

NEGOSIASI CITRA DIRI DAN STANDAR KECANTIKAN: DINAMIKA SOSIAL DALAM PERTEMANAN REMAJA***NEGOTIATING SELF-IMAGE AND BEAUTY STANDARDS: SOCIAL DYNAMICS IN ADOLESCENT FRIENDSHIPS*****Putri Nur Ummul* & Yulia Ayriza**Magister Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta
putri0311fipp.2023@student.uny.ac.id*, yulia_ayriza@uny.ac.id**ABSTRAK**

Standar kecantikan telah menjadi rujukan sosial dalam menilai penampilan individu, khususnya pada remaja perempuan. Keberadaan fenomena ini turut memengaruhi cara remaja memaknai dan membangun citra dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi remaja dalam memahami citra diri dan keterkaitannya dengan standar kecantikan, serta peran pertemanan dalam menegosiasikan fenomena tersebut. Penelitian ini melibatkan 11 responden remaja perempuan yang tergabung dalam dua kelompok pertemanan. Pendekatan kualitatif digunakan dengan teknik analisis *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil analisis mengungkapkan tiga tema utama, yaitu penilaian terhadap citra diri, pemaknaan terhadap standar kecantikan, dan dinamika sosial dalam pertemanan, termasuk dampak standar kecantikan terhadap relasi sosial. Temuan penelitian menunjukkan bahwa standar kecantikan yang diterima secara sosial berpengaruh signifikan terhadap perkembangan sosio-emosional remaja. Standar tersebut tidak hanya membentuk cara remaja memandang dirinya, tetapi juga memengaruhi kualitas hubungan sosial dalam konteks pertemanan.

Kata Kunci: standar kecantikan; citra diri; relasi; pertemanan**ABSTRACT**

Beauty standards have become a social reference for evaluating physical appearance, particularly among adolescent girls. This phenomenon also appears to shape how adolescents perceive and construct their self-image. This study aims to explore adolescents' perceptions of self-image in relation to beauty standards, as well as the role of friendship in negotiating these social expectations. The study involved 11 adolescent participants divided into two friendship groups. A qualitative approach was employed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) as the analytical method. The findings revealed three main themes: self-image appraisal, the interpretation of beauty standards, and social dynamics within friendships, including the impact of beauty standards on peer relationships. The results indicate that socially endorsed beauty standards significantly influence adolescents' socio-emotional development. These standards not only affect self-image formation but also shape the quality of social relationships within friendship contexts.

Keywords: *beauty standards; self-image; social relationship; friendships*

PENDAHULUAN

Standar kecantikan dalam konteks sosiokultural dipahami sebagai konstruksi sosial yang terbentuk dari perpaduan nilai kecantikan tradisional dan tekanan global kontemporer (Nagara & Nurhajati, 2022). Survei global yang dilakukan oleh Kantar (2024) menunjukkan bahwa 42% individu menilai penampilan fisik sebagai aspek penting dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini menciptakan lanskap yang semakin kompleks bagi remaja, khususnya dalam proses pembentukan dan negosiasi identitas diri (Al-Aibi & Ismail, 2024). Remaja kerap berada dalam posisi dilematis antara mempertahankan nilai kecantikan berbasis budaya lokal atau menyesuaikan diri dengan standar kecantikan global yang banyak diproduksi dan disebarluaskan melalui media sosial (Hajat, 2024).

Media sosial berfungsi tidak hanya sebagai ruang representasi diri, tetapi juga sebagai arena perbandingan sosial yang intens. Penelitian Zouitni & Ennam (2024) menunjukkan bahwa remaja cenderung mengonstruksi kecantikan melalui kategori visual tertentu, seperti kulit yang bersih, bentuk tubuh ideal, dan wajah yang dianggap sempurna, sebagaimana ditampilkan secara masif di *platform* digital. Representasi kecantikan yang tidak realistis ini turut menciptakan lingkungan ekstrem, di mana praktik seperti diet ketat maupun prosedur kosmetik dipersepsikan sebagai jalan menuju pencapaian standar ideal (Di Gesto et al., 2022; Ekinci et al., 2025). Sejumlah studi juga mengungkapkan bahwa remaja, khususnya perempuan, kerap mengalami perasaan tidak cukup baik ketika membandingkan penampilan alaminya dengan citra tubuh yang telah dimodifikasi melalui filter media sosial, yang pada akhirnya memicu perasaan rendah diri dan ketidaklayakan (Fioravanti et al., 2022; Verrastro et al., 2020). Paparan idealisasi kecantikan yang terus-menerus ini menumbuhkan budaya pengawasan terhadap tubuh, sehingga remaja menginternalisasi standar kecantikan tersebut sebagai tolok ukur utama dalam membangun citra diri yang positif (Fioravanti et al., 2022).

Citra diri, yang mencakup persepsi individu terhadap tubuh, karakter, dan nilai sosial, memegang peranan penting dalam perkembangan harga diri dan kesehatan psikologis remaja (Demaria et al., 2024; Merino et al., 2024). Persepsi ini juga berkaitan erat dengan tingkat kecemasan serta ketidakpuasan terhadap tubuh (Netto et al., 2024). Pembentukan citra diri tidak berlangsung secara individual semata, melainkan melalui proses refleksi sosial, di mana penilaian, komentar, serta ekspektasi dari lingkungan

sosial—terutama pertemanan—ikut membentuk cara remaja memaknai dirinya sendiri (Yue et al., 2022).

Paparan terhadap citra diri yang dianggap ideal kerap menimbulkan tekanan sosial yang signifikan. Kaziga et al., (2021) menegaskan bahwa relasi sosial, khususnya dengan teman sebaya, memiliki pengaruh kuat terhadap standar kecantikan yang diadopsi oleh remaja perempuan. Ketidakpuasan terhadap tubuh sering kali muncul akibat komentar atau evaluasi dari lingkungan terdekat, termasuk teman dan keluarga. Dalam hal ini, kualitas hubungan pertemanan menjadi faktor penting dalam membentuk persepsi remaja terhadap standar kecantikan (Eryilmaz et al., 2024). Sugiarti et al. (2021) menunjukkan bahwa pertemanan yang berkualitas berkontribusi positif terhadap harga diri remaja, yang selanjutnya berhubungan dengan citra tubuh dan pemaknaan terhadap kecantikan. Dukungan dari teman sebaya juga berperan sebagai faktor protektif yang mampu meredam tekanan sosial terkait penampilan serta mendorong terbentuknya citra diri yang lebih sehat (Lyu, 2024; Van Alboom et al., 2022). Dengan demikian, remaja tidak hanya berposisi sebagai penerima pasif standar kecantikan, tetapi juga sebagai agen aktif yang menegosiasikan makna citra diri melalui interaksi dan narasi personal dalam relasi pertemanan.

Proses negoisasi tersebut dapat terwujud melalui pengembangan pertemanan yang inklusif dan menghargai keberagaman, alih-alih memaksakan diri untuk memenuhi standar kecantikan yang seragam (Liu et al., 2020). Kesehatan emosional remaja juga berkaitan erat dengan kualitas hubungan pertemanan dalam memaknai standar kecantikan. Dukungan teman sebaya tidak hanya membantu mengurangi dampak negatif tekanan sosial terhadap penampilan, tetapi juga mendorong penggunaan strategi koping yang lebih adaptif terkait citra tubuh (Schwartz-Mette et al., 2020). Remaja yang memiliki hubungan pertemanan yang suportif cenderung menunjukkan ketahanan yang lebih tinggi terhadap internalisasi standar kecantikan negatif, yang menegaskan pentingnya lingkungan sosial yang positif dalam membentuk penerimaan diri dan standar kecantikan yang sehat (Van Harmelen et al., 2021).

Meskipun isu ini semakin mendapat perhatian, sebagian besar penelitian sebelumnya masih berfokus pada pendekatan kuantitatif yang menelaah hubungan antara citra diri dan pengaruh media sosial. Studi yang menggali secara mendalam bagaimana remaja secara aktif menegosiasikan citra diri dan makna standar kecantikan

dalam konteks relasi pertemanan, khususnya dalam bingkai budaya lokal, masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini menekankan dua aspek utama, yaitu eksplorasi proses negosiasi makna standar kecantikan dalam dinamika sosial remaja serta penempatan relasi pertemanan dan nilai budaya lokal sebagai ruang penting dalam pembentukan dan negosiasi citra diri.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran relasi pertemanan dalam proses negosiasi citra diri dan pemaknaan standar kecantikan pada remaja. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif yang lebih kontekstual dan inklusif dalam memahami pengalaman subjektif remaja ketika menghadapi ekspektasi sosial terhadap kecantikan di lingkungan sosial terdekatnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi fenomenologis. Analisis data dilakukan menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), yang berfokus pada pemahaman mendalam terhadap pengalaman subjektif partisipan dalam memaknai fenomena tertentu (Kahija, 2017). Tahapan analisis IPA meliputi proses transkripsi verbatim, *initial coding*, *clustering* makna, serta penentuan tema-tema utama yang merepresentasikan pengalaman partisipan secara idiografis.

Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan karakteristik responden berupa remaja berusia 13–20 tahun. Rentang usia ini merujuk pada fase perkembangan remaja yang ditandai oleh pencarian identitas diri serta meningkatnya sensitivitas terhadap penampilan fisik dan penerimaan sosial (Santrock, 2018). Kriteria inklusi responden meliputi: (1) remaja yang secara subjektif menilai dirinya memiliki tampilan fisik yang menarik atau cantik, (2) tergabung dalam kelompok pertemanan yang aktif, serta (3) memiliki aktivitas yang intens di media sosial.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dengan format diskusi kelompok terarah (*Focus Group Discussion / FGD*) sebagai tahap awal, yang bertujuan untuk menangkap dinamika sosial dan interaksi antaranggota pertemanan dalam memaknai standar kecantikan. Penggunaan FGD dalam konteks ini diposisikan sebagai sarana eksploratif untuk memahami konstruksi makna bersama (*shared*

meaning), sebelum dilanjutkan dengan wawancara individual yang lebih mendalam sesuai prinsip IPA.

Penelitian ini melibatkan dua kelompok partisipan yang berasal dari rentang usia berbeda. Proses pengumpulan data berlangsung selama kurang lebih dua bulan, dengan total dua sesi wawancara. Setiap sesi berlangsung selama 1–2 jam. Data demografis responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. *Data Demografi Responden*

No	Kelompok	Usia	Status	Jumlah Kelompok
1.	FGD 1	18 – 20 tahun	Mahasiswa	6 Orang
2.	FGD 2	16 - 15 tahun	Pelajar	5 Orang

FGD dilakukan satu kali pada masing-masing kelompok untuk mengamati interaksi sosial dalam konteks pertemanan, dengan fokus pada pemahaman mengenai standar kecantikan dan pengaruhnya dalam relasi sosial. Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara lanjutan secara individual kepada setiap responden untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif secara lebih mendalam, sesuai dengan pendekatan idiografis IPA.

Pedoman wawancara disusun berdasarkan konsep citra diri dan pemaknaan terhadap standar kecantikan dalam relasi pertemanan remaja. Contoh pertanyaan yang digunakan antara lain: “*Bagaimana Anda memandang citra diri Anda sendiri?*”, “*Apa yang Anda pahami tentang standar kecantikan?*”, “*Apakah teman-teman Anda pernah mendiskusikan standar kecantikan?*”, serta “*Bagaimana perasaan Anda berada dalam kelompok pertemanan ini?*”. Pertanyaan bersifat fleksibel dan dikembangkan secara dinamis sesuai respons partisipan.

Untuk menjaga kredibilitas dan keabsahan data, penelitian ini menerapkan beberapa strategi validasi kualitatif, yaitu: (1) *member checking* dengan mengonfirmasi kembali hasil wawancara kepada partisipan, (2) *audit trail* melalui pengumpulan dan pendokumentasian seluruh proses analisis secara sistematis, serta (3) *peer debriefing* dengan melibatkan akademisi sejawat guna memperoleh masukan objektif terhadap proses interpretasi dan penarikan tema.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dianalisis menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), teridentifikasi tiga tema superordinat yang merepresentasikan pengalaman remaja dalam memaknai citra diri dan standar kecantikan dalam konteks relasi pertemanan. Ketiga tema tersebut menggambarkan bagaimana remaja menilai dirinya, menegosiasikan standar kecantikan yang berlaku, serta merasakan dampaknya dalam dinamika sosial. Ringkasan tema superordinat dan subtema ditampilkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Ringkasan tema superordinat

Tema	Subtema	Kutipan kunci
Penilaian citra diri pada individu	Penilaian fisik & mental	"[...] bisa lewat cermin atau sosial media" (AI: 12-17 / FGD 2).
	Penilaian Kepribadian	"[...] jati diri tiap orang yang berbeda-beda di tiap individu" (QF: 7-10/ FGD 1)
	Penilaian sosial	"[...] mirip dengan personal branding" (HM: 19-24 / FGD 1)
Standar kecantikan & dinamika sosial	Kriteria cantik	"[...] standar kecantikan itu kulit putih, cantik, akhlak bagus, sikap ke semua orang itu bagus" (TK: 155-157/ FGD 2)
	Penerimaan diri	"Kalau saya tetap bersyukur dengan apa yang Allah berikan termasuk kondisi tubuhku" (UF: 171-175 / FGD 2)
	<i>Insecurity</i>	"[...] karena salah satu alasannya adalah insecure dimuka" (SV: 217-273 / FGD 1).
	Relasi Pertemanan	"Saya mendapat support dari teman-teman" (SV: 51-52/ FGD 1)
Dampak standar kecantikan dalam lingkup pertemanan	Tekanan Psikologis	"Dan itu buat hati saya sakit. Jadi biasa lebih ke diri sendiri, insecure" (TK: 169-170 / FGD 1)
	Tekanan Sosial	"[...] selalu menggunakan masker dan biasa mendapat bullyan dari teman-teman" (SV: 53-59 / FGD 1)
	Kehilangan Jati Diri	"[...] Tapi tau sendirilah kak gimana medsos sekarang. Banyak hal yang buat kita gampang meniru orang lain" (HM: 188-198/ FGD 1)

Tema 1: Penilaian Citra Diri pada Individu

Tema pertama menggambarkan bagaimana remaja membentuk pemaknaan awal terhadap citra diri melalui refleksi personal dan interaksi sosial. Proses ini melibatkan evaluasi terhadap aspek fisik, kondisi psikologis, karakter personal, serta validasi sosial yang diterima dari lingkungan sekitar. Diskusi mengenai kecantikan dan perawatan kulit

sering muncul baik sebagai percakapan santai maupun diskusi yang serius tentang kesehatan dan kesejahteraan (Putri & Setiawan, 2024). Adanya ketidaksamaan dari bentuk tubuh remaja yang telah dipersepsikan dengan tubuh yang ideal menimbulkan ketidakpuasan remaja terhadap tubuhnya (Aristantya & Helmi, 2019).

a. Penilaian fisik & mental

Partisipan memaknai citra diri sebagai gambaran yang tidak hanya terbatas pada tampilan fisik, tetapi juga mencakup kondisi psikologis dan perasaan terhadap diri sendiri. Cermin dan media sosial menjadi medium utama dalam proses refleksi ini.

“Tentang citra diri kalau misalnya saya mau mengekspresikan citra diri saya pasti dari pada umumnya itu seperti kaya melihat diriku di cermin eh ehh,”
(UF:1-6/FGD 2)

Selain aspek visual, citra diri juga dikaitkan dengan kondisi mental dan pengalaman emosional.

“[...] tapi bisa juga mencakup mental dan diri kita sendiri”
(FB: 11-14/FGD 1)

Temuan ini menunjukkan bahwa penilaian citra diri bersifat holistik, menggabungkan persepsi tubuh dan pengalaman afektif individu.

b. Penilaian Karakter atau kepribadian

Citra diri juga dipahami sebagai representasi karakter dan kepribadian yang melekat pada individu. Karakter dipandang sebagai identitas unik yang membedakan seseorang dari yang lain.

“[...] citra diri adalah kepribadian yang melekat didalam diri, mungkin bisa mencakup tentang kepercayaan diri, atau penilaian diri kita seperti apa”
(TK: 1-6/FGD 1)

Pemaknaan ini menegaskan bahwa remaja tidak semata-mata menilai dirinya berdasarkan fisik, tetapi juga berdasarkan kualitas internal yang dianggap mencerminkan jati diri.

c. Penilaian Sosial

Aspek sosial menjadi dimensi penting dalam pembentukan citra diri. Partisipan menggambarkan bahwa bagaimana orang lain memandang diri

mereka—terutama melalui media sosial—berkontribusi signifikan terhadap penilaian diri. Santrock (dalam Muharram et al., 2023) menjelaskan bahwa di fase perkembangan remaja, perubahan sosial-emosi sangat berpengaruh pada pembentukan identitas. Hal ini disebabkan karena perkembangan yang mencakup emosi dan kepribadian, berasal dari hasil atau proses belajar dalam proses penyesuaian diri dengan perubahan lingkungan di masyarakat atau harapan sosial (Rusuli, 2022). Validasi citra diri oleh lingkungan sosial yang paling sering digunakan saat ini melalui media sosial.

“Citra diri menurut saya mirip dengan personal branding, bagaimana pandangan orang terhadap diri kita dan seperti apa kita memandang diri kita sendiri” (HM: 19-24/FGD 1)

“[...] atau sosial media. Sekarang kan yang lebih tren ke sosial media jadi kaya kebanyakan rumor kita lebih ke sosial media, jadi lewat itu kita perlihatkan diri” (AI: 17-20/FGD 2)

Selain itu, standar kecantikan dipahami sebagai konstruksi sosial yang dibentuk oleh kelompok dan lingkungan. Standar kecantikan yang dibuat oleh konstruksi sosial (*influencer*) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap identitas diri individu (Syifa et al., 2024).

“Nah kalau menurut saya standar kecantikan itu sebenarnya bukan dibikin dari seseorang individu tapi dari kelompok masyarakat” (UF: 50-63/FGD 2)

“Saya juga kurang setuju, karena banyak orang sekitar yang menganggap kalau harus putih baru cantik, atau harus tinggi baru cantik. Padahal tiap orang punya ciri khas. Justru orang hitam itu manis-manis” (AQ: 148-155/FGD 1)

Proses ini menunjukkan bahwa penilaian diri merupakan hasil dialektika antara persepsi personal dan norma sosial yang diinternalisasi.

Tema 2: Standar Kecantikan dan dinamika Sosial

Tema kedua merefleksikan bagaimana standar kecantikan dipahami, dinegosiasikan, dan direspons dalam relasi pertemanan remaja. Tema ini mencakup kriteria kecantikan, penerimaan diri, serta pengaruhnya terhadap relasi sosial. Kecantikan adalah bagian dari sistem budaya yang ditampilkan melalui simbol sehingga

kecantikan yang direpresentasikan individu memiliki cakupan tubuh yang bersifat natural, namun selanjutnya dibentuk menjadi tubuh sosial atau fakta sosial (Hajat, 2024).

a. Kriteria cantik

Dalam menunjukkan keragaman pandangan dalam mendefinisikan kecantikan. Sebagian masih merujuk pada kriteria fisik ideal, sementara yang lain menolak standar tunggal dan menekankan keunikan individu.

“Standar kecantikan itu kulit putih, cantik, akhlak bagus, sikap ke semua orang itu bagus” (TK: 155-157/FGD 2)

Ada pula yang mengomentari standar kecantikan yang berlaku saat ini dengan memahami bahwa kecantikan wanita tidak dapat diukur dengan kriteria tertentu.

“[...] Semua orang punya titik yang menarik, cuman memang diri kita saja yang merasa kurang terus” (TK: 216-236/FGD 2)

“[...] Semua orang punya cantik dengan porsinya masing masing” (IM: 237-245/FGD 1)

Sebagian partisipan juga menekankan aspek sikap dan kepribadian sebagai elemen kecantikan.

“Ada orang yang biasa aja tapi karena sering senyum, ramah, baru kaya’ terlihat cantik. Pokoknya tergantung dari pembawaannya” (KY: 127-137/FGD 2)

b. Penerimaan diri

Dalam terhadap standar kecantikan memunculkan dua pola utama: penerimaan diri dan ketidakpuasan terhadap tubuh. Penerimaan diri ditandai dengan rasa syukur dan pemaknaan ulang terhadap kondisi fisik. Penerimaan diri yang baik terlihat dari menyadari kelebihan diri tanpa melebih-lebihkannya untuk tujuan tertentu (Rania & Yuliana, 2023). Dengan adanya pemikiran yang lebih dalam terkait kondisi tiap individu, seseorang akan lebih mudah menerima dirinya dengan lebih positif.

“[...] Yang buat saya mulai percaya diri karena saya memaknai bahwa tidak seburuk itu kok kondisi orang yang jerawat” (HM: 138-147/FGD 1)

“Kalau saya tetap bersyukur dengan apa yang Allah berikan termasuk kondisi tubuhku” (UF: 171-175/FGD 2)

Sebaliknya, sebagian partisipan mengungkapkan perasaan *insecure* akibat ketidaksesuaian dengan standar yang berlaku.

“Sama saya juga merasa tidak nyaman dengan berat badan dan tinggi”
(DL: 161-163/FGD 2)

“[...] karena salah satu alasannya adalah insecure dimuka”
(SV: 217-273/FGD 1)

c. Relasi pertemanan

Relasi pertemanan menjadi ruang penting dalam merespons standar kecantikan. Partisipan menekankan pentingnya dukungan sosial dan menolak praktik memilih teman berdasarkan *beauty privilege*.

“[...] Pertemanan kami karena merasa cocok satu sama lain. Walaupun beauty privilege itu nyata tapi jangan sampai memilih-milih teman”
(TK: 120-130/FGD 2)

“Sebaiknya standar yang kaya’ gitu tuh dihilangkan saja. karena tanpa standar kecantikan kita masih tetap dapat teman”
(IM: 131-135/FGD 1)

Dukungan dari teman dipandang sebagai faktor protektif dalam menghadapi tekanan sosial terkait penampilan.

“Saya mendapat support sistem dari teman-teman”
(SV: 51-52/FGD 1)

“[...] Tapi sekarang sudah tidak karena dapat teman yang baik”
(FB: 78-79/FGD 1)

Tema 3: Dampak Beauty Standard dalam lingkaran pertemanan

Tema ketiga menggambarkan konsekuensi psikososial dari internalisasi standar kecantikan, yang mencakup tekanan psikologis, tekanan sosial, dan kehilangan jati diri.

a. Tekanan Psikologis

Standar kecantikan memicu perasaan stres, rendah diri, dan ketidaknyamanan terhadap tubuh.

“Mungkin berawal di masa pandemi, yang buat merasa stres”
(HM: 33-44/FGD 1)

“[...] jadi, Saya bermasalah di badan (obesitas). Karena itu, kadang tidak pede untuk keluar rumah”
(IM: 70-73/FGD 1)

“[...] itu buat hati saya sakit. Jadi biasa lebih ke diri sendiri, insecure”
(TK: 169-170/FGD 2)

b. Tekanan Sosial

Tekanan sosial muncul dalam bentuk ejekan, teguran, hingga perundungan yang berkaitan dengan penampilan fisik.

"[...] selalu menggunakan masker dan biasa mendapat bullyan dari teman-teman". (SV: 53-59/FGD 1)

"Kadang dapat teguran kalau di sekolah" (TK: 164-169/FGD 2)

"Saya juga pernah di waktu SMK. Pernah kaya dibully karena faktor badan, kaya obesitas gitu [...]" (FB: 74-77/FGD 1)

c. Kehilangan Jati Diri

Paparan media sosial dan standar kecantikan yang dominan mendorong remaja meniru perilaku atau penampilan orang lain, yang berpotensi mengaburkan identitas diri. Temuan ini menunjukkan bahwa standar kecantikan tidak hanya berdampak pada persepsi tubuh, tetapi juga pada proses pembentukan identitas remaja dalam relasi sosial.

"[...] Kadang pede kadang tidak. Saya tidak pede jika keluar rumah tidak pake makeup. Dan saya tampil cantik untuk diriku sendiri. Karena begini, yang kurasakan itu, Kalau makeup bisa naikin mood" (AQ: 80-95/FGD 1)

"[...] Tapi tau sendirilah kak gimana medsos sekarang. Banyak hal yang buat kita gampang meniru orang lain, walau pada akhirnya sadar juga kalau tidak semua yang dilakukan orang lain harus ditiru" (HM: 188-198/FGD 1)

DISKUSI

Penelitian ini berhasil mengidentifikasi tiga tema utama yang merepresentasikan cara remaja memaknai citra diri dan standar kecantikan dalam konteks relasi pertemanan. Pertama, citra diri dipahami sebagai konstruksi multidimensional yang mencakup aspek fisik, psikologis, karakter personal, dan sosial, yang secara kolektif berkontribusi terhadap pembentukan harga diri dan kesejahteraan psikologis remaja. Kedua, standar kecantikan dimaknai secara beragam dan dinamis, dipengaruhi oleh pengalaman sosial serta tahap perkembangan usia. Ketiga, relasi pertemanan memainkan peran ambivalen, yaitu sebagai sumber dukungan emosional yang protektif, sekaligus sebagai ruang munculnya tekanan sosial melalui mekanisme konformitas dan perundungan.

Temuan ini menunjukkan bahwa citra diri yang terbentuk pada remaja berkontribusi langsung terhadap harga diri dan kepuasan psikologis. Penelitian sebelumnya menegaskan bahwa persepsi positif terhadap penampilan fisik berhubungan erat dengan peningkatan harga diri dan kepercayaan diri remaja (Demaria et al., 2024; Meland et al., 2021). Namun, hasil penelitian ini memperluas pemahaman tersebut

dengan menekankan bahwa citra diri tidak hanya dibentuk melalui evaluasi personal, melainkan juga melalui interaksi sosial yang berlangsung dalam kelompok pertemanan. Dengan kata lain, pembentukan citra diri merupakan proses relasional yang terus dinegosiasikan dalam konteks sosial terdekat remaja. Ketika remaja tidak hanya membangun identitas di dunia nyata, tetapi juga di ruang digital (Avci et al., 2025; Pérez-Torres, 2024).

Selain itu, penelitian ini mengonfirmasi bahwa media sosial berfungsi sebagai ruang tambahan dalam pembentukan identitas, di mana remaja tidak hanya merepresentasikan diri di dunia nyata, tetapi juga di ruang digital (Avci et al., 2025; Pérez-Torres, 2024). Paparan terhadap representasi kecantikan yang ideal di media sosial memperluas arena perbandingan sosial, sehingga evaluasi citra diri menjadi semakin kompleks. Dalam konteks ini, media sosial tidak berdiri sendiri sebagai faktor determinan, melainkan berinteraksi dengan dinamika pertemanan dalam membentuk standar kecantikan yang diinternalisasi oleh remaja.

Evaluasi terhadap citra diri yang muncul dalam penelitian ini mencerminkan proses perbandingan sosial yang menuntut remaja untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok (Oluc & Ayrar, 2024; Resha & Izzaty, 2025). Mekanisme ini sejalan dengan konsep konformitas sosial, di mana individu menyesuaikan sikap dan perilakunya demi memperoleh validasi serta penerimaan sosial (Capuano & Chekroun, 2024). Namun demikian, temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa remaja tidak sepenuhnya bersikap pasif terhadap tekanan tersebut. Dukungan emosional dan dialog reflektif dalam relasi pertemanan memungkinkan remaja untuk menegosiasikan identitas diri secara lebih aktif (Zhuang, 2023). Dengan demikian, pembentukan citra diri merepresentasikan keseimbangan antara tuntutan norma sosial dan kapasitas individu untuk merefleksikan serta menegosiasikan makna diri.

Variasi usia responden memberikan kontribusi penting dalam memahami fleksibilitas standar kecantikan. Perbedaan cara memaknai kecantikan pada kelompok usia yang berbeda mendukung teori konstruksi sosial yang memandang standar kecantikan sebagai sesuatu yang dinamis dan kontekstual (Kvardova et al., 2025). Dalam kerangka ini, relasi teman sebaya berfungsi sebagai ruang negosiasi identitas visual, di mana remaja secara aktif mendiskusikan, mempertanyakan, dan bahkan menolak standar kecantikan tertentu. Hal ini sejalan dengan temuan Eryilmaz et al. (2024) yang

menegaskan bahwa kualitas pertemanan berhubungan erat dengan perkembangan identitas positif dan citra tubuh yang lebih sehat.

Lebih lanjut, penelitian ini menunjukkan bahwa teman sebaya tidak hanya berperan sebagai pemberi komentar atau kritik, tetapi juga sebagai mitra dialog dalam membangun makna kecantikan. Melalui interaksi sehari-hari, remaja mendiskusikan apa yang dianggap cantik, bagaimana penampilan seharusnya dipertahankan, serta sejauh mana standar ideal dapat diterima atau ditolak. Proses ini menegaskan bahwa citra diri tidak terbentuk secara pasif akibat tekanan sosial, melainkan melalui interaksi sosial yang reflektif dan negosiatif (Avcı et al., 2025).

Secara keseluruhan, penelitian ini memperkaya kajian mengenai negosiasi identitas dengan menyoroti bahwa pembentukan citra diri remaja berlangsung dalam persimpangan antara tekanan budaya, standar kecantikan sosial, dan kualitas relasi pertemanan. Budaya dan pertemanan berperan sebagai arena utama dalam membentuk serta menegosiasikan makna diri, sehingga memperjelas pandangan bahwa identitas remaja bersifat dinamis dan berkembang seiring kebutuhan akan penerimaan sosial.

Implikasi praktis dari temuan ini menekankan pentingnya pendidikan literasi citra tubuh dan penguatan refleksi diri pada remaja. Dukungan institusi pendidikan dan layanan konseling remaja menjadi krusial untuk membantu remaja memahami pengaruh budaya terhadap persepsi diri, sekaligus mendorong terbentuknya relasi pertemanan yang suportif. Dengan demikian, tekanan sosial terkait standar kecantikan tidak berkembang menjadi konformitas yang merugikan kesejahteraan psikologis, melainkan dapat dinegosiasikan secara sehat melalui dukungan sosial yang positif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa citra diri, standar kecantikan, dan relasi pertemanan memiliki keterkaitan yang erat dalam membentuk pengalaman psikososial remaja. Temuan penelitian mengindikasikan bahwa standar kecantikan yang berlaku dalam lingkungan sosial berperan signifikan dalam perkembangan sosio-emosional remaja. Standar tersebut tidak hanya memengaruhi cara remaja memandang dan menilai dirinya sendiri, tetapi juga berdampak pada kualitas hubungan sosial dalam pertemanan, tingkat penerimaan diri, serta kemampuan remaja dalam menegosiasikan identitas personal di tengah norma dan ekspektasi budaya yang berlaku.

Lebih lanjut, penelitian ini menegaskan bahwa remaja tidak sepenuhnya menjadi penerima pasif dari standar kecantikan sosial. Melalui relasi pertemanan, remaja memiliki ruang untuk melakukan proses negosiasi makna, baik dengan menerima, menyesuaikan, maupun menolak standar kecantikan tertentu. Dalam konteks ini, pertemanan berfungsi sebagai arena sosial yang dapat bersifat protektif maupun menekan, bergantung pada kualitas dukungan, dinamika interaksi, dan nilai yang dibangun dalam kelompok tersebut.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, khususnya terkait mekanisme negosiasi yang belum dapat diukur secara sistematis. Pendekatan kualitatif yang digunakan belum memungkinkan untuk mengidentifikasi besaran kontribusi relatif dari negosiasi dalam pertemanan dibandingkan pengaruh faktor lain, seperti media sosial, keluarga, karakteristik kepribadian, atau kerentanan psikologis individu. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain kuantitatif longitudinal atau pendekatan mixed-method guna mengembangkan model negosiasi citra diri yang lebih komprehensif dan terukur.

Selain itu, pengujian variabel moderasi, seperti jenis kelamin, intensitas keterikatan pada media sosial, serta kualitas hubungan pertemanan, juga direkomendasikan untuk memperkaya pemahaman mengenai dinamika pembentukan citra diri remaja. Dengan demikian, kajian lanjutan diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai bagaimana remaja membangun, mempertahankan, dan menegosiasikan identitas diri dalam konteks sosial dan budaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Aibi, A. R., & Ismail, M. (2024). The Cultural Evolution and Social Pressures of Liposuction Among Iraqi Women: Navigating Modern Beauty Standards Amidst Conservative Traditions. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.61440>
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 114. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- Avci, H., Baams, L., & Kretschmer, T. (2025). A Systematic Review of Social Media Use and Adolescent Identity Development. *Adolescent Research Review*, 10(2), 219–236. <https://doi.org/10.1007/s40894-024-00251-1>
- Capuano, C., & Chekroun, P. (2024). A Systematic Review of Research on Conformity. *International Review of Social Psychology*, 37(1), 13. <https://doi.org/10.5334/irsp.874>
- Demaria, F., Pontillo, M., Di Vincenzo, C., Bellantoni, D., Pretelli, I., & Vicari, S. (2024). Body, image, and digital technology in adolescence and contemporary youth culture.

- Frontiers in Psychology*, 15, 1445098.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1445098>
- Di Gesto, C., Nerini, A., Policardo, G. R., & Matera, C. (2022). Predictors of Acceptance of Cosmetic Surgery: Instagram Images-Based Activities, Appearance Comparison and Body Dissatisfaction Among Women. *Aesthetic Plastic Surgery*, 46(1), 502–512. <https://doi.org/10.1007/s00266-021-02546-3>
- Ekinci, Y., Dam, S., & Buckle, G. (2025). The Dark Side of Social Media Influencers: A Research Agenda for Analysing Deceptive Practices and Regulatory Challenges. *Psychology & Marketing*, 42(4), 1201–1214. <https://doi.org/10.1002/mar.22173>
- Eryilmaz, A., Kara, A., & Uzun, A. E. (2024a). The mediating role of positive body image between friendship qualities, well-being strategies and identity development among adolescents. *Current Psychology*, 43(28), 1–18. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06092-4>
- Eryilmaz, A., Kara, A., & Uzun, A. E. (2024b). The mediating role of positive body image between friendship qualities, well-being strategies and identity development among adolescents. *Current Psychology*, 43(28), 1–18. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06092-4>
- Fioravanti, G., Bocci Benucci, S., Ceragioli, G., & Casale, S. (2022). How the Exposure to Beauty Ideals on Social Networking Sites Influences Body Image: A Systematic Review of Experimental Studies. *Adolescent Research Review*, 7(3), 419–458. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00179-4>
- Hajat, E. (2024). Impact of Social Media Usage on Body Image Perception among Adolescents in Malawi. *American Journal of Arts, Social and Humanity Studies*, 4(1), 11–21. <https://doi.org/10.47672/ajashs.2064>
- Kantar. (2024). Title: *Well-being in a Digital World: Teens Report More Positive than Negative Online Experiences* [Report / Press]. <https://www.kantar.com/north-america/company-news/fosi-press-release-2024>
- Kaziga, R., Muchunguzi, C., Achen, D., & Kools, S. (2021). Beauty Is Skin Deep; The Self-Perception of Adolescents and Young Women in Construction of Body Image within the Ankole Society. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(15), 7840. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157840>
- Kvardova, N., Machackova, H., Maes, C., & Vandenbosch, L. (2025). Navigating Beauty Standards on Social Media: Impact of Appearance Activity on Adolescents' Body Dissatisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 54(8), 1999–2018. <https://doi.org/10.1007/s10964-025-02159-y>
- Lisa Nurul Syifa, Yosi Fransiska Sihotang, & Naela Faza Fariha. (2024). The Influence of Beauty Standards by Influencers on Student Self-Identity. *Feelings: Journal of Counseling and Psychology*, 1(2), 100–108. <https://doi.org/10.61166/feelings.v1i2.8>
- Liu, S., Wang, Y., & Nuttall, A. K. (2020). Cross-race and cross-ethnic friendships and psychological well-being trajectories among Asian American adolescents: Variations by school context. *Developmental Psychology*, 56(11), 2121–2136. <https://doi.org/10.1037/dev0001109>
- Lyu, Z. (2024). The constraints of stereotypical beauty standards on women. *SHS Web of Conferences*, 199, 02003. <https://doi.org/10.1051/shsconf/202419902003>
- Meland, E., Breidablik, H. J., Thuen, F., & Samdal, G. B. (2021). How body concerns, body mass, self-rated health and self-esteem are mutually impacted in early

- adolescence: A longitudinal cohort study. *BMC Public Health*, 21(1), 496. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10553-x>
- Merino, M., Tornero-Aguilera, J. F., Rubio-Zarapuz, A., Villanueva-Tobaldo, C. V., Martín-Rodríguez, A., & Clemente-Suárez, V. J. (2024). Body Perceptions and Psychological Well-Being: A Review of the Impact of Social Media and Physical Measurements on Self-Esteem and Mental Health with a Focus on Body Image Satisfaction and Its Relationship with Cultural and Gender Factors. *Healthcare*, 12(14), 1396. <https://doi.org/10.3390/healthcare12141396>
- Muharram, R., Zahara, C. I., & Amalia, I. (2023). Hubungan Body Image dengan Kecemasan Sosial Pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 3(2), 56. <https://doi.org/10.29103/jpt.v3i2.8880>
- Nagara, M. R. N. D., & Nurhajati, L. (2022). The Construction and Adoption of Beauty Standard by Youth Female as the Consumer of K-Beauty Products in Indonesia. *Jurnal Riset Komunikasi*, 5(2), 258–277. <https://doi.org/10.38194/jurkom.v5i2.543>
- Netto, M. L. D. S., Salomão, F. A. B., Pinto, R. A. C., Simões, J., Yasuda, M. C. C., Alves, L. A. C., Cremonez, C. Z., Silva, T. R. D., França, G. V., Silva, N. L., Germani, G. B., & Zacheo, G. O. (2024). Scratching Beneath the Surface: Understanding the Psychosocial Dynamics of Self-Injurious Skin Picking. *International Journal of Health Science*, 4(42), 2–8. <https://doi.org/10.22533/at.ed.1594422403052>
- Oluc, T., & Ayran, G. (2024). Determining the relationship between social media appearance consciousness and self-esteem in adolescents. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 6(2), 89–95. <https://doi.org/10.20473/pnj.v6i2.55879>
- Pérez-Torres, V. (2024). Social media: A digital social mirror for identity development during adolescence. *Current Psychology*, 43(26), 22170–22180. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z>
- Putri, R. N., & Setiawan, R. (2024). Citra Diri Mahasiswa Pendidikan Sosiologi Untirta Dalam Penggunaan Produk Skincare. *EDU SOCIATA (JURNAL PENDIDIKAN SOSIOLOGI)*, 7(1), 604–614. <https://doi.org/10.33627/es.v7i1.2118>
- Rania, U. A., & Yuliana, N. (2023). Self acceptance untuk mengurangi insecurity terhadap standar kecantikan di instagram. *Open Access*, 2(6).
- Resha, R., & Izzaty, R. E. (2025). Self-Esteem and Social Comparison as a Predictor of Body Image in Adolescent Girls. *Eduvest - Journal of Universal Studies*, 5(10), 12152–12166. <https://doi.org/10.59188/eduvest.v5i10.51468>
- Rusuli, I. (2022). PSIKOSOSIAL REMAJA: SEBUAH SINTESA TEORI ERICK ERIKSON DENGAN KONSEP ISLAM. *Jurnal As-Salam*, 6(1), 75–89. <https://doi.org/10.37249/assalam.v6i1.384>
- Samiha Zouitni & Abdelghanie Ennam. (2024). Mediatized Eurocentric Beauty Ideals and their Effects on African Women: Demystifying the Moroccan Context. *International Journal of Linguistics, Literature and Translation*, 7(8), 79–87. <https://doi.org/10.32996/ijllt.2024.7.8.11>
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence* (17th edn). McGraw-Hill Hingher Education. <https://books.google.com/books/about/Adolescence.html?id=n9xPyQEACAAJ>
- Schwartz-Mette, R. A., Shankman, J., Dueweke, A. R., Borowski, S., & Rose, A. J. (2020). Relations of friendship experiences with depressive symptoms and loneliness in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 146(8), 664–700. <https://doi.org/10.1037/bul0000239>

- Sugiarti, R., Erlangga, E., Purwaningtyastuti, P., & Suhariadi, F. (2021). The Influence of Parenting and Friendship on Self-Esteem in Adolescents. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(E), 1307–1315. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6881>
- Van Alboom, M., Elmer, T., Boersma, K., Forgeron, P., Baert, F., Bracke, P., & Goubert, L. (2022). Social integration of adolescents with chronic pain: A social network analysis. *Pain*, 163(11), 2232–2244. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000002623>
- Van Harmelen, A.-L., Blakemore, S. J., Goodyer, I. M., & Kievit, R. A. (2021). The Interplay Between Adolescent Friendship Quality and Resilient Functioning Following Childhood and Adolescent Adversity. *Adversity and Resilience Science*, 2(1), 37–50. <https://doi.org/10.1007/s42844-020-00027-1>
- Verrastro, V., Fontanesi, L., Liga, F., Cuzzocrea, F., & Gugliandolo, M. C. (2020). Fear the Instagram: Beauty stereotypes, body image and Instagram use in a sample of male and female adolescents. *Qwerty. Open and Interdisciplinary Journal of Technology, Culture and Education*, 15(1). <https://doi.org/10.30557/QW000021>
- Yue, C., Long, Y., Ou, K., Dong, X., & Cao, F. (2022). Influence of peers' actual appraisals on moral self-representations of Chinese adolescents. *Frontiers in Psychology*, 13, 995206. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.995206>
- Zhuang, X. (2023). The Impact of Social Media on Self-Image Control in Adolescents and Relevant Factors. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 22, 41–46. <https://doi.org/10.54097/ehss.v22i.12283>