

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kecemasan pada mahasiswa pengguna Instagram di Universitas Malikussaleh. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Jumlah sampel sebanyak 385 mahasiswa pengguna Instagram. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, di mana siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sampel, apabila dipandang sesuai sebagai sumber data. Berdasarkan data demografi, dari total 385 responden, 104 orang (27%) berjenis kelamin laki-laki dan 281 orang (73%) berjenis kelamin perempuan. Dari segi fakultas, responden didominasi oleh mahasiswa Fakultas Teknik dengan jumlah 106 orang (27,5%), sedangkan fakultas dengan persentase terendah adalah Fakultas Kedokteran yang hanya berjumlah 4 orang (1%). Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *body image* dengan kecemasan pada mahasiswa pengguna Instagram di Universitas Malikussaleh, dengan kontribusi hubungan sebesar 17,30%. Artinya, semakin tinggi *body image* maka semakin rendah kecemasan, sebaliknya semakin rendah *body image* maka semakin tinggi kecemasan. Hasil ini menunjukkan bahwa persepsi terhadap *body image* memegang peranan penting dalam kondisi psikologis individu, khususnya dalam konteks penggunaan media sosial yang menekankan penampilan visual seperti Instagram. Pada analisis aspek, diketahui bahwa orientasi terhadap penampilan menunjukkan korelasi tertinggi dengan kecemasan. Hal ini berarti semakin besar perhatian individu terhadap penampilan fisik, semakin tinggi pula kecemasan yang dialaminya. Sebaliknya, aspek pengkategorian ukuran tubuh menunjukkan hubungan negatif terhadap kecemasan. Artinya, semakin individu merasa nyaman dengan ukuran tubuhnya, semakin rendah pula tingkat kecemasan yang dirasakan.

kata kunci : *body image,instagram, kecemasan, mahasiswa*

ABSTRACT

*This study aims to examine the relationship between body image and anxiety among Instagram using students at Malikussaleh University. A quantitative approach was employed, utilizing a correlational research design. The sample consisted of 385 university students who actively use Instagram. The sampling technique used was accidental sampling, a method in which participants are selected based on chance encounters with the researcher provided that these individuals are deemed suitable as data sources. Data analysis revealed a negative correlation between body image and anxiety among the Instagram-using students at Malikussaleh University, with a correlation contribution of 17.30%. This indicates that the higher an individual's body image, the lower their level of anxiety, and conversely, the lower the body image, the higher the anxiety level. These findings highlight the significant role of body image perception in influencing psychological well-being, particularly in the context of visually driven social media platforms such as Instagram. Further analysis of body image dimensions showed that appearance orientation had the strongest positive correlation with anxiety. This suggests that greater preoccupation with physical appearance is associated with higher levels of anxiety. In contrast, the body size categorization aspect exhibited a negative correlation with anxiety, indicating that individuals who feel comfortable with their body size tend to experience lower levels of anxiety.*Keywords: body image, Instagram, anxiety, university students

Keywords: body image, Instagram, anxiety, university students