

Motivation for Body Comparison in Social Media, Body Image, and Psychological Well-being among Indonesian Youth

Marvelanne Agetha Purba¹, Ariana Marastuti²

^{1,2}Universitas Gadjah Mada; Daerah Istimewa Yogyakarta, (0274) 588688

e-mail: ^{*1}marvelanne.a@mail.ugm.ac.id, ²amarastuti@ugm.ac.id

Abstract. Psychological well-being is an essential part of personal and social growth in youth. How people perceive their body influence their well-being. Easy access to social media nowadays makes people use social media as a platform to compare their bodies and sometimes leads to body dissatisfaction. An unhealthy body image is directly related to low self-esteem in youth, and any deviation from the ideal figure will lead to an increased vulnerability in psychological well-being. This study aims to determine the role of the use of social media and body image on the psychological well-being of undergraduates. This research used quantitative techniques with cross-sectional data collection. This study used the Psychological Well-being scale, Body Image Scale, and Motivation to Use Social Media for Body Comparison Scale. The number of samples that participated in this study was 350 students aged 18-24 years from several regions in Indonesia taken through a purposive sampling technique. The analysis shows that body image and motivation for social media use play a significant role ($p < 0.001$ & $p = 0.039$) on psychological well-being.

Keywords: *Body Image, Body Comparison, Psychological well-being, Social Media, Youth.*

Abstrak. Kesejahteraan psikologis merupakan bagian penting dari pertumbuhan pribadi dan sosial dalam masa muda. Bagaimana orang memandang tubuh mereka mempengaruhi kesejahteraan mereka. Mudahnya akses ke media sosial saat ini membuat orang menggunakan media sosial sebagai *platform* untuk membandingkan tubuh mereka dan kadang-kadang menyebabkan ketidakpuasan tubuh. Citra tubuh yang tidak sehat terkait secara langsung dengan rendahnya harga diri pada remaja, dan penyimpangan dari sosok yang dianggap ideal akan menyebabkan peningkatan kerentanan dalam kesejahteraan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran penggunaan sosial media dan citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif dengan pengambilan data secara *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan skala Psychological Well-being, skala Body, dan skala Motivation to Use Social Media for Body Comparison. Jumlah sampel yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 350 mahasiswa berusia 18-24 tahun dari beberapa daerah di Indonesia yang diambil melalui teknik *purposive sampling*. Hasil analisis menunjukkan citra tubuh dan motivasi penggunaan sosial media berperan secara signifikan ($p < 0.001$ & $p = 0.039$) terhadap kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: *Citra Tubuh, Kaum Muda, Kesejahteraan Psikologis, Perbandingan Tubuh, Sosial Media.*