



Paparan Konten Kecantikan Tiktok Terhadap Pembentukan Persepsi Kecantikan Remaja Perempuan

Muh. Alham Afdal Daeng Matanre¹, Citra Glorya Pongdatu², Windy Bara Tau³, Farah Fadia Faisal⁴

^{1,2,3,4}Universitas Negeri Makassar, Indonesia

E-mail: muhalham@gmail.com¹, citragloryya@gmail.com², baratauwindy@gmail.com³, farahfadiaa06@gmail.com⁴

Artikel History

Received: (08-05-2026)

Revised: (10-05-2026)

Accepted: (13-05-2026)

Kata Kunci: TikTok, persepsi kecantikan, remaja perempuan, media sosial, citra diri.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konten TikTok terhadap persepsi kecantikan remaja perempuan. TikTok sebagai media sosial berbasis visual memiliki peran besar dalam membentuk standar kecantikan melalui fitur filter wajah, tren glowing skin, transformasi makeup, serta algoritma yang menampilkan konten serupa secara berulang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan analisis konten terhadap representasi kecantikan di TikTok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa paparan konten kecantikan di TikTok mendorong remaja melakukan perbandingan sosial, objektifikasi diri, serta pengawasan tubuh secara berlebihan. Banyak remaja merasa lebih percaya diri ketika menggunakan filter, namun di sisi lain muncul ketidakpuasan terhadap penampilan asli, rasa minder, dan tekanan untuk memenuhi standar kecantikan digital yang sempit. Selain dampak negatif, TikTok juga memiliki sisi positif melalui konten self-love, edukasi perawatan diri, dan ruang ekspresi identitas. Penelitian ini menyimpulkan bahwa TikTok memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan persepsi kecantikan remaja perempuan, baik secara positif maupun negatif. Oleh karena itu, diperlukan literasi digital dan pendampingan dari keluarga maupun lingkungan agar remaja mampu membangun citra diri yang sehat, realistis, dan positif.

PENDAHULUAN

TikTok telah menjadi salah satu platform digital yang sangat signifikan dalam mempengaruhi cara pandang remaja perempuan terhadap kecantikan dan fisik mereka. Aplikasi ini menyediakan budaya visual yang mendalam melalui berbagai fitur seperti efek wajah, tren kecantikan, serta konten transformasi penampilan yang selalu muncul di beranda pengguna. Fenomena ini menunjukkan bahwa media sosial berfungsi sebagai kekuatan dalam membentuk identitas visual remaja, bukan hanya sebagai *platform* hiburan. Pada usia ini, remaja perempuan sangat peka terhadap penilaian orang lain, sehingga TikTok dapat memperkuat atau merubah pandangan mereka mengenai kecantikan diri.

Penggunaan TikTok secara intens berkaitan dengan pembentukan body image pada remaja perempuan. Semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin besar kemungkinan remaja melakukan evaluasi terhadap penampilan fisik mereka berdasarkan standar visual yang muncul di media digital. Paparan konten kecantikan secara terus-menerus membuat remaja lebih mudah menginternalisasi standar kecantikan tertentu sebagai sesuatu yang ideal dan harus dicapai. Kondisi ini dapat memengaruhi cara remaja memandang tubuhnya sendiri serta memunculkan rasa tidak puas terhadap penampilan fisik mereka (Rahmalia, 2024).

Frekuensi paparan media sosial menyebabkan remaja perempuan cenderung memandang tubuh mereka sebagai objek yang harus dievaluasi oleh orang lain. Hal ini membuat mereka mulai mengembangkan citra diri yang tergantung pada penilaian eksternal (Alfiyyah, dkk., 2023). Tubuh dan wajah tidak lagi dianggap sebagai bagian alami dari diri, melainkan sebagai penampilan yang harus sesuai dengan kriteria sosial tertentu agar dinilai cantik dan layak. Ini terlihat jelas ketika remaja melakukan kebiasaan mengedit foto, menggunakan filter untuk memutihkan kulit, atau memilih sudut wajah tertentu demi terlihat sempurna di mata audiens digital.

Paparan konten visual di TikTok membuat remaja perempuan semakin memperhatikan penampilan fisik mereka dalam interaksi sosial digital. Berbagai fitur seperti filter wajah, efek kecantikan, dan video transformasi penampilan mendorong remaja untuk lebih fokus pada bentuk wajah, warna kulit, dan penampilan tubuh mereka. Kondisi tersebut berpengaruh terhadap pembentukan body image serta tingkat kepercayaan diri remaja perempuan dalam kehidupan sehari-hari. Remaja yang terlalu sering membandingkan dirinya dengan standar visual di TikTok cenderung lebih mudah merasa kurang percaya diri terhadap penampilan aslinya (Syalsadila & Nawangasih, 2022).

Di Indonesia, definisi kecantikan seperti kulit cerah, wajah *glowing*, tubuh langsing, rambut lurus, dan penampilan feminim masih sangat mendominasi. Representasi kecantikan yang lebih condong pada standar *korean beauty* di media sosial juga semakin menguatkan kriteria-kriteria tersebut. Karena itu, banyak remaja menginternalisasi standar itu sebagai ukuran kecantikan yang harus mereka capai (Nurdin, dkk., 2024). Kecantikan di TikTok sering ditampilkan lewat wajah tirus, hidung mancung, dan kulit mulus, dan penampilan sempurna yang selalu tampak ideal. Situasi ini membuat definisi kecantikan semakin sempit dan homogen, sehingga remaja merasa perlu menyesuaikan diri untuk bisa diterima.

Tekanan untuk memenuhi standar kecantikan di ranah digital muncul ketika remaja terpapar pada citra ideal dalam waktu yang lama. Citra tersebut sering kali tidak natural karena dipengaruhi filter, pencahayaan, dan teknik pengeditan visual. Paparan citra kecantikan seperti ini meningkatkan kecenderungan untuk melakukan perbandingan sosial yang lebih ekstrem, yaitu membandingkan diri dengan konten kreator yang tampil tanpa cacat di layar (Belung & Iswinarti, 2024). Perbandingan sosial semacam ini sering menimbulkan keraguan diri, perasaan tidak cukup cantik, atau perasaan kurang dibandingkan dengan standar kecantikan yang muncul dari konten tersebut. Akibatnya, remaja perempuan bisa mengalami tekanan psikologis yang berupa ketidakpuasan tubuh, rasa minder, hingga penurunan kepercayaan diri.

Perbandingan sosial menjadi salah satu dampak yang sering muncul pada pengguna TikTok remaja. Ketika remaja terus melihat penampilan orang lain yang dianggap lebih ideal, mereka cenderung membandingkan kondisi fisiknya dengan standar tersebut secara berulang. Proses ini membuat remaja lebih mudah merasa kurang menarik, kurang cantik, atau tidak sesuai dengan standar kecantikan yang berkembang di media sosial. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat memengaruhi body image, rasa percaya diri, dan penerimaan diri pada remaja perempuan (Rahmadiansyah, dkk., 2022).

Konten tentang kecantikan di TikTok juga memainkan peran yang signifikan dalam proses internalisasi standar tersebut. Konten mengenai kulit mulus, teknik *glowing makeup*, atau transformasi penampilan mendorong remaja untuk menilai kembali penampilan mereka. Ketidakpuasan terhadap tubuh dan wajah semakin sering muncul di kalangan remaja yang mengonsumsi banyak konten kecantikan berdurasi singkat, terutama jika konten tersebut menunjukkan standar yang tidak realistis (Indriani, dkk., 2025). Di sisi lain, beberapa remajamerasa lebih diterima secara sosial ketika mereka mengikuti tren terkini, menerapkan gaya makeup viral, atau membuat video dengan filter yang sedang populer.

Konten kecantikan yang beredar di TikTok membuat remaja perempuan lebih sering memperhatikan kondisi wajah dan tubuh mereka. Video mengenai glowing skin, makeup transformation, serta standar wajah ideal secara tidak langsung membentuk persepsi mengenai kecantikan yang dianggap menarik di media sosial. Paparan tersebut mendorong munculnya kecenderungan untuk menilai penampilan diri berdasarkan standar kecantikan yang berkembang di ruang digital. Akibatnya, sebagian remaja merasa perlu menyesuaikan diri dengan tren kecantikan tertentu agar dapat diterima secara sosial di lingkungan pertemanan maupun media sosial (Fitriani & Purnomo, 2023).

Namun, pengaruh TikTok tidak semuanya negatif. Ada banyak konten yang membahas tentang *self-love*, penerimaan bentuk tubuh, dan edukasi perawatan kulit. Konten-konten ini memberikan dukungan bagi remaja agar lebih percaya diri, memahami penampilan mereka, dan menerima kekurangan dengan cara yang positif. Banyak remaja memanfaatkan TikTok untuk bereksperimen dengan berbagai gaya makeup, mode, dan bentuk ekspresi visual lainnya. Dalam beberapa situasi, TikTok bisa menjadi tempat yang aman bagi mereka untuk mengekspresikan identitas dan menghargai variasi dalam kecantikan.

Fenomena ini penting untuk dikaji mengingat remaja perempuan berada dalam fase perkembangan identitas yang sangat responsif terhadap pengaruh lingkungan visual. Media sosial menjadi sumber utama dalam pembentukan identitas tersebut, sehingga pengalaman remaja saat menggunakan TikTok menjadi sangat relevan untuk diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana remaja perempuan mengalami perubahan pandangan terhadap kecantikan mereka ketika menggunakan filter TikTok, bagaimana mereka menafsirkan tren kecantikan yang ada di *platform* itu, dan apakah pengaruh tersebut dianggap positif, negatif, atau keduanya.

Perkembangan media digital telah mengubah pola perilaku remaja dalam kehidupan sosial sehari-hari. Remaja semakin bergantung pada media berbasis internet sebagai ruang untuk membangun identitas, memperoleh pengakuan sosial, dan mengekspresikan diri di lingkungan digital. Kehadiran media sosial membuat proses pembentukan identitas remaja tidak lagi hanya dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan sekolah, tetapi juga oleh budaya visual yang berkembang di internet. Kondisi tersebut menyebabkan media digital memiliki pengaruh yang besar terhadap cara remaja memahami diri, gaya hidup, dan penampilan fisik mereka (Arifin, 2015).

Penelitian ini juga menggali cara remaja merespons berbagai konten kecantikan yang mereka ikuti. Respon mereka yang merasa terinspirasi, termotivasi, atau bahkan merasa kurang percaya diri dan membandingkan diri mereka adalah aspek penting untuk memahami dampak TikTok terhadap pandangan kecantikan remaja perempuan. Selain itu, penelitian ini juga meninjau apakah remaja merasa tertekan untuk memenuhi standar kecantikan yang ditetapkan di TikTok, termasuk tekanan untuk memiliki kulit *glowing*, bentuk tubuh ideal, atau makeup yang sedang populer. Tujuan-tujuan ini relevan dengan keseharian remaja perempuan yang hidup di tengah arus media digital dan visual yang semakin sulit untuk dihindari.

Memahami dinamika ini sangat krusial karena persepsi kecantikan berlangsung lama dan dapat memengaruhi harga diri, kesehatan mental, serta hubungan remaja dengan tubuh mereka sendiri. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih baik tentang bagaimana TikTok mempengaruhi cara remaja perempuan menilai diri mereka. Selain itu, diharapkan penelitian ini juga bisa bermanfaat bagi pendidik, orang tua, dan pengelola media sosial untuk menciptakan lingkungan digital yang lebih sehat, inklusif, dan mendukung perkembangan identitas remaja perempuan secara positif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan. Metode ini dipilih karena fokus penelitian adalah untuk memahami dengan mendalam pengalaman remaja perempuan dalam menafsirkan kecantikan serta dampak konten TikTok terhadap pandangan diri mereka. Menurut Creswell (2009), penelitian kualitatif bertujuan untuk menjelajahi makna, pengalaman, dan cara individu menjelaskan fenomena yang mereka alami.

Proses pengumpulan data dilakukan wawancara semi-terstruktur dan analisis konten. Wawancara dimanfaatkan untuk mendalami pengalaman informan mengenai penggunaan filter kecantikan, tren TikTok, serta dampaknya terhadap rasa percaya diri mereka. Yusuf (2014), menyatakan bahwa wawancara merupakan interaksi langsung antara peneliti dan informan untuk mendapatkan informasi yang lebih dalam. Selain itu, analisis konten diterapkan untuk memahami representasi kecantikan dalam video TikTok, termasuk filter kecantikan, kulit *glowing*, transformasi makeup, dan konten perawatan kulit. Krippendorff (2004), berpendapat bahwa analisis konten adalah metode sistematis untuk memahami pesan dalam berbagai jenis komunikasi.

Penelitian ini dilaksanakan di Makassar, Sulawesi Selatan. Data dianalisis secara deskriptif-kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan yang sesuai dengan tema-tema utama penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penggunaan TikTok oleh remaja perempuan menunjukkan bahwa media sosial memiliki peran yang semakin kompleks dalam membentuk cara pandang terhadap tubuh dan kecantikan. Melalui fitur seperti filter kecantikan, tren *glowing skin*, transformasi makeup, serta konten perawatan kulit, TikTok tidak hanya menyajikan hiburan, tetapi juga membangun standar visual yang berulang dan terstruktur. Representasi wajah bersih, kulit halus, cerah, serta proporsi wajah yang simetris menjadi gambaran ideal yang terus direproduksi dalam berbagai konten. Paparan yang berulang ini secara tidak langsung membentuk persepsi bahwa standar tersebut merupakan bentuk kecantikan yang normal dan diharapkan. Dalam konteks ini, TikTok berfungsi sebagai agen sosialisasi baru yang berperan dalam membentuk norma kecantikan di kalangan remaja perempuan. Proses ini terjadi secara halus melalui konsumsi konten sehari-hari tanpa disadari oleh pengguna. Akibatnya, remaja mulai menjadikan standar visual tersebut sebagai acuan utama dalam menilai penampilan diri.

Fredrickson & Roberts (1997), yang menjelaskan bahwa perempuan dalam masyarakat modern cenderung mengalami internalisasi pandangan eksternal terhadap tubuhnya. Tubuh tidak lagi dipandang sebagai bagian dari pengalaman subjektif, melainkan sebagai objek yang harus dinilai dan disesuaikan dengan standar sosial tertentu. Dalam lingkungan digital seperti TikTok, proses ini menjadi semakin intens karena didukung oleh teknologi visual yang mampu memodifikasi penampilan secara instan. Selain itu, algoritma TikTok memperkuat paparan dengan terus menampilkan konten serupa sesuai preferensi pengguna (Bhandari & Bimo, 2022). Kondisi ini menyebabkan individu semakin terbiasa melihat tubuh dari perspektif penilaian orang lain.

Akibatnya, remaja perempuan cenderung mengembangkan kesadaran diri yang berlebihan terhadap penampilan fisik. Hal ini memperkuat kecenderungan untuk menilai diri berdasarkan standar eksternal yang tidak selalu realistis.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar informan merasa lebih cantik ketika menggunakan filter TikTok. Efek visual yang dihasilkan, seperti kulit yang tampak lebih halus, warna wajah lebih cerah, serta bentuk wajah yang lebih proporsional, menciptakan versi diri yang dianggap lebih ideal. Kondisi ini membuat informan lebih percaya diri saat menampilkan diri di ruang digital dibandingkan dalam kondisi nyata. Ketika representasi digital ini dijadikan sebagai acuan utama, maka terjadi pergeseran dalam cara individu menilai diri. Penilaian tidak lagi didasarkan pada pengalaman tubuh yang autentik, melainkan pada citra visual yang telah dimodifikasi. Situasi ini memperkuat proses objektifikasi diri (*self-objectification*), di mana individu melihat dirinya sebagai objek yang dinilai secara visual. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memengaruhi cara remaja memahami identitas dan nilai diri mereka.

Penggunaan TikTok tidak hanya memengaruhi persepsi terhadap kecantikan, tetapi juga berkaitan dengan kondisi self-esteem remaja. Konten visual yang diterima secara berulang dapat memengaruhi cara remaja menilai dirinya dalam interaksi sosial digital. Ketika remaja merasa penampilannya tidak sesuai dengan standar kecantikan yang muncul di TikTok, mereka cenderung mengalami penurunan rasa percaya diri dan merasa kurang nyaman dengan dirinya sendiri. Kondisi ini menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap pembentukan penghargaan diri pada remaja perempuan (Savira, dkk., 2022).

Lebih jauh, proses pengawasan tubuh (*body surveillance*) menjadi praktik yang berulang dalam keseharian informan. Remaja perempuan tidak hanya menilai penampilan saat akan tampil di depan publik, tetapi juga secara terus-menerus mengevaluasi wajah dan tubuh mereka sebelum memproduksi konten. Aktivitas seperti memilih filter, menentukan sudut pengambilan gambar, hingga mengedit tampilan menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari. Kebiasaan ini menunjukkan adanya kontrol visual yang kuat terhadap tubuh dan penampilan diri. Informan cenderung merasa tidak siap tampil tanpa melalui proses tersebut. Hal ini menandakan bahwa standar kecantikan digital telah diinternalisasi dalam cara mereka mempresentasikan diri. Temuan ini sejalan dengan Alfiyyah dkk., (2023), yang menunjukkan bahwa penggunaan media sosial meningkatkan kesadaran terhadap penampilan secara berlebihan.

Selain itu, dominasi konten seperti *glowing skin* dan transformasi makeup memperkuat proses internalisasi standar kecantikan digital. Standar tersebut tidak hanya diterima sebagai preferensi estetika, tetapi berkembang menjadi norma yang dianggap ideal dan perlu dicapai. Informan yang merasa kulitnya tidak sesuai dengan standar tersebut cenderung mengalami penurunan kepercayaan diri. Paparan visual yang berulang membuat standar tersebut terlihat realistis dan dapat dicapai, meskipun sebenarnya banyak dipengaruhi oleh filter dan teknik editing. Kondisi ini menciptakan kesenjangan antara realitas dan representasi digital. Sejalan dengan Blacburn & Hogg (2024), paparan konten TikTok yang menampilkan tubuh ideal dapat meningkatkan ketidakpuasan tubuh serta internalisasi standar kecantikan. Akibatnya, remaja lebih mudah merasa tidak puas terhadap kondisi fisik mereka sendiri.

Intensitas penggunaan TikTok yang tinggi dapat meningkatkan kecenderungan body dissatisfaction pada remaja perempuan. Paparan visual yang berlangsung terus-menerus membuat individu lebih mudah merasa tidak puas terhadap kondisi tubuh dan penampilan fisiknya sendiri. Konten yang menampilkan tubuh ideal, wajah mulus, dan standar kecantikan tertentu menyebabkan remaja membandingkan dirinya dengan representasi visual yang ada di media sosial. Akibatnya,

sebagian remaja mengalami penurunan rasa percaya diri dan merasa penampilannya belum sesuai dengan standar kecantikan digital yang berkembang di TikTok (Veraditya & Febriani, 2024).

Di sisi lain, mekanisme perbandingan sosial (*social comparison*) juga memainkan peran penting dalam membentuk persepsi kecantikan remaja. Ketika informan melihat kreator dengan penampilan yang dianggap ideal, mereka secara tidak sadar melakukan perbandingan antara diri sendiri dan figur tersebut. Perbandingan ini sering kali tidak seimbang karena konten yang ditampilkan telah melalui proses kurasi dan manipulasi visual. Remaja cenderung membandingkan diri dengan standar yang tidak realistis. Kondisi ini memicu perasaan kurang percaya diri dan ketidakpuasan terhadap penampilan. Seiring waktu, perbandingan sosial ini dapat memperkuat persepsi negatif terhadap diri. Temuan ini sejalan Paramitha, dkk., (2024), yang menunjukkan bahwa perbandingan sosial di media digital berkontribusi terhadap ketidakpuasan tubuh. Akibatnya, tubuh dipandang sebagai objek yang harus terus diperbaiki.

Media sosial memiliki hubungan yang erat dengan pembentukan body image pada remaja perempuan. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi membuat remaja lebih rentan mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan fisiknya akibat proses perbandingan sosial yang berlangsung secara terus-menerus. Ketika remaja terlalu sering melihat representasi tubuh ideal di media sosial, mereka cenderung merasa bahwa penampilan dirinya belum cukup menarik atau belum sesuai dengan standar yang berkembang. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kepercayaan diri dan cara remaja memandang tubuhnya sendiri dalam kehidupan sehari-hari (Putri & Astuti, 2023).

Lebih lanjut, peran algoritma TikTok juga tidak dapat diabaikan dalam proses ini. Sistem rekomendasi yang berbasis preferensi pengguna menyebabkan konten serupa muncul secara berulang di beranda. Hal ini memperkuat paparan terhadap standar kecantikan tertentu dalam jangka waktu yang panjang (Bhandari & Bimo, 2022). Algoritma secara tidak langsung menciptakan lingkungan visual yang homogen. Akibatnya, standar kecantikan yang sempit terlihat sebagai sesuatu yang umum dan wajar. Kondisi ini mempercepat proses internalisasi nilai-nilai tersebut pada remaja (Blackburn & Hogg, 2024). Paparan yang terus-menerus juga mengurangi keberagaman representasi kecantikan. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memengaruhi cara remaja memahami konsep kecantikan secara lebih luas.

Intensitas penggunaan TikTok juga berperan dalam memperkuat hubungan antara self-esteem dan body image pada remaja. Semakin sering individu mengonsumsi konten visual di TikTok, semakin besar kemungkinan terbentuknya penilaian diri yang dipengaruhi oleh standar kecantikan digital. Paparan terhadap konten kecantikan secara terus-menerus membuat remaja lebih mudah menilai dirinya berdasarkan validasi visual dari media sosial. Akibatnya, persepsi terhadap tubuh dan penampilan menjadi sangat dipengaruhi oleh penilaian eksternal yang berkembang di ruang digital (Rahmalia & Laili, 2025).

Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan adanya dimensi positif dari penggunaan TikTok. Konten perawatan kulit dan makeup memberikan akses terhadap informasi yang sebelumnya tidak mudah diperoleh. Beberapa informan merasa terbantu dalam memahami cara merawat diri dengan lebih baik. Selain itu, munculnya konten bertema self-love dan penerimaan diri memberikan alternatif narasi yang lebih positif. Konten tersebut dapat membantu remaja membangun kepercayaan diri yang lebih sehat. TikTok juga menjadi ruang bagi remaja untuk mengekspresikan identitas diri melalui kreativitas visual. Namun, pengaruh positif ini masih kalah dominan dibandingkan tekanan visual yang dihasilkan oleh standar kecantikan digital. Oleh karena itu, manfaat tersebut perlu diimbangi dengan kesadaran kritis dalam penggunaan media sosial.

Secara keseluruhan, persepsi kecantikan remaja perempuan di TikTok terbentuk melalui proses internalisasi yang berlangsung secara terus-menerus dan berulang. Representasi visual yang ditampilkan tidak hanya memengaruhi cara remaja melihat orang lain, tetapi juga cara mereka memahami diri sendiri. Dalam kerangka Teori Objektifikasi, tubuh perempuan semakin diposisikan sebagai objek visual yang harus diawasi dan dinilai. Proses ini membentuk cara berpikir yang berorientasi pada penampilan. Remaja menjadi lebih fokus pada bagaimana mereka terlihat dibandingkan bagaimana mereka merasakan tubuhnya. Kondisi ini menunjukkan adanya pergeseran dalam pengalaman tubuh yang lebih bersifat eksternal. Dengan demikian, TikTok memiliki pengaruh yang kuat dalam membentuk konstruksi kecantikan di kalangan remaja perempuan.

Penggunaan TikTok juga dapat memengaruhi ketidakpuasan tubuh melalui proses internalisasi standar kecantikan digital. Individu yang terlalu sering terpapar konten visual ideal cenderung lebih mudah mengalami tekanan terhadap penampilan fisiknya sendiri. Standar kecantikan yang ditampilkan secara berulang membuat remaja menganggap bahwa wajah mulus, tubuh ideal, dan penampilan tertentu merupakan ukuran utama kecantikan. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat memengaruhi kesehatan psikologis remaja serta membentuk persepsi negatif terhadap tubuh dan penampilan dirinya sendiri (Mink & Szymanski, 2022).

Dengan demikian, TikTok tidak hanya berfungsi sebagai platform hiburan, tetapi juga sebagai ruang budaya digital yang membentuk konstruksi kecantikan remaja perempuan. Interaksi antara teknologi, algoritma, dan praktik sosial pengguna menciptakan dinamika baru dalam pembentukan citra diri. Proses objektifikasi diri, pengawasan tubuh, dan perbandingan sosial terjadi secara bersamaan dalam pengalaman bermedia sosial. Hal ini memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan psikologis remaja (Blackburn & Hogg, 2024). Persepsi terhadap tubuh dan kecantikan menjadi sangat dipengaruhi oleh faktor eksternal. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk membangun kesadaran kritis dalam menggunakan media sosial. Pendampingan dari lingkungan sekitar juga penting untuk membantu remaja mengembangkan citra diri yang lebih sehat dan realistis

KESIMPULAN

TikTok memiliki peran yang sangat signifikan dalam membentuk cara pandang remaja perempuan terhadap kecantikan dan tubuh mereka, terutama melalui paparan visual yang intens dan berulang. Fitur seperti filter kecantikan, tren *glowing skin*, serta konten transformasi makeup tidak hanya menghadirkan hiburan, tetapi juga menciptakan standar kecantikan digital yang cenderung seragam dan sulit dicapai secara realistis. Dalam kerangka Teori Objektifikasi, kondisi ini mendorong remaja untuk melihat tubuhnya dari perspektif eksternal, sehingga memicu munculnya objektifikasi diri, pengawasan tubuh yang berlebihan, serta kecenderungan melakukan perbandingan sosial yang tidak seimbang. Dampaknya, remaja perempuan menjadi lebih rentan mengalami ketidakpuasan tubuh, penurunan kepercayaan diri, serta tekanan psikologis yang berkaitan dengan penampilan fisik. Peran algoritma TikTok turut memperkuat fenomena ini dengan menyajikan konten yang homogen secara terus-menerus, sehingga standar kecantikan tertentu tampak sebagai sesuatu yang umum, normal, dan harus dipenuhi. Namun demikian, temuan penelitian juga menunjukkan bahwa TikTok tidak sepenuhnya berdampak negatif, karena platform ini juga menyediakan ruang bagi remaja untuk memperoleh pengetahuan tentang perawatan diri, mengeksplorasi identitas, serta mengakses konten yang mendorong penerimaan diri dan *self-love*. Potensi positif ini menunjukkan bahwa media sosial dapat berfungsi sebagai sarana pemberdayaan apabila digunakan secara bijak dan kritis. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk memiliki

literasi digital yang memadai agar mampu menyaring informasi, memahami bahwa banyak konten yang bersifat konstruksi visual, serta tidak menjadikan standar kecantikan digital sebagai satu-satunya tolok ukur dalam menilai diri. Selain itu, peran orang tua, pendidik, dan lingkungan sosial juga menjadi krusial dalam memberikan pendampingan dan membangun kesadaran akan pentingnya penerimaan diri yang sehat. Dengan demikian, pembentukan persepsi kecantikan yang lebih inklusif, realistis, dan beragam dapat tercapai, sehingga remaja perempuan mampu mengembangkan citra diri yang positif dan tidak terjebak dalam tekanan standar kecantikan yang sempit di media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyyah, Nasywa, Hari Setyowibowo, dan Fredrick Dermawan Purba. 2023. "Gambaran Citra Tubuh Remaja Perempuan Indonesia." *Psyche 165 Journal* 16(1):14–19. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i1.222>.
- Arifin, Zaenal. 2015. "Perilaku Remaja Pengguna Gadget; Analisis Teori Sosiologi Pendidikan." *Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman* 26(2):287–315. <https://doi.org/10.33367/tribakti.v26i2.219>
- Belung, Yulinda Khairunnisa, dan Iswinarti Iswinarti. 2024. "Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Harga Diri Penampilan Fisik Pada Remaja : Tinjauan Sistematis." *Seroja Husada: Jurnal Kesehatan Masyarakat* 1(3):151–57. <https://jurnal.kolibi.org/index.php/husada/article/view/2125>.
- Bhandari, Aparajita, dan Sara Bimo. 2022. "Kenapa semua orang main TikTok sekarang? Diri yang Teralgoritma dan Masa Depan Membangun Diri Sendiri di Media Sosial." *Sage Publications* 8(1):1–11. [10.1177/20563051221086241](https://doi.org/10.1177/20563051221086241).
- Blacburn, Madison R., dan Rachel C. Hogg. 2024. "#ForYou? the impact of pro-ana TikTok content on body image dissatisfaction and internalisation of societal beauty standards." *plos one* 19(8):1–29. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0307597>.
- Creswell, Jhon W. 2009. *Research Design: Qualitative, Quantitative, And Mixed Methods Approaches*. United States of America: Sage Publications.
- Fitriani, Ana, dan Jusuf Tjahjo Purnomo. 2023. "Body Image Pada Remaja Putri Yang Menggunakan Media Sosial TikTok." *Proyeksi: Jurnal Psikologi* 18(2):213–25. <https://dx.doi.org/10.30659/jp.18.2.213-225>.
- Fredrickson, Barbara L., dan Tomi-Ann Roberts. 1997. "Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks." *Psychology of Women Quarterly* 21(1):173–206. [10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x](https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x).
- Indriani, Anita Rosita Dewi, Dewi Khurun Aini, dan Ikhrom Ikhrom. 2025. "Pengaruh Influencer Kecantikan terhadap Ketidakpuasaan Citra Tubuh pada Perempuan." *Peshum : Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora* 4(4):5113–21. <https://doi.org/10.56799/peshum.v4i4.9552>.

- Krippendorff, Klaus. 2004. *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology*. United States of America: Sage Publications.
- Mink, Danielle Bissonette, dan Dawn M. Szymanski. 2022. "TikTok use and body dissatisfaction: Examining direct, indirect, and moderated relations." *Science Direct* 43:205–16. [10.1016/j.bodyim.2022.09.006](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.09.006).
- Nurdin, Aulia Anjani, Axara Alejendra Anjani, Radiyya Alvaro Achmad Rabbani, Agus Mahardika, dan Handoyo Prasetyo. 2024. "Pengaruh Negatif Standar Kecantikan Dalam Media Sosial Terhadap Citra Diri Remaja Perempuan." *Kultura: Jurnal Ilmu Hukum, Sosial, dan Humaniora* 2(7):366–72. <https://jurnal.kolibi.org/index.php/kultura/article/view/1908>.
- Paramitha, Maisya, Andik Matulesy, dan Nindia Pratitis. 2024. "Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja: Peranan Perfeksionisme dan Komparasi Sosial dalam Media Sosial." *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia* 3(2):1–11. <https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i03.11624>.
- Putri, Natasya Salsabilla Azzahra, dan Niken Widi Astuti. 2023. "Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dengan Body Image pada Remaja Wanita." *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 7(2):496–506. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v7i2.19992.2023>.
- Rahmadiansyah, Muhammad Rifqi, Yulmaida Amir, dan Ilham Mundzir. 2022. "Social Comparison and Body Image in Teenage Boys and Girls Users of the TikTok App." *Atlantis Press* 655:1675–79. [10.2991/assehr.k.220404.271](https://doi.org/10.2991/assehr.k.220404.271).
- Rahmalia, Marsa Nabila, dan Latifatul Laili. 2025. "The intensity of using TikTok social media as a mediator of self-esteem and body image in adolescents." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 13(1):54–60. <https://doi.org/10.22219/jipt.v13i1.36002>.
- Savira, Rini, Muhammad Rifai, dan Wahyunengsih Wahyunengsih. 2022. "Correlation between TikTok Use and Teenagers' Self Esteem." *Indonesian Journal of Learning Studies* 2(1). <https://dmi-journals.org/ijls/article/view/215>.
- Syalsadila, Diani Auli, dan Enda Nawangasih. 2022. "Pengaruh Body Image Terhadap Self Confidence Pada Remaja Putri Pengguna TikTok." *Bandung Conference Series: Psychology Science* 2(2):326–34. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v2i3.3022>.
- Veraditya, Verrin, dan Arum Febriani. 2024. "The Role of TikTok Intensity Usage on Body Dissatisfaction among Adolescent Girls." Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Yusuf, A. Muri. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Edisi Pertama. Jakarta: Kencana.