



Hubungan antara Penerimaan Sosial dan Ketidakpuasan Penampilan Ideal pada Mahasiswa Dampak Standar Kecantikan Media Sosial TikTok

Ari Yanti^{1*}, Annisa Fitriani¹, Indah Dwi Cahya Izzati¹

¹Fakultas Psikologi, Program Studi Psikologi Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung, Indonesia

*Corresponding Author's e-mail: aryanti9494@gmail.com

Article History:

Received: January 23, 2026

Revised: February 21, 2026

Accepted: February 26, 2026

Keywords:

ideal appearance
dissatisfaction, social
acceptance, TikTok,
university students

Abstract: Social media, particularly TikTok, plays a major role in shaping idealized beauty standards through intense and repetitive visual content. Continuous exposure to unrealistic ideals (e.g., slim body shape, fair skin, and "proportional" facial features) may encourage social comparison and contribute to negative body evaluation, leading to dissatisfaction with one's ideal appearance. This condition can affect not only intrapersonal well-being but also interpersonal functioning, especially the way students perceive their social acceptance within peer and academic environments. This study aimed to examine the relationship between ideal appearance dissatisfaction and perceived social acceptance among university students who actively use TikTok. A quantitative approach with a survey design was employed. Participants were 150 university students aged 18–25 years who reported active TikTok use. Data were collected using a 50-item Likert-scale questionnaire measuring ideal appearance dissatisfaction and social acceptance. Descriptive and inferential statistical analyses were conducted using SPSS. The Pearson correlation analysis revealed a significant and strong relationship between ideal appearance dissatisfaction and perceived social acceptance ($r = 0.624$, $p = 0.000 < 0.05$). The findings indicate that higher levels of dissatisfaction with ideal appearance are associated with lower levels of perceived social acceptance among students. These results underline the importance of strengthening self-acceptance, improving media literacy, and promoting responsible TikTok use to reduce maladaptive social comparison and support students' mental health and social functioning. Future interventions may focus on psychoeducation and campus-based counseling programs that encourage healthy body image and adaptive coping strategies in the digital era.

Copyright © 2026, The Author(s).

This is an open access article under the CC-BY-SA license



How to cite: Yanti, A., Fitriani, A., & Izzati, I. D. C. (2026). Hubungan antara Penerimaan Sosial dan Ketidakpuasan Penampilan Ideal pada Mahasiswa Dampak Standar Kecantikan Media Sosial TikTok. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 5(2), 1882–1894. <https://doi.org/10.55681/sentri.v5i2.5776>

PENDAHULUAN

Perkembangan media sosial telah membawa perubahan signifikan dalam cara individu memandang diri dan lingkungannya. Salah satu platform yang memiliki pengaruh besar dalam membentuk persepsi mengenai penampilan adalah TikTok. Melalui konten visual yang intens, algoritma yang repetitif, serta penggunaan filter berbasis kecerdasan buatan (*Artificial Intelligence/AI*), TikTok kerap menampilkan standar kecantikan tertentu, seperti tubuh langsing, kulit cerah tanpa noda, fitur wajah simetris, serta proporsi wajah yang dianggap ideal. Filter bertenaga AI pada TikTok mampu memodifikasi bentuk wajah, memperhalus kulit, memperbesar mata, meniruskan hidung,

hingga mengubah struktur rahang secara instan dan realistis. Representasi visual yang telah dimanipulasi ini sering kali tidak disadari sebagai hasil rekayasa digital, sehingga menciptakan apa yang disebut sebagai *unattainable beauty standards* atau standar kecantikan yang tidak tercapai secara alami.

Paparan berulang terhadap wajah dan tubuh yang telah “disempurnakan” melalui teknologi AI tersebut berpotensi memperkuat konstruksi sosial mengenai penampilan ideal. Standar kecantikan yang terbentuk bukan lagi sekadar preferensi estetika, melainkan menjadi norma sosial yang dianggap wajar dan layak untuk dicapai. Kondisi ini dapat memengaruhi cara individu menilai penampilan dirinya sendiri, khususnya pada kelompok usia mahasiswa yang berada pada fase pencarian dan pembentukan identitas diri [1]. Pada tahap perkembangan ini, mahasiswa cenderung lebih sensitif terhadap evaluasi sosial dan lebih rentan melakukan perbandingan sosial (*social comparison*) dengan figur-figur yang mereka lihat di media digital.

Mahasiswa sebagai pengguna aktif TikTok rentan menginternalisasi standar kecantikan digital yang telah dimodifikasi oleh filter AI tersebut. Ketika persepsi terhadap penampilan ideal tidak sesuai dengan kondisi fisik yang dimiliki, individu berpotensi mengalami ketidakpuasan terhadap penampilannya [2]. Ketidakpuasan penampilan tidak hanya berdampak pada aspek intrapersonal, tetapi juga dapat memengaruhi aspek interpersonal, terutama dalam konteks penerimaan sosial. Individu yang merasa tidak memenuhi standar kecantikan yang berlaku cenderung menilai dirinya kurang menarik, sehingga muncul perasaan minder, menarik diri, serta kekhawatiran akan penilaian negatif dari lingkungan sosial [3].

Penerimaan sosial merupakan kebutuhan psikologis yang penting bagi mahasiswa, baik dalam lingkungan pertemanan, akademik, maupun interaksi sosial yang lebih luas. Ketidakpuasan terhadap penampilan dapat menghambat individu dalam menjalin relasi sosial yang sehat karena adanya persepsi negatif terhadap diri sendiri [4]. Beberapa mahasiswa memilih menghindari aktivitas sosial, enggan tampil di ruang publik, atau membatasi interaksi sosial karena merasa penampilannya tidak sesuai dengan standar kecantikan populer di TikTok yang telah diperkuat oleh penggunaan filter digital berbasis AI [5].

Fenomena ini diperkuat oleh data empiris yang menunjukkan adanya hubungan antara paparan standar kecantikan di media sosial dan ketidakpuasan penampilan. Survei Populix (2023) menunjukkan bahwa 72% pengguna TikTok di Indonesia pernah merasa tidak puas dengan penampilannya setelah mengonsumsi konten kecantikan, dengan mayoritas responden berada pada rentang usia mahasiswa [6]. Selain itu, Katadata Insight Center (2022) melaporkan bahwa sebagian besar mahasiswa pengguna TikTok merasa perlu mengubah penampilan fisiknya agar dapat diterima secara sosial [7]. Kehadiran filter AI yang menghasilkan visualisasi wajah dan tubuh “sempurna” secara instan semakin memperkuat tekanan tersebut, karena individu membandingkan dirinya dengan representasi digital yang sebenarnya tidak realistis. Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa standar kecantikan digital, khususnya yang dimediasi oleh teknologi AI, tidak hanya memengaruhi persepsi individu terhadap penampilan, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana individu memaknai penerimaan sosial di lingkungannya.

Apabila kondisi ini berlangsung secara terus-menerus, mahasiswa berisiko mengalami dampak psikologis yang lebih serius, seperti rendah diri, kecemasan sosial, hingga gangguan kesehatan mental lainnya [8]. Dalam perspektif Islam, penilaian

terhadap individu tidak didasarkan pada penampilan fisik, melainkan pada ketakwaan, akhlak, dan amal perbuatan. Islam mengajarkan sikap syukur dan penerimaan terhadap ciptaan Allah, sebagaimana firman Allah SWT dalam QS.

Dalam perspektif Islam, penilaian terhadap manusia tidak didasarkan pada penampilan fisik semata, melainkan pada nilai ketakwaan dan kualitas amal. Allah SWT menegaskan dalam Al-Qur'an:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

“Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.” (QS. At-Tin: 4)

Ayat tersebut menegaskan bahwa manusia diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya. Nilai-nilai ini menjadi landasan penting dalam menghadapi tekanan standar kecantikan yang bersifat artifisial, manipulatif, dan tidak realistis akibat teknologi digital.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai hubungan antara persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial pada mahasiswa akibat standar kecantikan TikTok menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman empiris mengenai dinamika psikologis mahasiswa dalam menghadapi tekanan standar kecantikan digital, serta menjadi dasar bagi pengembangan intervensi yang mendorong penerimaan diri, penguatan identitas positif, dan peningkatan kesehatan mental mahasiswa di era media sosial.

LANDASAN TEORI

1. Media Sosial TikTok dan Standar Kecantikan

Media sosial merupakan sarana komunikasi digital yang memungkinkan individu untuk berbagi informasi, membangun identitas diri, serta berinteraksi secara sosial tanpa batasan ruang dan waktu. Salah satu platform media sosial yang mengalami perkembangan pesat adalah TikTok. TikTok menonjolkan konten visual berupa video singkat yang bersifat repetitif dan mudah diakses, sehingga memiliki potensi besar dalam membentuk persepsi pengguna terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk standar kecantikan [1].

Standar kecantikan yang ditampilkan di TikTok umumnya mengarah pada gambaran tubuh langsing, kulit cerah, serta fitur wajah yang dianggap proporsional. Representasi tersebut kerap dikonstruksi sebagai penampilan ideal yang seolah-olah harus dimiliki oleh setiap individu. Paparan berulang terhadap standar kecantikan digital ini dapat mendorong pengguna, khususnya mahasiswa, untuk melakukan perbandingan sosial terhadap penampilannya sendiri [2]. Ketika individu merasa tidak sesuai dengan standar yang ditampilkan, maka muncul risiko terbentuknya evaluasi diri yang negatif terhadap penampilan fisik.

2. Ketidakpuasan Penampilan Ideal

Ketidakpuasan terhadap penampilan ideal (*ideal appearance dissatisfaction*) merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan adanya evaluasi negatif terhadap tubuh dan penampilan fisik akibat ketidaksesuaian antara kondisi diri yang dimiliki dengan standar ideal yang diinternalisasi [9]. Ketidakpuasan ini dapat muncul dalam bentuk perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuh, wajah, atau karakteristik fisik tertentu, serta keinginan untuk mengubah penampilan agar sesuai dengan standar ideal yang berlaku.

Menurut Cash dan Szymanski (1995), ketidakpuasan penampilan merupakan bagian dari konsep body image yang dipengaruhi oleh faktor personal dan sosial. Media sosial

menjadi salah satu faktor eksternal yang kuat dalam membentuk ketidakpuasan penampilan melalui proses perbandingan sosial. Individu cenderung membandingkan penampilannya dengan figur ideal yang ditampilkan di media sosial, sehingga meningkatkan risiko munculnya ketidakpuasan tubuh [10]. Pada mahasiswa, ketidakpuasan penampilan ideal dapat berdampak pada rendahnya kepercayaan diri, munculnya perasaan malu, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial [11].

3. Penerimaan Sosial

Penerimaan sosial merupakan kondisi psikologis di mana individu merasa diterima, diakui, dan dihargai dalam lingkungan sosialnya. Menurut Hurlock (2011), penerimaan sosial mencakup perasaan menjadi bagian dari kelompok, mendapatkan dukungan emosional, serta adanya pengakuan dari lingkungan sekitar. Penerimaan sosial merupakan kebutuhan dasar manusia yang berperan penting dalam pembentukan kesejahteraan psikologis.

Baumeister dan Leary (1995) menjelaskan bahwa kebutuhan untuk diterima (*need to belong*) merupakan motivasi fundamental manusia [12]. Ketika individu merasa tidak diterima secara sosial, maka dapat muncul berbagai dampak negatif, seperti kecemasan sosial, rendah diri, dan perasaan terasing. Pada mahasiswa, penerimaan sosial memiliki peran penting dalam mendukung penyesuaian diri di lingkungan akademik dan pertemanan [4].

4. Teori Perbandingan Sosial

Teori perbandingan sosial yang dikemukakan oleh Festinger (1954) menyatakan bahwa individu memiliki kecenderungan untuk menilai diri mereka dengan cara membandingkan diri dengan orang lain [23]. Perbandingan sosial ini dapat bersifat *upward comparison* (membandingkan diri dengan individu yang dianggap lebih unggul) atau *downward comparison* (membandingkan diri dengan individu yang dianggap lebih rendah).

Dalam konteks penggunaan TikTok, mahasiswa lebih sering terpapar pada konten kreator yang menampilkan penampilan fisik ideal, gaya hidup menarik, serta citra diri yang telah melalui proses kurasi dan penyuntingan visual [24]. Paparan yang berulang terhadap figur-figur yang dianggap lebih menarik, lebih percaya diri, dan lebih populer mendorong terjadinya *upward social comparison*. Mahasiswa kemudian secara tidak sadar membandingkan kondisi fisik dan sosial dirinya dengan representasi ideal tersebut.

Mekanisme internal yang terjadi ketika mahasiswa melakukan *upward comparison* dimulai dari proses atensi terhadap konten, diikuti evaluasi diri, lalu muncul interpretasi subjektif mengenai kesenjangan antara “diri aktual” dan “diri ideal”. Ketika kesenjangan tersebut dirasakan cukup besar, individu dapat mengalami perasaan kurang, tidak menarik, atau tidak sebanding dengan standar yang ditampilkan oleh konten kreator. Proses ini memperkuat skema kognitif negatif mengenai penampilan diri dan memicu ketidakpuasan terhadap tubuh [13].

Selain itu, fitur algoritma TikTok yang secara konsisten menampilkan konten serupa dengan preferensi pengguna turut memperkuat siklus perbandingan sosial. Mahasiswa yang sering mengakses konten kecantikan atau transformasi fisik akan semakin terpapar pada standar yang homogen dan idealistik. Kondisi ini dapat menciptakan ilusi bahwa standar tersebut merupakan norma umum yang harus dicapai, sehingga meningkatkan tekanan psikologis dan rasa tidak cukup (*feeling of inadequacy*). Perasaan tersebut

selanjutnya berpotensi memengaruhi cara mahasiswa memandang nilai dirinya dalam lingkungan sosial dan tingkat penerimaan sosial yang dirasakan.

5. Hubungan Ketidakpuasan Penampilan Ideal dan Penerimaan Sosial

Ketidakpuasan terhadap penampilan ideal dapat berdampak pada kualitas interaksi sosial individu. Individu yang merasa tidak memenuhi standar kecantikan cenderung memiliki persepsi negatif terhadap dirinya, sehingga muncul rasa minder, kecemasan sosial, dan ketakutan terhadap penilaian orang lain [14]. Kondisi ini dapat menghambat keterlibatan sosial dan menurunkan persepsi penerimaan sosial.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ketidakpuasan tubuh berhubungan dengan rendahnya penerimaan diri dan penerimaan sosial, khususnya pada kelompok usia mahasiswa yang sedang berada pada tahap pencarian identitas diri [15,16]. Oleh karena itu, ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial merupakan dua variabel yang saling berkaitan dalam konteks paparan standar kecantikan media sosial.

6. Perspektif Psikologi Islam tentang Penampilan dan Penerimaan Diri

Dalam perspektif Islam, penilaian terhadap manusia tidak didasarkan pada penampilan fisik, melainkan pada ketakwaan dan akhlak. Al-Qur'an menegaskan bahwa manusia diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya (QS. At-Tin: 4). Nilai ini mengajarkan pentingnya sikap syukur dan penerimaan terhadap ciptaan Allah SWT.

Tekanan standar kecantikan yang bersifat artifisial di media sosial bertentangan dengan prinsip Islam yang menekankan keseimbangan, kesederhanaan, dan penerimaan diri [25]. Oleh karena itu, penguatan nilai-nilai spiritual dan psikologi Islam menjadi landasan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan standar kecantikan digital serta membangun penerimaan diri dan hubungan sosial yang sehat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain survei untuk mengkaji hubungan antara persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial pada mahasiswa yang terpapar standar kecantikan media sosial TikTok. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengukur hubungan antarvariabel secara objektif melalui data numerik yang dianalisis secara statistik [17]. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang disusun berdasarkan konsep persepsi ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial. Skala persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dikembangkan dengan mengacu pada teori ketidakpuasan penampilan yang menjelaskan adanya evaluasi negatif terhadap tubuh dan penampilan fisik akibat perbandingan sosial dengan standar ideal yang tidak realistis [9]. Instrumen ini mengukur beberapa aspek, antara lain penilaian negatif terhadap penampilan, perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuh, keinginan untuk mengubah penampilan, serta kecenderungan membandingkan diri dengan standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial.

Prosedur pengembangan instrumen dimulai dengan penyusunan item berdasarkan kajian teori dan penelitian terdahulu. Selanjutnya, dilakukan uji validitas isi melalui diskusi dengan tiga ahli psikologi untuk memastikan kesesuaian item dengan konstruk yang diukur. Berdasarkan masukan para ahli, beberapa item direvisi guna meningkatkan kejelasan bahasa dan relevansi konteks mahasiswa pengguna TikTok. Instrumen menggunakan skala Likert Lima poin dengan pernyataan favorable dan unfavorable. Proses pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan platform survei online.

Partisipan penelitian berjumlah 70 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria aktif menggunakan media sosial TikTok dan berada pada rentang usia mahasiswa. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta diminta untuk memberikan persetujuan partisipasi (informed consent). Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden dan tingkat masing-masing variabel. Selanjutnya, analisis statistik inferensial dilakukan untuk menguji hubungan antara persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial pada mahasiswa, sesuai dengan tujuan penelitian [17].

Peserta

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 150 orang, dengan kriteria partisipan yaitu mahasiswa aktif dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia yang menggunakan media sosial TikTok secara aktif. Jumlah partisipan ini dipilih untuk memastikan representasi yang memadai serta memperoleh hasil penelitian yang dapat dianalisis secara statistik.

Rentang usia partisipan berada pada 18 hingga 25 tahun, yang termasuk dalam fase remaja akhir hingga dewasa awal, yaitu periode perkembangan yang rentan terhadap pembentukan persepsi diri, termasuk persepsi terhadap penampilan dan penerimaan sosial.

Instrumen

Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial, yang dikembangkan berdasarkan teori social comparison [18], konsep appearance dissatisfaction [19], serta teori penerimaan sosial dari Hurlock (2011) dan Baumeister & Leary (1995). Instrumen ini disusun dan dimodifikasi agar sesuai dengan konteks mahasiswa pengguna aktif media sosial TikTok.

Instrumen penelitian ini bertujuan untuk mengukur persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial dengan menggunakan skala Likert. Kuesioner terdiri dari 50 aitem pernyataan yang dikembangkan berdasarkan dua variabel utama. Variabel persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal disusun berdasarkan aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, perasaan tidak puas terhadap fitur fisik, keinginan untuk mengubah penampilan, serta perbandingan sosial dengan standar kecantikan ideal di media sosial [9]. Variabel penerimaan sosial disusun berdasarkan aspek perasaan diterima dalam kelompok sosial, pengakuan sosial, dukungan emosional, keterlibatan sosial, serta rasa memiliki dalam lingkungan pertemanan dan akademik [12].

Instrumen ini menggunakan skala Likert 5 poin, dengan pilihan jawaban 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = agak setuju, 4 = Sangat setuju, dan 5 =setuju. Aitem disusun dalam bentuk pernyataan favorable dan unfavorable untuk meminimalkan bias respon. Semakin tinggi skor pada skala ketidakpuasan penampilan menunjukkan tingkat ketidakpuasan yang semakin tinggi, sedangkan semakin tinggi skor pada skala penerimaan sosial menunjukkan tingkat penerimaan sosial yang semakin baik.

Kuesioner terdiri dari dua bagian. Bagian pertama memuat data demografis responden yang meliputi usia, jenis kelamin, status mahasiswa, domisili, serta intensitas penggunaan TikTok. Bagian kedua memuat 50 item pernyataan, yang masing-masing mengukur variabel persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner yang berisi 50 aitem pernyataan untuk mengukur persepsi ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial. Responden dalam penelitian ini berjumlah 150 mahasiswa yang merupakan pengguna aktif TikTok.

Metode pengumpulan data dilakukan secara daring dengan menyebarkan kuesioner melalui media sosial dan platform pesan instan. Sebelum mengisi kuesioner, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta diminta memberikan persetujuan partisipasi (informed consent). Peneliti juga memberikan arahan mengenai pentingnya keterlibatan responden dan kejujuran dalam memberikan jawaban.

Responden diminta untuk mengisi kuesioner secara mandiri dan memberikan jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri mereka. Kuesioner yang telah diisi kemudian dikumpulkan untuk selanjutnya diolah dan dianalisis lebih lanjut sesuai dengan tujuan penelitian.

Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil pengisian kuesioner oleh 150 responden dianalisis menggunakan pendekatan statistik kuantitatif dengan bantuan perangkat lunak SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Tahapan analisis data dilakukan secara sistematis untuk memastikan kualitas data dan menjawab tujuan penelitian.

Tahap pertama adalah analisis statistik deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi skor masing-masing variabel penelitian. Statistik deskriptif meliputi nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi dari variabel persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial.

Selanjutnya, dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Uji validitas aitem dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment, dengan kriteria bahwa aitem dinyatakan valid apabila nilai koefisien korelasi (r hitung) lebih besar dari r tabel dan memiliki nilai signifikansi ($p < 0,05$). Uji reliabilitas instrumen dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, dengan ketentuan bahwa instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,70$.

Setelah itu, dilakukan uji asumsi statistik sebagai prasyarat analisis inferensial. Uji normalitas data dilakukan menggunakan Shapiro-Wilk Test untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Uji linearitas dilakukan untuk memastikan adanya hubungan linear antara variabel persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial.

Apabila asumsi statistik terpenuhi, analisis dilanjutkan dengan uji korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial pada mahasiswa. Uji korelasi ini digunakan karena kedua variabel diukur dalam skala interval dan bertujuan untuk mengetahui arah serta kekuatan hubungan antarvariabel. Tingkat signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini adalah $\alpha = 0,05$. Apabila nilai signifikansi (p -value) $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi terhadap ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial mahasiswa.

Hasil analisis data kemudian diinterpretasikan untuk menjawab rumusan masalah penelitian serta dibahas dengan mengaitkannya pada teori dan temuan penelitian

sebelumnya, khususnya terkait pengaruh standar kecantikan media sosial TikTok terhadap aspek psikologis dan sosial mahasiswa.

Tabel 1. Ringkasan Uji Validitas

No	Variabel	Item	r Hitung	r Tabel	Keterangan
1	Ketidakpuasan Penampilan Ideal	Item 1	0,433	0,160	Valid
2		Item 2	0,212	0,160	Valid
3		Item 3	0,528	0,160	Valid
4		Item 4	0,410	0,160	Valid
5		Item 5	0,500	0,160	Valid
6		Item 6	0,226	0,160	Valid
7		Item 7	0,547	0,160	Valid
8		Item 8	0,405	0,160	Valid
9		Item 9	0,235	0,160	Valid
10		Item 10	0,361	0,160	Valid
11		Item 11	0,251	0,160	Valid
12		Item 12	0,391	0,160	Valid
13		Item 13	0,314	0,160	Valid
14		Item 14	0,245	0,160	Valid
15		Item 15	0,378	0,160	Valid
16		Item 16	0,185	0,160	Valid
17		Item 17	0,302	0,160	Valid
18		Item 18	0,409	0,160	Valid
19		Item 19	0,456	0,160	Valid
20		Item 20	0,200	0,160	Valid
21	Penerimaan Sosial	Item 1	0,197	0,160	Valid
22		Item 2	0,383	0,160	Valid
23		Item 3	0,233	0,160	Valid
24		Item 4	0,353	0,160	Valid
25		Item 5	0,476	0,160	Valid
26		Item 6	0,260	0,160	Valid
27		Item 7	0,293	0,160	Valid
28		Item 8	0,225	0,160	Valid
29		Item 9	0,242	0,160	Valid
30		Item 10	0,278	0,160	Valid
31		Item 11	0,189	0,160	Valid
32		Item 12	0,209	0,160	Valid
33		Item 13	0,386	0,160	Valid
34		Item 14	0,379	0,160	Valid
35		Item 15	0,186	0,160	Valid
36		Item 16	0,252	0,160	Valid
37		Item 17	0,342	0,160	Valid
38		Item 18	0,253	0,160	Valid
39		Item 19	0,185	0,160	Valid
40		Item 20	0,226	0,160	Valid

41		Item 21	0,406	0,160	Valid
42		Item 22	0,272	0,160	Valid
43		Item 23	0,234	0,160	Valid
44		Item 24	0,309	0,160	Valid
45		Item 25	0,266	0,160	Valid
46		Item 26	0,330	0,160	Valid
47		Item 27	0,305	0,160	Valid
48		Item 28	0,238	0,160	Valid
49		Item 29	0,344	0,160	Valid
50		Item 30	0,295	0,160	Valid

Tabel 2. Ringkasan Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	N of Items
Ketidakpuasan Penampilan Ideal	.711	20
Penerimaan Sosial	.782	30

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Uji Validitas Instrumen

Hasil uji validitas instrumen menunjukkan bahwa seluruh item pada variabel ketidakpuasan terhadap penampilan ideal dan penerimaan sosial dinyatakan valid. Kriteria validitas didasarkan pada nilai r hitung yang lebih besar daripada r tabel (0,160) pada taraf signifikansi 0,05. Ringkasan hasil uji validitas disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen

Variabel	Jumlah Item	Rentang r -hitung	r -tabel	Keterangan
Ketidakpuasan Penampilan Ideal	20	0,185 – 0,547	0,160	Valid
Penerimaan Sosial	30	0,185 – 0,476	0,160	Valid

Berdasarkan tabel tersebut, seluruh item memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen mampu mengukur konstruk penelitian secara tepat dan layak digunakan.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui konsistensi internal instrumen. Hasil uji reliabilitas disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Cronbach's Alpha	Jumlah Item	Keterangan
Ketidakpuasan Penampilan Ideal	0,711	20	Reliabel
Penerimaan Sosial	0,782	30	Reliabel

Nilai Cronbach's Alpha kedua variabel berada di atas batas minimum 0,70, sehingga instrumen penelitian dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik.

3. Statistik Deskriptif

Hasil analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan kecenderungan data masing-masing variabel. Ringkasan hasil disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviasi
Ketidakpuasan Penampilan Ideal	150	33	74	45,96	7,784
Penerimaan Sosial	150	36	103	67,31	10,427

Hasil ini menunjukkan adanya variasi tingkat ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial pada mahasiswa pengguna aktif TikTok.

4. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan sebagai prasyarat analisis korelasi. Ringkasan hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov (Sig.)	Shapiro-Wilk (Sig.)	Keterangan
Ketidakpuasan Penampilan Ideal	0,000	0,000	Tidak Normal
Penerimaan Sosial	0,200	0,056	Normal

Hasil uji menunjukkan bahwa data ketidakpuasan penampilan ideal tidak berdistribusi normal, sedangkan data penerimaan sosial berdistribusi normal.

5. Uji Korelasi Pearson

Hubungan antara ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial diuji menggunakan korelasi Pearson. Hasil analisis disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	r	Sig. (p)	Keterangan
Ketidakpuasan Penampilan Ideal – Penerimaan Sosial	0,624	0,000	Hubungan Kuat

Berdasarkan hasil uji korelasi, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,624$ dengan $p < 0,05$. Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan berkategori kuat antara ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial. Artinya, semakin tinggi ketidakpuasan terhadap penampilan ideal, maka semakin rendah penerimaan sosial yang dirasakan mahasiswa. Temuan ini mendukung teori perbandingan sosial yang menjelaskan bahwa paparan standar kecantikan media sosial dapat memengaruhi evaluasi diri dan kualitas interaksi sosial individu.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan berkategori kuat antara ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial pada responden penelitian. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji korelasi Pearson yang menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,624$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi ketidakpuasan terhadap penampilan ideal, maka terdapat keterkaitan dengan bagaimana individu merasakan penerimaan sosial di lingkungannya.

Temuan ini sejalan dengan teori perbandingan sosial dari Mulyani (2021) yang menjelaskan bahwa individu secara alami melakukan evaluasi diri melalui perbandingan dengan orang lain [20]. Dalam konteks media sosial, paparan standar kecantikan digital dapat memperkuat kecenderungan upward comparison yang berpotensi meningkatkan ketidakpuasan tubuh. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa paparan media sosial berkorelasi dengan meningkatnya body dissatisfaction dan tekanan terhadap standar kecantikan [10]. Namun demikian, karena penelitian ini menggunakan desain korelasional, hubungan yang ditemukan tidak dapat diartikan sebagai sebab-akibat, melainkan sebatas menunjukkan adanya keterkaitan antarvariabel.

Di sisi lain, nilai-nilai spiritual yang tercantum dalam Al-Qur'an seperti dalam QS. An-Nisa' (4:32), QS. Al-Hujurat (49:11), dan QS. At-Taha (20:131) menekankan larangan membandingkan diri secara berlebihan, larangan merendahkan orang lain, serta anjuran untuk tidak terpaku pada kenikmatan duniawi yang bersifat sementara [21]. Nilai-nilai ini dapat dipahami sebagai strategi koping kognitif yang membantu individu mengelola kecenderungan social comparison yang merugikan. Selain itu, dalam Shahih Bukhari dan Shahih Muslim terdapat anjuran untuk melihat kepada orang yang berada di bawah dalam urusan dunia agar tumbuh rasa syukur dan tidak meremehkan nikmat yang dimiliki. Prinsip ini sejalan dengan konsep *downward comparison* yang secara psikologis dapat meningkatkan rasa puas dan menurunkan tekanan evaluatif terhadap diri [22].

Instrumen penelitian dalam studi ini telah memenuhi syarat validitas dan reliabilitas, sehingga hasil yang diperoleh dapat dipercaya secara metodologis. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan gambaran empiris mengenai hubungan ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial, tetapi juga menunjukkan pentingnya dimensi spiritual sebagai faktor pelindung dalam membangun citra diri yang lebih sehat di tengah kuatnya pengaruh standar kecantikan sosial.

Dengan demikian, internalisasi nilai spiritual seperti rasa syukur (*gratitude*), penerimaan terhadap ketetapan diri, serta pemaknaan diri yang tidak semata-mata berbasis aspek fisik dapat berfungsi sebagai protective factor terhadap ketidakpuasan tubuh. Spiritualitas membantu individu membangun kerangka evaluasi diri yang lebih stabil dan transendental, sehingga standar kecantikan sosial tidak menjadi satu-satunya tolok ukur harga diri. Dalam konteks ini, nilai spiritual tidak hanya berperan sebagai aspek religiusitas, tetapi juga sebagai mekanisme regulasi kognitif dan emosional yang memperkuat ketahanan psikologis individu dalam menghadapi tekanan sosial terkait penampilan.

KESIMPULAN

Hubungan yang signifikan dan berkategori kuat antara ketidakpuasan penampilan ideal dan penerimaan sosial pada mahasiswa pengguna aktif TikTok, dengan nilai korelasi $r = 0,624$ dan $p < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat ketidakpuasan terhadap penampilan ideal yang dipengaruhi oleh standar kecantikan digital, maka semakin rendah penerimaan sosial yang dirasakan mahasiswa. Temuan ini mendukung teori perbandingan sosial yang menjelaskan bahwa paparan standar kecantikan di media sosial mendorong proses upward comparison yang dapat memperkuat evaluasi diri negatif dan memengaruhi kualitas interaksi sosial. Selain itu, penelitian ini juga menegaskan bahwa nilai-nilai spiritual seperti rasa syukur, penerimaan diri, dan pemaknaan diri berdasarkan ketakwaan dan akhlak dapat berperan sebagai strategi koping sekaligus faktor pelindung (protective factor) dalam menghadapi tekanan standar kecantikan digital. Dengan demikian, upaya penguatan penerimaan diri, literasi media, serta internalisasi nilai-nilai spiritual menjadi penting dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan sosial mahasiswa di era media sosial.

DAFTAR REFERENSI

1. Aisyah, N., & Ramadhani, F. (2022). Dampak media sosial terhadap persepsi Standar kecantikan pada remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 10(2), 101-115.
2. Larasati, P., & Dewi, M. (2023). Ketidakpuasan penampilan akibat paparan konten kecantikan TikTok. *Jurnal Media dan Budaya*, 5(3), 134-147.
3. Aisyah, N., & Ramadhani, P. (2022). Dampak Paparan Media Sosial terhadap Pembentukan Persepsi Tubuh Ideal pada Remaja. *Jurnal Psikologi Sosial*, 14(2), 134-145.
4. Handayani, S. (2021). Pengaruh standar kecantikan media sosial terhadap harga diri mahasiswa. *Jurnal Interaksi Sosial*, 7(1), 55-68.
5. Barek, V. P. I., Keraf, M. A., & Takalapeta, T. (2025). Gambaran body image pada mahasiswa pengguna TikTok di Universitas Nusa Cendana. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 5(4), 10021-10029.
6. Populix. (2023). Laporan survei pengaruh media sosial terhadap body image pengguna usia 18-24 tahun. Diakses dari www.populix.co
7. Katadata Insight Center. (2022). Survei perilaku pengguna TikTok di Indonesia. Diakses dari www.katadata.co.id
8. Aulia, D., & Hidayati, S. (2023). Paparan media sosial dan risiko gangguan kecemasan sosial. *Jurnal Psikologi Digital*, 7(1), 33-47.
9. Cash, T. F., & Szymanski, M. L. (1995). The development and validation of the Body-Image Ideals Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 64(3), 466-477.

10. Tiggemann, M., & Slater, A. (2014). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 47(6), 630-643.
11. Sari, D. A., & Suarya, I. G. (2018). Gambaran Ketidakpuasan Terhadap Bentuk Tubuh (Body Dissatisfaction) pada Mahasiswa. *Jurnal Terapan Media*, 1(1), 24-35.
12. Leary, M. R. (1990). Responses to social exclusion: Social anxiety, jealousy, loneliness, depression, and low self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(2), 221–229.
13. Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1993). Effects of Social Comparison Direction, Threat, and Self-Esteem on Affect, Self-Evaluation, and Expected Success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(5), 708–722. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.5.708>
14. Pratama, H., & Nuraini, L. (2022). Ketidakpuasan tubuh dan interaksi sosial pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Sosial*, 9(3), 176-188.
15. Ani Latifatul Khoiriyah. 2019. Hubungan ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan usia dewasa awal (18-25 Tahun) di kota Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. Malang
16. Fadilah, R. (2022). Standar kecantikan digital dan pengaruhnya terhadap penerimaan sosial. *Jurnal Media dan Identitas*, 5(2), 88-100.
17. Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.
18. Wulandari, E., & Putra, G. (2023). Intervensi kesehatan mental berbasis penerimaan diri di era digital. *Jurnal Psikologi Terapan*, 8(2), 121-135.
19. Wolf, N. (1991). The Beauty Myth: How Images of Beauty Are Used Against Women. 26
20. Mulyani, T. (2021). Identitas diri mahasiswa di era media sosial. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 6(4), 199-210.
21. Al-Qur'an Surat An-Nisa' (4:32), Al-Hujurat (49:11), At-Taha (20:131).
22. Wills, T. A. (1981). Downward Comparison Principles in Social Psychology. *Psychological Bulletin*, 90(2), 245–27
23. Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140
24. Maimunah, S., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan media sosial dengan body dissatisfaction pada mahasiswa perempuan di kota Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 224-233.
25. 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.
26. Wills, T. A. (1981). Downward Comparison Principles in Social Psychology. *Psychological Bulletin*, 90(2), 245–27