel ini memiliki kekuatan sedang. Hal ini terlihat dari nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar -0,515. Artinya, semakin baik kemampuan literasi media remaja perempuan di Kota Bukittinggi, maka akan semakin rendah derajat *body dissatisfaction*nya, begitupun sebaliknya. Kemampuan yang baik dalam mengakses pesan di media, memproses pesan di media, membuat konten media, dan menggunakan media dalam berbagai tingkatan kemahiran dapat menurunkan tingkat ketidakpuasan terhadap tubuh yang dirasakan.

©2023 Jurnal Psikologi Tabularasa
This is an open access article distributed under the CC BY-SA 4.0 license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

How to cite: Ramadhani. G. S., Rasyid. R., Anggreiny. N., Purna. R. S., & Mafaza. (2023). Hubungan Literasi Media dengan *Body Dissatisfaction* pada Remaja Perempuan di Kota Bukittinggi. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 18(2), 126-137. doi: <https://doi.org/10.26905/jpt.v18i2.10908>

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa dimana individu berada pada tahap perkembangan psikososial *identity versus identity confusion* (Erikson, dalam Papalia dkk., 2009). Selama masa remaja ini penampilan dinilai sebagai aspek yang sangat penting bagi individu dan menjadi fokus sebagai aspek identitas sentral (Arnett, 2000) dan mempengaruhi bagaimana remaja memandang identitas mereka (Frisén & Holmqvist, 2010).

Pubertas pada masa remaja menyebabkan *growth spurt*, dimana remaja perempuan mengalami peningkatan pada lemak tubuh, sedangkan remaja laki-laki mengalami penurunan lemak tubuh dan peningkatan massa otot (Papalia., 2009). Hal ini menyebabkan remaja perempuan cenderung merasa tidak puas terhadap tubuhnya atau sering disebut dengan istilah *body dissatisfaction*, sedangkan remaja laki-laki menjadi puas terhadap tubuhnya (Berk, 2018), sehingga remaja perempuan lebih memperhatikan penampilan dibanding dengan aspek lainnya (Papalia dkk., 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Quittkat, dkk (2019) menemukan bahwa *body dissatisfaction* lebih sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki secara keseluruhan di segala tingkatan usia. *Body dissatisfaction* menurun sepanjang rentang hidup individu, dari remaja ke usia tua, dengan kata lain remaja perempuan dilaporkan memiliki *body dissatisfaction* yang lebih tinggi daripada perempuan yang lebih tua (Esnaola dkk., 2010). Bully dan Elosua (2011) menemukan bahwa skor *body dissatisfaction* remaja perempuan paling tinggi pada rentang usia 15 sampai 16 tahun

dan selanjutnya pada usia 17-18 tahun. Kesimpulan yang dapat ditarik adalah *body dissatisfaction* lebih dominan terjadi pada remaja perempuan dibandingkan dengan perempuan di tingkat usia lainnya dan dibandingkan remaja laki-laki.

Hasil penelitian di Kota Bukittinggi juga menunjukkan bahwa remaja perempuan mempunyai *body image* negatif atau *body dissatisfaction*. Santy (2006) dalam penelitiannya melaporkan bahwa terdapat 52,6% remaja perempuan di Kota Bukittinggi yang memiliki *body image* negatif atau *body dissatisfaction*. Para responden dalam penelitian ini mengalami distorsi persepsi yaitu *overestimation* terhadap tubuhnya. Rahmi, dkk (2009) juga melaporkan bahwa remaja perempuan di MAN Model Bukittinggi *body image negatif*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 52,3% remaja perempuan memiliki distorsi persepsi *overestimation*, 47,7% cemas akan kegemukan, 30,7% remaja perempuan ingin mengubah penampilan, dan 23% menjalankan diet untuk lebih kurus.

Body dissatisfaction dipengaruhi oleh media eksposur, dimana media merupakan tempat penyebaran luasan gambaran tubuh ideal, yaitu perempuan yang sangat kurus (Nagar & Virk, 2017). Tubuh yang ideal ini didapatkan dari *media images*, seperti majalah, selebriti dan *influencer* yang menciptakan standar kecantikan bagi perempuan (Knauss dkk., 2007). *Body dissatisfaction* terjadi apabila individu menginternalisasi tubuh kurus ideal yang tidak dapat dicapai yang ditampilkan di media, dan membandingkan diri sendiri dengan tubuh yang tidak dapat dicapai tersebut (Thompson dkk., 1999).

Untuk mencegah *body dissatisfaction* maka digunakan literasi media agar dapat berpikir kritis mengenai pesan yang disampaikan media (McLean, 2016). Pandangan kritis dapat mencegah efek persuasif dari pesan yang disampaikan media mengenai *thin-ideal appearance* (Bergsma & Carney, 2008; Mclean dkk., 2016) dan mengurangi kredibilitas dari pesan yang disampaikan media sehingga dampak media terhadap sikap dan perilaku dapat diminimalisir (Pinkleton dkk., 2007).

Primack, dkk (2006) menjelaskan bahwa literasi media memiliki tiga konsep inti, yaitu memahami tujuan tertentu dari pesan yang disampaikan penulis, makna dari pesan tersebut, dan apakah media *image* yang ditampilkan representasi dari realitas. Kemahiran dalam konsep inti ini membuat kerentanan individu terhadap pesan media yang persuasif akan lebih rendah.

Media Interpretation Model (MIP) juga menjelaskan mengenai proses dimana pesan media ditafsirkan, kemudian skeptisme terhadap pesan tersebut dikembangkan, dan selanjutnya keputusan apakah pesan tersebut dapat diterima atau ditolak (Austin & Meili, 1994). Pengaruh persuasif media dapat berkurang apabila individu memiliki keterampilan untuk mengevaluasi pesan media secara kritis, bersikap skeptis mengenai realisme, kesamaan, keinginan, dan hasil positif dari pesan media, memahami bahwa media diciptakan untuk keuntungan dan pengaruh, memuat sudut pandang tertentu, dan media dapat menghilangkan informasi (McLean dkk., 2016). Individu yang dengan keterampilan literasi media yang baik dapat menolak dan melawan pengaruh persuasif

dari media dengan menyadari sifat-sifat media image yang tidak realistis dan mengevaluasi tujuan yang mendasari media menggunakan gambar model yang sangat kurus (McLean dkk., 2013). Literasi media dapat menginterupsi proses perbandingan dan internalisasi media image yang tidak realistis, sehingga perkembangan *body dissatisfaction* dapat dicegah (McLean dkk., 2013).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang melihat hubungan antara literasi media dan *body dissatisfaction*, baik penelitian *cross-sectional* maupun penelitian eksperimental didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara literasi media dengan *body dissatisfaction*. Penelitian eksperimental yang dilakukan oleh Halliwell, dkk (2011) mendapatkan hasil bahwa intervensi literasi media dapat menjadi alat untuk melindungi remaja perempuan dari *body dissatisfaction*. Review sistematis yang dilakukan McLean, dkk (2016) juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara literasi media dengan *body dissatisfaction*, internalisasi, dan *appearance comparisons*. Peneliti melaporkan bahwa tingginya derajat *body dissatisfaction* berhubungan dengan rendahnya tingkat literasi media. Watson dan Vaughn (2006) juga melaporkan bahwa *long-term* intervensi literasi media secara signifikan menurunkan *body dissatisfaction* pada remaja, tetapi tidak signifikan pada *short-term* intervensi literasi media.

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan diatas yang didasari oleh fenomena-fenomena dan penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti ingin membahas mengenai hubungan literasi media dengan

body dissatisfaction pada remaja di Kota Bukittinggi.

Hipotesis pada penelitian ini, yaitu:

Ha : Terdapat hubungan antara *body dissatisfaction* dengan literasi media pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi.

Ho : Tidak terdapat hubungan antara *body dissatisfaction* dengan literasi media pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja perempuan di Kota Bukittinggi dengan jumlah sampel sebanyak 150 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *nonprobability sampling* dengan jenis teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur literasi media, yaitu menggunakan *New Media Literacy (NML) Scale* yang dikembangkan oleh Koc dan Barut (2016) berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Chen, dkk (2011). NMLS terdiri dari 35 item dan memiliki nilai *internal consistency* yang sangat memuaskan yaitu 0,918. Terdapat lima pilihan jawaban dari setiap pernyataan dalam skala ini, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, kurang setuju, setuju, dan sangat setuju. Salah satu item yang terdapat pada NMLS adalah "Saya bisa mengikuti perubahan-perubahan yang terjadi di media (misal: tren kecantikan, fashion)".

Body dissatisfaction diukur dengan menggunakan *Body dissatisfaction Scale for*

Women (BDS-W) yang dikembangkan oleh Tariq dan Ijaz (2015). BDS-W terdiri dari 26 item dan memiliki nilai *internal consistency* yang baik yaitu 0,870. Terdapat lima pilihan jawaban dari setiap pernyataan dalam skala ini, yaitu tidak pernah, jarang, kadang-kadang, selalu, dan sering. Salah satu item yang terdapat dalam BDS-W adalah "Tidak memiliki bentuk wajah yang diinginkan".

Untuk menganalisa data, digunakan dua macam statistik, yaitu statistik deskriptif dengan cara mengkategorisasikan responden kepada kelompok-kelompok dengan posisi berjenjang, yaitu tinggi, sedang, dan rendah (Azwar, 2012); dan statistik inferensial dengan melakukan uji normalitas menggunakan Uji *Kolmogorov Smirnov*, dan analisis korelasi menggunakan korelasi *Spearman's Rho* karena data tidak berdistribusi normal.

3. HASIL dan PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1

Hasil uji normalitas

Variabel	Sig (p)	Ket
Literasi Media	.021	Tidak
<i>Body Dissatisfaction</i>	.001	Normal

Berdasarkan data yang ada pada tabel 1, dapat dilihat bahwa bahwa variabel literasi media memiliki nilai signifikansi sebesar 0,021 dan *body dissatisfaction* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,001. Jadi dapat disimpulkan data penelitian ini tidak berdistribusi normal, yang berarti data tidak memenuhi uji asumsi. Maka dari itu digunakan uji korelasi nonparametrik, yaitu dengan uji korelasi *Spearman's Rho*.

Tabel 2
Hasil Uji Korelasi

Variabel	Sig (p)	Koefisien Korelasi (r)	Ket
Literasi Media	0,000	-0,515	Signifikan
Body dissatisfaction			

Berdasarkan table 2, dapat dilihat bahwa nilai signifikansi (p) hubungan antara literasi media dengan *body dissatisfaction* adalah 0,000, yang berarti nilai $p < 0,05$. Maka dapat disimpulkan H_a diterima dan H_0 ditolak, yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara literasi media dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan dengan koefisien korelasi yaitu -0,515 dan tergolong dalam kategori sedang. Variabel literasi media dan variabel *body dissatisfaction* berhubungan negatif, hal ini dapat dilihat dari tanda minus (-) pada koefisien korelasi. Hubungan negatif ini berarti apabila semakin meningkat literasi media remaja perempuan maka akan semakin rendah *body dissatisfaction*-nya, dan sebaliknya.

PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara literasi media dan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi. Hasil ini membuktikan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Hubungan antara literasi media dan *body dissatisfaction* ini bernilai negatif, jadi dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kemampuan literasi media remaja perempuan di Kota Bukittinggi maka akan semakin rendah

tingkat *body dissatisfaction*-nya dan hal ini juga berlaku sebaliknya. Hubungan antara literasi media dan *body dissatisfaction* berada pada kategori sedang, hal ini menunjukkan bahwa walaupun kemampuan literasi media yang semakin baik akan disertai dengan penurunan tingkat *body dissatisfaction* dan sebaliknya, tetapi kecenderungan ini tidak selalu terjadi (Dancey & Reidy, 2007)

Berdasarkan model sosiokultural, remaja menerima pesan mengenai seperti apa tubuh mereka harusnya terlihat dari berbagai sumber berbeda, salah satunya media (Thompson dkk., 1999). Remaja sering menginternalisasi penampilan ideal yang digambarkan media dan membandingkannya dengan diri mereka sendiri, sehingga dapat menghasilkan *body dissatisfaction*. Selain itu, melihat postingan orang lain di sosial media secara tidak langsung berhubungan dengan meningkatnya *body dissatisfaction* pada remaja perempuan (Rousseau dkk, 2017). Kleemans dkk, (2018) menyatakan bahwa melihat foto orang lain yang sudah diedit menjadi lebih cantik di sosial media juga dapat meningkatkan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan, khususnya mereka yang menyatakan sering membandingkan dirinya dengan orang lain. *The American Psychological Association* (2007) juga menyatakan bahwa eksposur mengenai *thin-ideal* di media merupakan kontributor yang penting untuk *body dissatisfaction*. Oleh sebab itu, pemrosesan internal *media images* dapat berkontribusi dalam mencegah *body dissatisfaction* pada remaja perempuan, yaitu dengan literasi media (Levine, 2016).

Pemrosesan internal *media images* dapat dijelaskan dengan *Model Interpretation*

Model (MIP), dimana pada model ini setelah pesan yang didapatkan dari media ditafsirkan, maka skeptisme terhadap pesan tersebut akan dikembangkan dan kemudian akan diambil keputusan apakah pesan tersebut dapat diterima atau ditolak (Austin & Meili, 1994). Apabila skeptisme terhadap pesan di media besar maka individu tidak akan menerima pesan yang disampaikan di media dengan mudah. Skeptisme ini ditentukan oleh kesesuaian antara pesan yang disampaikan di media dengan realita sosial yang ada, semakin besar kesesuaiannya maka skeptisme akan semakin kecil, begitupun sebaliknya (McLean dkk., 2016). Perkembangan skeptisme terhadap pesan di media inilah yang dapat ditentukan oleh kemampuan literasi media.

Literasi media mempunyai tiga konsep inti, yaitu memahami tujuan tertentu dari pesan yang disampaikan penulis, makna dari pesan tersebut, dan apakah *media image* yang ditampilkan representasi dari realitas (Primack dkk., 2006). Kemahiran dalam konsep inti ini membuat kerentanan individu terhadap pesan media yang persuasif akan lebih rendah (Primack dkk., 2006). Pengaruh persuasif media dapat berkurang apabila individu memiliki keterampilan untuk mengevaluasi pesan media secara kritis, bersikap skeptis mengenai realisme, kesamaan, keinginan, dan hasil positif dari pesan media, memahami bahwa media diciptakan untuk keuntungan dan pengaruh, memuat sudut pandang tertentu, dan media dapat menghilangkan informasi (McLean dkk., 2016). Individu yang dengan keterampilan literasi media yang baik dapat menolak dan melawan pengaruh persuasif dari media dengan menyadari sifat-sifat *media images*

yang tidak realistis dan mengevaluasi tujuan yang mendasari media menggunakan gambar model yang sangat kurus (McLean dkk., 2013).

Literasi media merupakan filter perlindungan dan strategi yang potensial untuk menolak efek negatif dari media eksposur terhadap *body image* (Tylka, 2012). Literasi media dapat menginterupsi proses perbandingan dan internalisasi *media image* yang tidak realistis, sehingga perkembangan *body dissatisfaction* dapat dicegah (McLean dkk., 2013). Literasi media juga meningkatkan kemampuan pencarian informasi faktual dan menyanggah informasi yang salah dengan berpikir kritis sehingga citra tubuh ideal dan pesan yang tidak realistis di media dapat ditolak (Pedalino & Camerini, 2022). Terlibat secara aktif dalam literasi media dapat mempengaruhi sejauh mana media eksposur berkontribusi pada *body dissatisfaction* (McLean dkk., 2013).

Teori *self-determination* juga menjelaskan terpenuhinya kebutuhan psikologi dasar dapat mengurangi *body dissatisfaction* dan menjadi proteksi dari tekanan sosiokultural, salahsatunya media (Mask & Blanchard, 2011; Thogersen-Ntoumani, dkk 2010). Dasar dari literasi media yaitu berpikir kritis dan evaluatif dapat memenuhi kebutuhan psikologis dasar individu tersebut (Pfaff-Rüdiger & Riesmeyer, 2016). Berpikir kritis mengenai pesan yang disampaikan di media dapat menunjukkan kepuasan terhadap kebutuhan akan kompetensi (Pfaff-Rüdiger & Riesmeyer, 2016), dimana berpikir kritis menandakan individu dapat mengendalikan perilakunya sendiri sehingga dapat mencapai hasil yang diinginkan dan mencegah hasil yang tidak diinginkan (Thogersen-Ntoumani

dkk., 2010). Selanjutnya, kemampuan mengevaluasi pesan di media merupakan kepuasan terhadap kebutuhan akan otonomi (Pfaff-Rüdiger & Riesmeyer, 2016), dimana mengevaluasi pesan membuat individu merasa mereka memiliki pilihan dan kendali atas perilaku mereka (Thøgersen-Ntoumani & Ntoumanis, 2007). Oleh sebab itu, kemampuan literasi media memiliki efek yang dapat mengurangi *body dissatisfaction* dengan pemenuhan kebutuhan psikologi dasar individu.

Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Xie, dkk (2019) yang menyatakan bahwa literasi media dapat mengurangi perilaku menyimpang salah satunya *body dissatisfaction* dengan efek sedang secara persisten. Kemampuan literasi media yang baik diiringi dengan kemampuan analisis dan evaluasi sehingga individu dapat dengan mudah menyadari dan memahami informasi yang implisit yang berpotensi mempengaruhi sikap dan identitas individu (Xie dkk., 2019). Individu dengan kemampuan literasi media yang tinggi biasanya memiliki *internet search skills* yang tinggi pula, hal inilah yang membantu individu dalam menemukan informasi yang benar dan ilmiah secara lebih efektif, sehingga individu tidak mudah terpengaruh dengan informasi yang menyimpang (Çoklar, Yaman, & Yurdakul, 2017).

Halliwell, dkk (2011) mendapatkan hasil penelitian bahwa intervensi literasi media dapat menjadi alat untuk melindungi remaja perempuan dari *body dissatisfaction*. Literasi media dapat mencegah remaja dalam membandingkan diri mereka dengan *media image* yang tidak realistis. Kemampuan

literasi media yang baik membuat individu sadar bahwa *media image* yang tidak realistis tersebut hanyalah buatan dan merupakan hal yang tidak dapat dibandingkan dengan keadaan dalam kehidupan nyata. *Review* sistematis yang dilakukan McLean, dkk (2016) juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara literasi media dengan *body dissatisfaction*. Peneliti melaporkan bahwa tingginya derajat *body dissatisfaction* berhubungan dengan rendahnya tingkat literasi media, hal ini disebabkan karena literasi media dapat meningkatkan skeptisisme, realisme, dan kesadaran mengenai efek persuasif dari media sehingga persepsi kredibilitas terhadap *media image* yang tidak realistis dapat dikurangi. Selain itu, pemikiran kritis dalam kemampuan literasi media juga dapat meningkatkan cita-cita penampilan yang lebih realistis baik bagi diri sendiri maupun dalam kaitannya dengan *media image*.

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar remaja perempuan di Kota Bukittinggi memiliki tingkat *body dissatisfaction* yang rendah dan kemampuan literasi media yang tinggi. Hal ini berarti, sebagian besar remaja perempuan di Kota Bukittinggi telah memperoleh kemampuan mengakses pesan di media, memproses pesan di media, membuat konten media, dan menggunakan media dalam berbagai tingkatan kemahiran yang baik sehingga mampu untuk berpikir kritis dan mengevaluasi *media images* yang tidak realistis di media dan mampu menolak efek persuasif dari *media images* yang tidak realistis tersebut. Kemampuan yang baik ini diikuti dengan semakin rendah derajat ketidakpuasan tubuh yang dirasakan oleh remaja perempuan di Kota Bukittinggi yang disebabkan oleh pengaruh media.

Hasil kategorisasi *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi menunjukkan adanya perbedaan dengan asumsi awal penelitian. Asumsi awal peneliti berdasarkan data yang dikumpulkan disimpulkan bahwa remaja perempuan memiliki *body dissatisfaction* yang tinggi jika dibandingkan dengan perempuan maupun laki-laki pada masa perkembangan lainnya, namun pada penelitian ini didapatkan bahwa remaja perempuan di Kota Bukittinggi mayoritas memiliki *body dissatisfaction* yang rendah. Perbedaan ini dapat dijelaskan dengan sebaran data demografi yang menunjukkan bahwa terdapat 66,7% sampel yang tidak pernah melakukan diet. Diet merupakan salah satu indikator perilaku dari *body dissatisfaction*, dimana individu berusaha mengubah bentuk tubuh dan mencapai tubuh ideal dengan melakukan diet (Grogan, 1999). Findlay (2004) menyatakan bahwa *body dissatisfaction* merupakan faktor terbesar remaja menjalankan diet, hal ini sejalan dengan penelitian Stice, dkk (1998) yang menemukan bahwa peningkatan *body dissatisfaction* dapat memprediksi peningkatan perilaku diet.

Perbedaan asumsi awal dan hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan dengan perbedaan karakteristik remaja perempuan yang diteliti, dimana subjek pada penelitian sebelumnya di Kota Bukittinggi merupakan remaja perempuan dengan rentang usia 16 sampai 18 tahun. Hal ini berbeda dengan sebaran data demografi pada penelitian ini yang menunjukkan bahwa subjek penelitian paling banyak berada pada rentang usia 12 sampai 14 tahun (*early adolescence*) yaitu 38,67% sampel.. Bucchianeri, dkk (2013) juga bahwa *body dissatisfaction* terus meningkat

lebih pesat selama transisi ke masa dewasa muda. Bully dan Elosua (2011) melaporkan bahwa rentang usia 15 sampai 16 merupakan momen kritis dalam peningkatan *body dissatisfaction* dan skor *body dissatisfaction* remaja perempuan paling tinggi pada rentang usia 15 sampai 16 tahun. Hal ini dikarenakan *self-evaluation*, *pressure*, perbandingan dan pembicaraan perempuan pada masa *middle adolescence* berpusat pada penampilan fisik (Chen & Jackson, 2012). Perempuan pada masa *middle* dan *late adolescence* juga lebih tenggelam dalam *appearance-based interpersonal* dan *media experience* dibandingkan dengan perempuan pada masa *early adolescence*. (Chen & Jackson, 2012).

Berdasarkan hasil yang didapatkan disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara literasi media dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi. Semakin tinggi kemampuan literasi media maka akan semakin rendah derajat *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi, begitupun sebaliknya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara literasi media dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi. Hubungan ini memiliki kekuatan sedang, artinya apabila kemampuan literasi media tinggi, maka *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di Kota Bukittinggi menjadi rendah, dan hal ini juga berlaku sebaliknya. Remaja perempuan di Kota Bukittinggi paling banyak memiliki

tingkat *body dissatisfaction* rendah yaitu 78 (52%) orang sampel, dan tingkat literasi media yang tinggi yaitu sebanyak 104 (63,3%) orang sampel. Kemampuan yang baik dalam mengakses pesan di media, memproses

pesan di media, membuat konten media, dan menggunakan media dalam berbagai tingkatan kemahiran dapat menurunkan tingkat ketidakpuasan terhadap tubuh yang dirasakan.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2007). Report of the APA task force on the sexualization of girls. Retrieved Mei 10, 2023, from http://www.apa.org/pi/wpo/sexualization_report_summary.pdf
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Austin, E. W., & Meili, H. K. (1994). Effects of Interpretations of Televised Alcohol Portrayals on Children s Alcohol Beliefs. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 38(4), 417–435. <https://doi.org/10.1080/08838159409364276>
- Bergsma, L. J., & Carney, M. E. (2008). Effectiveness of health-promoting media literacy education: A systematic review. *Health Education Research*, 23(3), 522–542. <https://doi.org/10.1093/her/cym084>
- Berk, L. E. (2018). *Development Through the Lifespan* (7th ed.) Pearson Education
- Bucchianeri, M. M., Arikian, A. J., Hannan, P. J., Eisenberg, M. E., & NeumarkSztainer, D. (2013). Body dissatisfaction from adolescence to young adulthood: Findings from a 10-year longitudinal study. *Body Image*, 10(1), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.09.001>
- Bully, P., & Elosua, P. (2011). Changes in Body Dissatisfaction Relative to Gender and Age: The Modulating Character of BMI. *The Spanish Journal of Psychology*, 4(1), 313–322. <https://doi.org/10.5209/rev>
- Chen, D.-T. victor, Wu, J., & Wang, Y.-M. (2011). Unpacking New Media Literacy. *Journal of Systemics, Cybernetics and Informatics*, 9(2), 84–88.
- Chen, H., & Jackson, T. (2012). Gender and age group differences in mass media and interpersonal influences on body dissatisfaction among Chinese adolescents. *Sex roles*, 66(1-2), 3-20.
- Çoklar, A. N., Yaman, N. D., & Yurdakul, I. K. (2017). Information literacy and digital nativity as determinants of online information search strategies. *Computers in human behavior*, 70, 1-9.
- Dancey, C. P., & Reidy, J. (2017). *Statistics without maths for psychology* (7th ed). London: Pearson
- Esnaola, I., Rodríguez, A., & Goñi, A. (2010). Body dissatisfaction and perceived sociocultural pressures: Gender and age differences. *Salud Mental*, 33(1), 21–29

The Relationship Between Media Literacy and Body Dissatisfaction In Adolescent Girls In The City of Bukittinggi

Gita Sri Ramadhani, Rosfita Rasyid, Nila Anggreiny, Rozi Sastra Purna, Mafaza

- Findlay, S. M. (2004). Dieting in adolescence. Adolescent Health Committee. Paediatrics Child Health, 9(7), 487-91.
- Frisén, A., & Holmqvist, K. (2010). Physical, Sociocultural, and Behavioral Factors Associated with Body-Esteem in 16-Year-Old Swedish Boys and Girls. *Sex Roles*, 63(5), 373–385. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9806-2>
- Grogan, S. (1999). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Routledge
- Halliwel, E., Easun, A., & Harcourt, D. (2011). Body dissatisfaction: Can a short media literacy message reduce negative media exposure effects amongst adolescent girls? *British Journal of Health Psychology*, 16(2), 396–403. <https://doi.org/10.1348/135910710X515714>
- Knauss, C., Paxton, S. J., & Alsaker, F. D. (2007). Relationships amongst body dissatisfaction, internalisation of the media body ideal and perceived pressure from media in adolescent girls and boys. *Body image*, 4(4), 353-360.
- Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I., & Anschutz, D. (2018). Picture perfect: the direct effect of manipulated Instagram photos on body image in adolescent girls. *Media Psychology*, 21(1), 93– 110. <https://doi.org/10.1080/15213269.2016.1257392>
- Koc, M., & Barut, E. (2016). Development and validation of New Media Literacy Scale (NMLS) for university students. *Computers in Human Behavior*, 63, 834– 843. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.035>
- Levine MP. Media literacy approaches to prevention. In: Wade T, editor. *Encyclopedia of feeding and eating disorders*. Singapore: Springer; 2016. p. 1–6
- Mask, L., & Blanchard, C. M. (2011). The protective role of general selfdetermination against „thin ideal media exposure on women s body image and eating-related concerns. *Journal of Health psychology*, 16(3), 489-499.
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H. (2013). Mediators of the relationship between media literacy and body dissatisfaction in early adolescent girls: Implications for prevention. *Body Image*, 10(3), 282–289. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.01.009>
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H. (2016a). Does Media Literacy Mitigate Risk for Reduced Body Satisfaction Following Exposure to Thin-Ideal Media? *Journal of Youth and Adolescence*, 45.
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H. (2016b). The measurement of media literacy in eating disorder risk factor research: Psychometric properties of six measures. *Journal of Eating Disorders*, 4(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s40337-016-0116-0>
- Nagar, I., & Virk, R. (2017). The struggle between the real and ideal: Impact of acute media exposure on body image of young Indian women. *SAGE Open*, 7(1). <https://doi.org/10.1177/2158244017691327>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., Feldman, R. D. (2009). *Human Development (11th ed.)*. The McGraw-Hill Companies, Inc
- Pedalino, F.; Camerini, A.-L. Instagram Use and Body Dissatisfaction: The Mediating Role of Upward Social Comparison with Peers and Influencers among Young Females.

- Int. J. Environ. Res. Public Health 2022, 19, 1543.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19031543>
- Pfaff-Rüdiger, S., & Riesmeyer, C. (2016). Moved into action. Media literacy as social process. *Journal of Children and Media*, 10(2), 164-172.
- Pinkleton, B. E., Austin, E. W., Cohen, M., Miller, A., & Fitzgerald, E. (2007). A statewide evaluation of the effectiveness of media literacy training to prevent tobacco use among adolescents. *Health Communication*, 21(1), 23-34.
<https://doi.org/10.1080/10410230701283306>
- Primack, B. A., Gold, M. A., Switzer, G. E., Hobbs, R., Land, S. R., & Fine, M. J. (2006). Development and Validation of a Digital Literacy Scale for Adolescents. *ARCH PEDIATR ADOLESC MED*, 160, 1067-1072.
<https://doi.org/10.1145/3012430.3012648>
- Quittkat, H. L., Hartmann, A. S., Düsing, R., Buhlmann, U., & Vocks, S. (2019). Body Dissatisfaction, Importance of Appearance, and Body Appreciation in Men and Women Over the Lifespan. *Frontiers in Psychiatry*, 10(December), 1- 12.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00864>
- Rahmi, N., Azrimaidaliza, A., & Edmon, E. (2009). Determinan Status Gizi Remaja Putri di MAN Model Bukittinggi Tahun 2008. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 3(2), 72-76.
- Rousseau, A., Eggermont, S., & Frison, E. (2017). The reciprocal and indirect relationships between passive Facebook use, comparison on Facebook, and adolescents body dissatisfaction. *Computers in Human Behavior*, 73, 336-344.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.056>
- Santy, R. (2006). Determinan indeks massa tubuh remaja putri di kota bukit tinggi, tahun 2006. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 1(3), 134-138.
- Stice, E., Mazotti, L., Krebs, M., & Martin, S. (1998). Predictors of adolescent dieting behaviors: A longitudinal study. *Psychology of addictive behaviors*, 12(3), 195.
- Tariq, M., & Ijaz, T. (2015). Development of Body Dissatisfaction Scale for University Students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 30(2), 305- 322.
- Thøgersen-Ntoumani, C., & Ntoumanis, N. (2007). A self-determination theory approach to the study of body image concerns, self-presentation and self-perceptions in a sample of aerobic instructors. *Journal of Health Psychology*, 12(2), 301-315.
- Thogersen-Ntoumani, C, Ntoumanis, N & Nikitaras, N. (2010). Unhealthy weight control behaviours in adolescent girls: a process model based on selfdetermination theory. *Psychology and Health*, 25 (5), 535-550.
<https://doi.org/10.1080/08870440902783628>
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. Washington, DC, USA: American Psychological Association.
- Tylka, T. L.(2012). Positive psychology perspectives on body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance (Vol. 2)*(pp. 657- 663). Oxford: Academic Press. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00104-8>

The Relationship Between Media Literacy and Body Dissatisfaction In Adolescent Girls in The City of Bukittinggi

Gita Sri Ramadhani, Rosfita Rasyid, Nila Anggreiny, Rozi Sastra Purna, Mafaza

Watson, R., & Vaughn, L. M. (2006). Limiting the effects of the media on body image: Does the length of a media literacy intervention make a difference? *Eating Disorders*, 14(5), 385-400. <https://doi.org/10.1080/10640260600952530>

Xie, X., Gai, X., & Zhou, Y. (2019). A meta-analysis of media literacy interventions for deviant behaviors. *Computers & Education*, 139, 146-156. <http://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.05.008>
