

## Abstrak

Rasa tidak percaya diri mengenai bentuk tubuh seseorang dikarenakan sering membandingkan dirinya dengan orang lain melalui postingan media sosial platform Instagram dapat membuat seseorang mengalami *body dissatisfaction*. Tujuan dari penelitian ini ingin mengetahui apakah terdapat pengaruh *self-esteem* dan *gratitude* terhadap *body dissatisfaction* pada pengguna media sosial platform Instagram yang berdomisili di Bandung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif kausalitas dengan memakai persamaan regresi menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan jenis *accidental sampling* dengan melibatkan 294 partisipan berusia 18-25 tahun yang aktif menggunakan Instagram. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel *self-esteem* dan *gratitude* secara simultan berperan sebagai prediktor sebesar 19.7% terhadap variabel *body dissatisfaction* (Y) pada pengguna media sosial platform Instagram.

**Kata Kunci:** *Self-esteem, gratitude, body dissatisfaction*



## **Abstract**

*Insecurity about one's body shape due to frequent comparisons with others through social media posts on the Instagram platform can make a person experience body dissatisfaction. The purpose of this study is to determine whether there is an effect of self-esteem and gratitude on body dissatisfaction in users of the social media platform Instagram who live in Bandung. The method used in this study is a causality quantitative method using regression equations using non-probability sampling techniques with accidental sampling types involving 294 participants aged 18-25 years who actively use Instagram. The results of this study indicate that the variables of self-esteem and gratitude simultaneously act as predictors of 19.7% of the variable body dissatisfaction (Y) in users of the social media platform Instagram.*

**Keywords:** *Self-esteem, gratitude, body dissatisfaction*

