

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Masa Dewasa Awal

2.1.1 Definisi Dewasa Awal

Istilah *adult* atau dewasa berasal dari kata kerja latin yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Oleh karena itu orang dewasa adalah seseorang yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukannya di dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya (Elizabeth Hurlock, *Developmental Psychology*, 1991). Dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja. Hurlock (1986) mengatakan bahwa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai kira-kira usia 40 tahun. Secara umum, mereka yang tergolong dewasa awal ialah mereka yang berusia 20-40 tahun.

Santrock (1999), orang dewasa muda termasuk masa transisi, baik secara fisik, transisi secara intelektual serta transisi peran sosial. Perkembangan sosial masa dewasa awal adalah puncak dari perkembangan sosial masa dewasa. Masa dewasa awal adalah masa beralihnya pandangan egosentris menjadi sikap yang empati. Pada masa ini, penentuan relasi sangat memegang peranan penting. Dewasa awal merupakan masa permulaan dimana seseorang mulai menjalin hubungan secara intim dengan lawan jenisnya. Hurlock (1986) mengemukakan beberapa karakteristik dewasa awal dan pada salah satu ininya dikatakan bahwa dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian

diri dengan cara hidup baru dan memanfaatkan kebebasan yang diperolehnya.

2.1.2. Ciri-ciri Umum Masa Dewasa Awal

Dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan yang baru dan harapan-harapan sosial yang baru. Masa dewasa awal adalah kelanjutan dari masa remaja, sehingga ciri-ciri masa dewasa awal tidak jauh berbeda dengan masa remaja. Ciri-ciri masa dewasa awal menurut Hurlock (1986):

1. Masa dewasa awal sebagai usia reproduktif.

Masa dewasa awal adalah masa usia reproduktif. Masa ini ditandai dengan membentuk rumah tangga. Pada masa ini khususnya wanita, sebelum usia 30 tahun, merupakan masa reproduksi, dimana seorang wanita siap menerima tanggung jawab sebagai seorang ibu. Pada masa ini, alat-alat reproduksi manusia telah mencapai kematangannya dan sudah siap untuk melakukan reproduksi.

2. Masa dewasa awal sebagai masa bermasalah. Setiap masa dalam kehidupan manusia, pasti mengalami perubahan, sehingga seseorang harus melakukan penyesuaian diri kembali terhadap diri maupun lingkungannya. Demikian pula pada masa dewasa awal ini, seseorang harus banyak melakukan kegiatan penyesuaian diri dengan kehidupan perkawinan, peran sebagai orang tua dan sebagai warga negara yang sudah dianggap dewasa secara hukum.

3. Masa dewasa awal sebagai masa yang penuh dengan ketegangan emosional. Ketegangan emosional seringkali ditampakkan dalam

ketakutan-ketakutan atau kekhawatiran-kekhawatiran. Ketakutan atau kekhawatiran yang timbul ini pada umumnya bergantung pada tercapainya penyesuaian terhadap persoalan-persoalan yang dihadapi pada suatu saat tertentu atau sejauh mana sukses atau kegagalan yang dialami dalam penyelesaian persoalan.

4. Masa dewasa awal sebagai masa ketergantungan dan perubahan nilai. Ketergantungan disini mungkin ketergantungan kepada orang tua, lembaga pendidikan yang memberikan beasiswa atau pada pemerintah karena mereka memperoleh pinjaman untuk membiayai pendidikan mereka. Sedangkan masa perubahan nilai masa dewasa awalterjadi karena beberapa alasan seperti ingin diterima pada kelompok orang dewasa, kelompok-kelompok sosial dan ekonomi orang dewasa.

2.1.3 Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Optimalisasi perkembangan orang dewasa awal mengacu pada tugas-tugas perkembangan dewasa awal menurut **R.J. Havighurst, 1953** (dalam **Hurlock, 1986**), mengemukakan rumusan tugas-tugas perkembangan masa dewasa awal sebagai berikut :

1. Memilih teman (sebagai calon istri atau suami)
2. Belajar hidup bersama dengan suami/istri
3. Mulai hidup dalam keluarga atau hidup berkeluarga
4. Mengelola rumah tangga
5. Mulai bekerja dalam suatu jabatan
6. Mulai bertanggung jawab sebagai warga negara

2.2 Body Image

2.2.1 Pengertian Body Image

Menurut **Cash & Pruzinsky (2002)** citratubuh (*body image*) merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Seseorang yang memiliki pandangan positif mengenai tubuhnya akan menerima kondisi tubuhnya sebagaimana adanya dan merasa puas dengan apa yang dimilikinya. Namun untuk seseorang yang memiliki pandangan negatif terhadap tubuhnya akan selalu merasa tidak puas dengan kondisi tubuhnya, selalu membandingkan tubuhnya saat ini dengan tubuh ideal yang diinginkannya.

Menurut **Cash (2002)**, pembentukan *body image* merupakan hasil dari hubungan timbal balik antara peristiwa di lingkungan sekitar, kognitif, afektif, proses fisik dan perilaku individu. *Body image* terdiri dari hubungan pribadi individu dengan tubuhnya sendiri yang mencakup persepsi, pikiran, perasaan dan tindakan yang berhubungan dengan penampilan fisik yang dikonseptualisasikan dalam 5 dimensi yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, pengkategorian ukuran tubuh **Cash (2002:145)**

- (a) **Appearance Evaluation (Evaluasi penampilan)**, yaitu mengukur evaluasi dari penampilan dan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan dan tidak memuaskan.

- (b) **Appearance Orientation (Orientasi penampilan)**, yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya
- (c) **Body Area Satisfaction (Kepuasan terhadap bagian tubuh)**, yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, seperti wajah, rambut, tubuh bagian bawah (pantat, paha, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), dan penampilan secara keseluruhan.
- (d) **Overweight Preoccupation (Kecemasan menjadi gemuk)**, yaitu mengukur kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.
- (e) **Self-Classified Weight (Pengkategorian ukuran tubuh)**, yaitu mengukur bagaimana individu mempersepsi dan menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai sangat gemuk.

2.2.2 Karakteristik body image

a. Karakteristik *body image* positif

Individu yang memegang *body image* yang positif merasa cantik, nyaman, percaya diri, dan senang dengan tubuh mereka, dan merasa memiliki kecantikan dalam diri. Individu yang memiliki *body image* positif akan lebih menerima dan mencintai tubuhnya sebagaimana mestinya. Berfokus kepada aset tubuh yang bisa dimanfaatkan dengan baik bukan memikirkan kekurangan dari tubuhnya. Tidak membandingkan penampilannya dengan penampilan orang lain karena berpikir bahwa

kecantikan itu bisa muncul dalam berbagai macam cara, memilih lingkungan dengan orang-orang yang memiliki pandangan positif terhadap *body image* mereka, menjaga kesehatan tubuh mereka dengan baik. Tahu dengan betul kapan mereka harus makan dan sebanyak apa makanan yang mereka butuhkan, serta tidak mencemaskan makanan yang dapat membuat tubuh menjadi gemuk (Wood-Barcalow dkk, dalam **Body Image 2011:57**)

b. Karakteristik *body image* negatif

Karakteristik *body image* negatif meliputi ketidakpuasan terhadap bagian-bagian tubuh yang dimiliki oleh seseorang, kurangnya penerimaan keadaan tubuh mereka sebagaimana adanya dan selalu membandingkan tubuhnya dengan orang lain. Merasa bahwa dirinya memiliki penampilan yang jelek dan buruk, selalu mencari jalan keluar untuk mengurangi kekurangan yang dimilikinya dan lebih terpusatkan pada kekurangan-kekurangannya dibanding dengan memikirkan kelebihan yang dimilikinya serta selalu mengidamkan tubuh yang ideal Cash (2011)

2.2.3 Faktor yang mempengaruhi *Body Image*

1. Media

Standar sosial pada penampilan wanita yaitu memiliki tubuh yang kurus dan tinggi bahkan level yang paling ideal itu sangat mustahil dalam dicapai dengan cara yang sehat. Media memiliki suatu kekuatan dalam menampilkan tubuh-tubuh wanita yang ideal seperti memiliki kaki yang jenjang, tubuh yang kurus dan kecantikan ideal lainnya. Adanya proses

media mempengaruhi seseorang dalam penilaian tubuhnya dimulai dari diulanginya gambar tersebut atau dilihatnya gambar tersebut secara berulang-ulang membuat mereka membandingkan tubuhnya dengan model-model yang memiliki tubuh ideal kemudian mereka menginternalisasikan bahwa tubuh yang ideal itu adalah tubuh yang kurus dan semakin sering mereka melihatnya mereka semakin ingin memiliki tubuh yang ideal. Sehingga mereka memiliki standar untuk menilai tubuh mereka sendiri dan kebanyakan dari mereka menilai bahwa mereka tidak memiliki tubuh ideal yang dimiliki para model yang ada di media. Memiliki tubuh yang ideal seringkali dihubungkan dengan kebahagiaan, kesuksesan dan status. Proses ini juga meliputi kognitif, persepsi dan perilaku. Adanya perasaan gagal dalam diri mereka yang menyebabkan mereka menjadi frustrasi dan munculnya ketidakpuasan terhadap kondisi fisik mereka. Dalam domain kognitif mengenai penampilan biasanya mereka mengevaluasi diri mereka dengan cara membandingkan tubuhnya dengan tubuh orang lain, menanyakan penampilannya terus menerus kepada orang lain sehingga mereka mendapatkan banyak pesan dari orang lain. Domain persepsi mengenai penampilan, mereka memiliki persepsi bahwa penampilan yang baik itu adalah penampilan yang memiliki kondisi fisik yang ideal. Domain perilaku adanya tindakan untuk mengejar tubuh yang ideal itu seperti melakukan diet, atau melakukan perawatan lainnya untuk menunjang penampilannya supaya lebih menarik.

2. Keluarga

Keluarga khususnya orang tua adalah lingkungan yang terpenting bagi seorang anak. Namun ada hal-hal yang menjadi budaya di beberapa keluarga yaitu ibu yang selalu mengkritik anak perempuannya memiliki tubuh yang gemuk meskipun pada kenyatannya anak tersebut sudah memiliki tubuh yang ideal secara kesehatan. Anak juga bisa meniru perilaku ibu yang melakukan diet sebagai contoh modeling dari ibunya yang tetapi ingin memiliki tubuh yang ideal. Seorang anak perempuan akan lebih mengidentifikasi ibunya daripada ayahnya. Anak perempuan akan mengadopsi nilai-nilai dan gaya hidup ibunya karena adanya keterikatan antara anak perempuan dan ibunya. ketika ibu mengkritik tubuh anak perempuannya maka mereka juga akan mengidentifikasi cara yang sama bahwa mereka akan mengkritik diri mereka seperti ibunya.

3. Interpersonal

Adanya tiga proses utama yang memainkan peranan penting dalam pembangunan citra tubuh yaitu mengenai penampilan, kritikan terhadap penampilan fisik, dan perbandingan sosial. Proses penilaian mengenai kritikan orang lain terhadap penampilan mereka yang memiliki perbedaan dengan apa yang dipersepsikan. Menerima kritikan dari orang lain sama dengan bagaimana orang lain melihat penampilan mereka. Kritikan itu bisa berasal dari orang tua, teman sebaya, kekasih, atau bahkan orang asing. Kritikan yang negatif dapat merusak persepsi mereka mengenai penampilannya. Mereka yang pernah diolok-olok mengenai penampilannya akan merasakan ketidakpuasan yang tinggi akan tubuhnya,

akan menjadi depresi, atau gangguan lainnya seperti gangguan makan. Perbandingan sosial juga mengakibatkan ketidakpuasan terhadap tubuh karena merasa diri mereka tidak semenarik tubuh orang lain. Hubungan interpersonal dengan teman sebaya, kekasih juga bisa saja mengakibatkan ketidakpuasan terhadap tubuh mereka.

2.2.4 Penyebab *Body Image* negatif pada perempuan

Penyebab dari ketidakpuasan terhadap tubuhnya itu bukan dari usia. Tetapi karena adanya gambaran mengenai wanita muda yang memiliki tubuh ideal di media menyebabkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya pada wanita dewasa. Wanita dengan usia dibawah 30 tahun lebih sering mengidentifikasi pada selebriti dan model sebagai standar tubuh yang ideal.

2.2.5 Pengaruh Media Terhadap *Body Image*

Proses pengaruh yang diberikan media massa terhadap pandangan seseorang mengenai tubuhnya seperti :

1. Adanya gambaran ideal mengenai kecantikan
2. Transmisi dari beberapa kultural mengenai kecantikan yg ideal
3. Menginternalisasi secara individual
4. Munculnya ketidakpuasan atas tubuh mereka

Biasanya dalam majalah-majalah memperlihatkan, wanita muda, tinggi, memiliki kaki yang jenjang, mata yang besar, dada yang besar, kulit yang bersih yang biasanya identik dengan kulit yang putih. Banyak pula

model dari majalah tersebut memiliki badan yang kurus. Meskipun tidak semuanya terlihat kurus secara natural tetapi tetap melakukan teknik pengeditan agar terlihat kurus. Hal tersebut bisa bertransmisi melalui media, orang tua dan teman sebaya. Citra diri yang ideal itu bisa mempengaruhi seseorang dengan cara yang kuat dan persuasif melalui pengaruh sosiokultural, seringkali dalam media, keluarga, dan teman sebaya. Memiliki tubuh yang ideal merupakan hal yang tidak mungkin untuk kebanyakan wanita dalam memberikan pengertian sehat. Ketika para wanita merasa tidak mungkin untuk memiliki tubuh seperti itu maka mereka akan merasa kecewa atau merasakan ketidakpuasan sehingga mereka melakukan aksi seperti diet atau cara menguruskan badan lainnya namun dengan cara yang tidak sehat dan hasilnya dapat memiliki gangguan makan. Selain dengan cara diet atau menguruskan badan para wanita juga sering mengkamufase tubuhnya agar dapat terlihat menarik seperti menggunakan make up, menggunakan pewarna rambut, menggunakan obat untuk memutihkan kulit dan hal yang lainnya. Para remaja dan wanita dewasa awal lebih banyak meluangkan waktunya untuk melihat foto di akun media sosial milik orang lain, fashion online, *glamour magazine*, video musik dll dalam media. Bagi remaja dan wanita dewasa awal majalah atau situs fashion dapat lebih berpengaruh dibandingkan dengan media televisi. Proses mempengaruhi :

1. Karakteristik media sebagai moderator

Media menyediakan gambaran wanita ideal seperti wanita yang ideal memiliki tubuh yang kurus, tinggi, memiliki kulit yang putih, memiliki rambut yang indah.

2. Etnisitas sebagai moderator

Segala sesuatu yang menjelaskan mengenai etnisitas dalam media semakin menipis. Jejak berbagai macam etnis sudah mulai dihilangkan dan hanya disajikan dengan wanita yang memiliki kulit putih.

3. Seseorang sebagai mediator dan moderator

Efek negatif dari tampilan media mengenai citra tubuh lebih besar terjadi pada wanita, termasuk wanita yang memiliki rasa prihatin terhadap tubuhnya sendiri. Wanita tersebut cenderung untuk membandingkan penampilan mereka dengan tubuh teman-temannya, model fashion, selebriti namun sangat jarang sekali membandingkan diri mereka dengan wanita yang memiliki tubuh gemuk. Perempuan dengan level ketidakpuasan yang tinggi terhadap tubuhnya akan membuat tubuhnya semakin tidak sehat atau menyakiti tubuhnya sendiri karena membandingkan tubuhnya dengan tubuh wanita lain, menurutnya gambaran tubuh ideal itu adalah general.

2.2.6 hubungan internet dengan *body image*

Internet sudah menjadi media massa di masa depan. Namun, beberapa studi telah mengeksplorasi dampaknya pada citra tubuh. Jutaan orang dari segala usia, di seluruh dunia, yang setiap hari terlibat dengan iklan mesin pencari dan sosial situs jaringan. Mengingat semakin banyak

dan berkembang popularitas selebriti dan fashion situs, website diet, dan pro-gangguan makan website, maka tidak mungkin apabila internet tidak berpengaruh pada citra tubuh.

2.2.7 Perilaku dari *Body Image*

Ada 3 hal perilaku yang ditunjukkan dari *body image* yaitu *checking*, *fixing* dan *avoidance*. Memastikan penampilan atau *appereance fixing* erat kaitannya dengan *body checking* dan menjadi metode bagi seseorang yang tidak merasa puas terhadap tubuhnya. Memastikan penampilan adalah banyaknya usaha untuk mengkoreksi atau mengkamufase penampilan fisik untuk menjadi cantik, atau dapat diterima oleh lingkungan yg memiliki kriteria ideal. Seseorang dengan *appereance fixing* memiliki strategi dengan meluangkan waktu untuk mencoba merubah beberapa aspek dari penampilannya yang sekiranya tidak dapat diterima atau dirasa kurang. Meskipun banyaknya peneliti pada *body image* secara general *appereance fixing* lebih fokus kepada menurunkan berat badan pada perempuan menambah otot pada laki-laki. *Appereance fixing* dapat berupa banyak bentuk perilaku. Contohnya seperti mengkamufase penampilan seperti penggunaan make up, gaya rambut, ekstensi rambut, menggunakan cat rambut, menggunakan pemutih kulit, diet dan penggunaan kosmetik.

2.2.8 Dampak yang muncul

Menurut **Cash (2011)** terapat beberapa dampak yang muncul dari *body image* yang negatif diantaranya :

a. fungsi sosial

Bagaimana mereka merasakan tentang tubuh kita itu akan berpengaruh pada kehidupan sosial mereka. Sebagai contoh seseorang yang memiliki permasalahan dalam *body image* pergi ke acara pesta dansa dan ada seseorang pria yang mengajaknya berdansa maka ia akan berpikir bahwa pria tersebut hanya merasa kasihan padanya bukan karena pria tersebut menyukainya, maka akan munculah kecemasan pada perempuan tersebut. Sehingga perempuan tersebut lebih menolak untuk melakukan dansa dengan pria tersebut, menarik diri karena permasalahan *body image* menjadi masalah dalam fungsi sosial seseorang. BDD atau yang lebih dikenal dengan *Body dysmorphyc disorder* juga akan menjadi salah satu efek atau dampak dari *body image* yang negatif. Jika seseorang dengan BDD ini memiliki sejumlah komentar dari orang lain maka mereka akan merasa ditolak oleh lingkungannya tersebut.

b. fungsi seksual

seseorang yang memiliki permasalahan dalam *body image* mengenai organ seksual primer maupun sekunder akan berpengaruh pada fungsi seksual pada saat menikah dan memiliki pasangan, misalnya memiliki payudara yang kecil atau terlalu besar, kemudian memiliki tubuh yang gemuk sehingga akan mengganggu fungsi seksual pada saat menikah.

c. Anorexia & Bullimia Nervosa

Adanya ketakutan menjadi gemuk atau kehilangan berat badan idealnya sehingga melakukan beberapa cara untuk tetap menjaga berat badannya meskipun dengan cara yang tidak sehat.

d. Body Dysmorphyc Disorder

Perilaku repititif mengenai pengevaluasian penampilan seseorang seperti selalu mengecek wajahnya apakah sudah bersih dari jerawat atau tidak, atau selalu mengecek penampilannya terus – menerus.

2.3 Kerangka Pemikiran

Kecanggihan teknologi masa kini membuat setiap orang ingin semakin ikut berkembang, contohnya internet kini banyak sekali yang menggunakan internet tersebut dengan alasan agar dapat mempermudah pekerjaan mereka, namun adapula yang menggunakan internet untuk berinteraksi dengan orang lain dalam media sosial. Dalam media sosial ini setiap orang dalam melakukan apapun seperti *chatting*, berbagi foto, melihat-lihat foto dan melihat *fashion online*. Banyaknya media sosial yang menyuguhkan gambaran tubuh ideal yang berupa foto dari para artis, teman sebaya, maupun orang yang tidak dikenal sekalipun membuat para wanita ini memiliki persepsi bahwa tubuh ideal itu adalah tubuh yang mereka lihat di dalam media sosial.

Media sosial memberi gambaran cantik yang ideal. Cantik yang ideal ini adalah cantik yang memiliki kulit putih, tubuh yang kurus dan tinggi memiliki penampilan yang menarik seperti menggunakan *make up*,

memperlihatkan wajah yang bersinar dan berkulit putih bersih. Jika dahulu kala cantik yang ideal itu berdasarkan budaya dimana para wanita itu tinggal. Namun kini wanita tersebut memiliki gambaran ideal yang secara general dan menjadi model bagi seluruh wanita. Media menyuguhkan foto tersebut melalui artis idola, teman sebaya, bahkan orang asing sekalipun. Media memberikan kesempatan yang besar agar dapat membuat semua orang dapat melihat foto atau gambar tersebut dengan mudah dimanapun dan kapanpun. Sehingga hal tersebut menggeser kecantikan yang berbeda dari setiap budaya yang ada. Jika pada awalnya cantik menurut budaya itu berbeda-beda maka saat ini hal tersebut sudah bergeser dengan adanya kecantikan ideal yang menggeneralisasi. Menggeser kecantikan ideal secara budaya menjadi lebih menyeluruh. Standar ideal bagi wanita pada saat ini seperti para artis atau gambaran ideal lainnya yang berada di media sosial seperti memiliki tubuh yang kurus tanpa melihat sehat atau tidak, memiliki tubuh yang tinggi, kulit yang putih, wajah yang bersinar dan kecantikan lainnya.

Hal tersebut menginternalisasi individu, wanita tersebut menjadi memiliki pemikiran bahwa wanita yang ideal itu adalah wanita yang memiliki ciri-ciri seperti yang sering dilihatnya di media sosial. Wanita tersebut memiliki persepsi bahwa mereka harus memiliki tubuh yang sama seperti tubuh orang lain yang dilihatnya di media sosial yaitu memiliki tubuh yang kurus, tubuh yang tinggi, kulit yang putih, atau memiliki wajah yang putih bersih dan bersinar seperti di foto yang dilihatnya. Sehingga mereka akan membandingkan tubuhnya dengan tubuh yang ada di media

sosial tersebut. Apabila tidak sama dengan yang dilihatnya mereka akan mengalami ketidakpuasan karena mereka tidak dapat memenuhi standar yang berlaku sesuai dengan yang diperlihatkan di media sosial.

Pada awalnya wanita melihat foto-foto tersebut hanya atas dasar untuk mendapatkan hiburan namun semakin sering melihatnya para wanita ini mulai membandingkan tubuhnya dengan tubuh para model yang mereka lihat. Awalnya hanya memuji model yang ada dari foto tersebut tetapi semakin sering melihatnya mereka menjadi sering pula membandingkan tubuhnya dengan tubuh model tersebut sehingga muncul rasa kekurangan atau ketidakpuasan terhadap tubuh mereka sendiri. Mereka menjadi lebih sering menanyakan mengenai penampilannya kepada teman-temannya, kepada keluarga bahkan kepada pasangannya apakah tubuhnya menarik atau tidak. Ketika ada beberapa orang yang mengevaluasi penampilannya atau mereka masih merasa kekurangan pada bagian tubuh mereka, mereka akan merencanakan sesuatu dan melakukannya untuk merubah atau memperbaiki penampilannya tersebut. Mereka yang tidak puas dengan bagian tubuhnya maka akan berusaha untuk mengejar kesempurnaan seperti melakukan diet dengan cara olahraga ketat, menggunakan obat-obatan pelangsing, adapula yang menggunakan *make up* demi mengkamufase penampilannya, melakukan suntik kulit putih dan mengedit fotonya sendiri agar dapat terlihat sempurna pada saat wanita tersebut mengunggah fotonya ke media sosial dan hal tersebut terjadi terus-menerus sehingga membuat waktu menjadi lebih tidak produktif.

. Hal tersebut dapat memiliki beberapa dampak yang terjadi diantaranya yaitu mereka menjadi kehilangan waktu produktifnya Karena harus melakukan foto berulang kali demi mendapatkan foto yang sempurna atau terus mengedit fotonya. Mereka menjadi memiliki ketidakpuasan akan tubuhnya sendiri, melakukan diet dengan cara yang tidak sehat tanpa anjuran ahli gizi, mereka menjadi tidak percaya diri jika harus bertemu dengan orang lain karena mereka menganggap bahwa foto yang mereka edit itu berbeda dengan aslinya sehingga pertemuan itu akan mengecewakan dirinya.



