



**STUDI LITERATUR: HUBUNGAN FAT TALK DENGAN BODY DISSATISFACTION PADA KELOMPOK REMAJA PUTRI DAN WANITA DEWASA AWAL**

**Haidar Ita Salwa\*, Dominikus Raditya Atmaka**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Kampus C, Mulyorejo, Kota Surabaya, Jawa Timur 60115, Indonesia

\*[haidar.ita.salwa-2019@fkm.unair.ac.id](mailto:haidar.ita.salwa-2019@fkm.unair.ac.id)

**ABSTRAK**

Fat talk didefinisikan sebagai komentar negatif mengenai berat badan seseorang, yang berasal dari diri sendiri maupun dari orang lain. Keterlibatan dalam fat talk dapat memberikan dampak negatif yaitu menimbulkan citra tubuh negatif. Individu dengan citra tubuh negatif cenderung merasa tidak puas dengan bentuk tubuh dan penampilan dirinya. Tujuan penulisan adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara fat talk dengan body dissatisfaction pada kelompok remaja putri dan wanita dewasa awal. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan menelaah beberapa artikel jurnal terkait dengan topik yang dibahas. Pengumpulan data dilakukan melalui database Google Scholar dan Pubmed Medline yang dipublikasikan dalam rentang waktu 2018-2023 dengan kata kunci "fat talk, and negative body talk, and body dissatisfaction". Ditemukan sebanyak 903 artikel namun hanya terdapat 6 artikel yang relevan dengan topik yang akan di review. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara fat talk dengan body dissatisfaction pada kelompok remaja putri dan wanita dewasa awal.

Kata kunci: ketidakpuasan tubuh; pembicaraan gemuk; pembicaraan negatif tubuh

**LITERATURE STUDY: THE RELATIONSHIP BETWEEN FAT TALK AND BODY DISSATISFACTION IN ADOLESCENT WOMEN AND EARLY ADULT WOMEN GROUP**

**ABSTRACT**

*Fat talk is defined as negative comments about a person's weight, which come from oneself or from others. Involvement in fat talk can have a negative impact, namely creating a negative body image. Individuals with negative body image tend to feel dissatisfied with their body shape and appearance. The purpose of this study was to determine the relationship between fat talk and body dissatisfaction in groups of young women and early adult women. This study uses the literature study method by examining several journal articles related to the topics discussed. Data collection was carried out through the Google Scholar and Pubmed Medline databases which were published in the 2018-2023 period with the keywords "fat talk, and negative body talk, and body dissatisfaction". There were 903 articles found, but there were only 6 articles that were relevant to the topic to be reviewed. The results showed that there was a relationship between fat talk and body dissatisfaction in the group of young women and early adult women.*

*Keywords: body dissatisfaction; fat talk; negative body talk*

**PENDAHULUAN**

*Fat talk* merupakan suatu bentuk komentar negatif yang meremehkan diri sendiri, dapat berasal dari diri sendiri maupun orang lain tentang bentuk tubuh atau berat badan (Shannon & Mills, 2015). *Fat talk* juga didefinisikan sebagai komentar negatif mengenai berat badan seseorang, yaitu dengan merekomendasikan seseorang untuk melakukan diet, melakukan olahraga untuk menurunkan berat badan atau mengubah penampilan (Ambwani et al., 2017). Umumnya, percakapan *fat talk* akan berisi berbagai pertanyaan dan pernyataan tentang berat badan, seperti

“I gained so much weight, I'm so fat, I need to lose some weight!”, “Oh my God - these jeans make my thighs look huge. I look fat!”, “I ate too much all weekend, I need to burn off the fat”, “I wish i had her body”, “You would look better if you loose weight”, “You look fat, you should do some exercise and go on diet” (Hart & Chow, 2020). Kegiatan fat talk banyak dilakukan dalam kehidupan sehari-hari dan cenderung dilakukan oleh remaja putri dan wanita dewasa awal (Royal et al., 2013).

*The National Eating Disorders Association* melaporkan bahwa sebanyak 93% wanita secara teratur terlibat dalam kegiatan *fat talk*. Kemudian penelitian di United States juga menyebutkan bahwa 90% wanita pernah terlibat dalam *fat talk*, meskipun faktanya hanya 9% dari mereka yang *overweight* (Salk & Engeln-Maddox, 2010). Hal tersebut dikarenakan wanita lebih sering memperhatikan penampilannya terutama dalam hal ukuran atau bentuk tubuh yang berhubungan dengan berat badan. Penelitian yang dilakukan oleh (Karaköse & Baykara, 2017) juga menyebutkan bahwa wanita dengan berat badan berlebih dan obesitas memiliki risiko lebih besar terlibat dalam *fat talk*. Terlalu sering terlibat dalam fat talk dapat menimbulkan hal-hal berbahaya, seperti peningkatan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, pengaruh negatif, kecemasan, depresi, dan gejala gangguan makan (Shannon & Mills, 2015).

*Body image* atau citra tubuh didefinisikan sebagai sikap atau perasaan puas atau tidak puas seseorang terhadap bentuk tubuh yang dimiliki sehingga dapat menimbulkan penilaian positif dan negatif pada diri sendiri (Rombe, 2013). Berdasarkan *National Eating Disorder*, seseorang yang memiliki pandangan positif terhadap tubuhnya maka akan menciptakan *body image* positif, begitupun sebaliknya jika seseorang memiliki pandangan negatif terhadap tubuhnya maka akan menciptakan *body image* negatif (Vanderkruik et al., 2020). Dalam hal kepuasan terhadap citra tubuh, pria dan wanita memiliki kepuasan yang berbeda mengenai citra tubuh mereka. Wanita dilaporkan lebih banyak mengalami ketidakpuasan terhadap citra tubuhnya dan memiliki *body image* negatif dibandingkan dengan laki-laki (Watson et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Qi & Zhiyun (2020) (Pollet et al., 2021) menyebutkan bahwa *fat talk* memiliki hubungan dengan citra tubuh individu. Wanita yang terlibat dalam *fat talk* cenderung merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya akibat dari standar penampilan yang ada di masyarakat sehingga mengubah cara pandang wanita mengenai *body image*. Hal itu sesuai dengan sesuai dengan penelitian di India, sebesar 40,8% remaja putri mengalami permasalahan *body image* negatif (Waghachavare et al., 2014). Penelitian yang dilakukan di salah satu SMA swasta di Surabaya menunjukkan sebanyak 61,5% remaja putri memiliki citra tubuh negatif (Setyono, 2010). Selanjutnya, penelitian terhadap 132 mahasiswi di Semarang juga menunjukkan sebanyak 71 mahasiswi (53%) memiliki *body image* negatif sehingga merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya (Abdurrachim et al., 2018).

Pemakaian media sosial dalam jangka waktu yang lama dapat meningkatkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) pada individu (de Vries et al., 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2021) menunjukkan sekitar 68 wanita dewasa awal mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya akibat terlalu sering menggunakan media sosial (Dinata & Pratama, 2021). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa semakin tinggi seseorang melakukan *social comparison* di media sosial maka semakin rendah *body image* yang dimiliki, begitupun sebaliknya (Sari, I. A. W. P., Suarya, 2018). Selanjutnya, penelitian yang dilakukan pada kelompok wanita muda di China juga menunjukkan penggunaan SNS berkorelasi positif dengan tingkat *body dissatisfaction* individu (Wang et al., 2022).

Berdasarkan uraian di atas, artikel ini dibuat untuk mengetahui hubungan *fat talk* atau *negative body talk* dengan ketidakpuasan tubuh pada kelompok remaja putri dan wanita dewasa awal dengan menelaah artikel-artikel dari berbagai *database* jurnal sesuai dengan topik penelitian terkait. Rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *fat talk* atau *negative body talk* dengan ketidakpuasan tubuh pada kelompok remaja putri dan wanita dewasa awal. Tujuan artikel ini adalah untuk mengetahui hubungan *fat talk* atau *negative body talk* dengan ketidakpuasan tubuh pada kelompok remaja putri dan wanita dewasa awal.

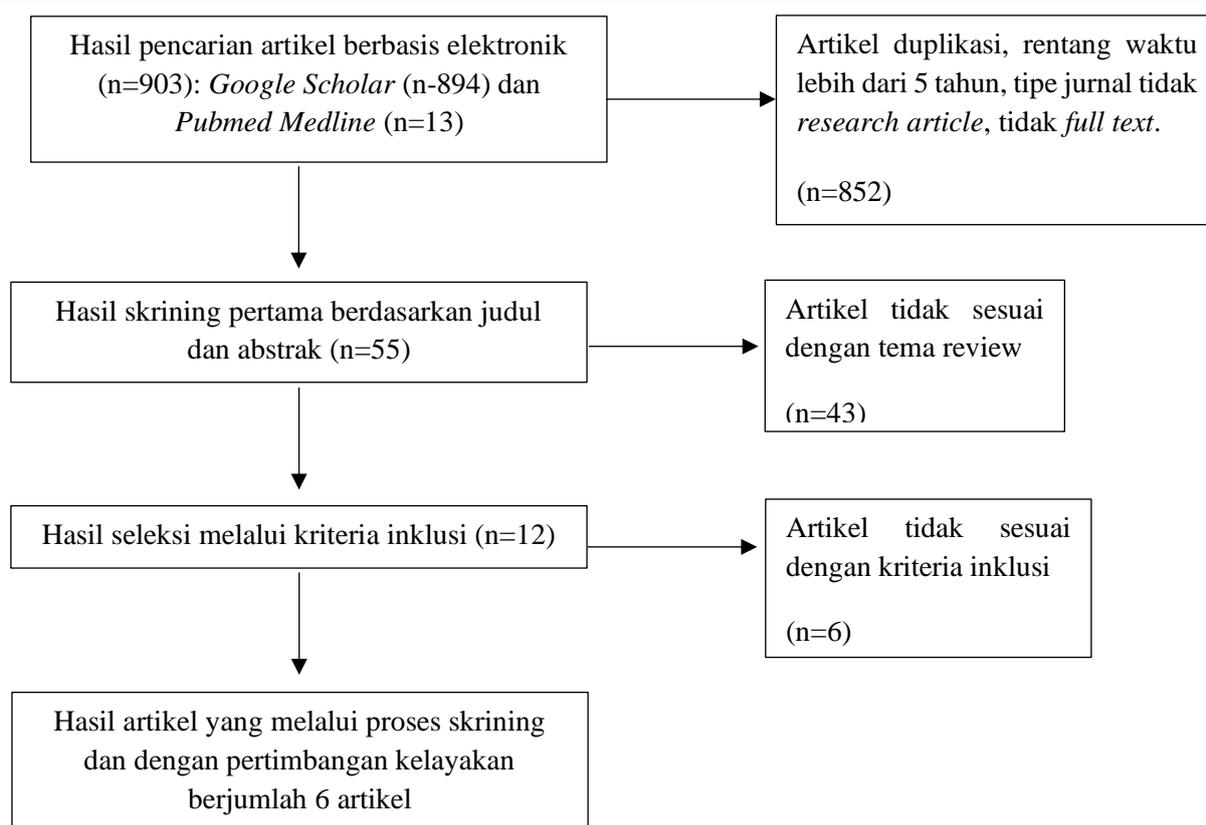
## METODE

Penelitian ini merupakan *literature study* pada studi kuantitatif *cross sectional* yang dilakukan di sejumlah negara. Desain studi, implementasi, analisis, dan pelaporan mengacu pada protokol *The Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis* (PRISMA). Kriteria inklusi penelitian pada review ini diantaranya, melibatkan populasi remaja putri dan wanita dewasa awal (usia 14 sampai 40 tahun) dengan IMT beragam, responden pernah terlibat dalam kegiatan *fat talk* atau *negative body talk* baik secara *online* maupun *offline*, dan responden memiliki akun media sosial aktif. Kriteria eksklusi pada review ini yaitu artikel tidak membahas kaitan *fat talk* atau *negative body talk* dengan *body dissatisfaction*.

Kriteria pencarian artikel dibatasi hanya pada *paper* yang sudah melalui *peer reviewed selection*, dipublikasikan dalam bahasa Inggris antara tahun 2018 hingga 2023, dan artikel dapat diakses secara penuh (*full text*). *Systematic review* ini dilakukan pada dua database, yaitu *Google Scholar* dan *Pubmed Medline*. Tabel 1 memuat kata kunci pencarian literatur dan tabel 2 memuat deskripsi karakteristik artikel terpilih. Artikel yang memiliki duplikat akan dihilangkan salah satunya. Peneliti melakukan pencarian dan *screening* artikel secara mandiri dan menilai artikel yang didapat berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebelumnya. Kemudian artikel dieksklusi apabila memiliki hasil yang menyimpang dari tujuan pembuatan review atau melakukan intervensi. Disertasi dieksklusi dari penelitian ini. Setelah dilakukan *screening* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, diperoleh 6 artikel yang memenuhi syarat. Artikel yang telah terpilih diekstraksi data kemudian dianalisis, seperti desain referensi, desain penelitian yang digunakan (jenis penelitian, ukuran sampel, *setting*, cara rekrutmen, metode, dan *output* yang diperoleh).

Tabel 1. Kata kunci pencarian literatur

<i>Database</i> Jurnal	Kata Kunci Pencarian	Jumlah Artikel
Google Scholar	( <i>Fat Talk</i> ), ( <i>Negative Body Talk</i> ) AND ( <i>Body Dissatisfaction</i> )	894
Pubmed Medline	( <i>Fat Talk</i> ), ( <i>Negative Body Talk</i> ) AND ( <i>Body Dissatisfaction</i> )	13



Gambar 1. Prisma *flow diagram* proses seleksi artikel

Tabel 2. Karakteristik artikel terpilih

No.	Penulis	Lokasi Studi	Desain Studi	Karakteristik Penelitian
1	Mills, J., & Fuller-Tyszkiewicz, M.	Australia	<i>Cross Sectional</i>	Jumlah sampel: 132 wanita Usia rata-rata: 25,93 tahun Metode: <i>survey online</i> Tahun Penelitian: 2018 Kriteria Inklusi: wanita berusia 18-40 tahun yang telah melakukan pengukuran beberapa variabel melalui aplikasi di <i>smartphone</i> selama 7 hari Instrumen: <i>Objectified Body Consciousness Scale</i> (OBCS), <i>Physical Appearance Comparison Scale</i> (PACS), <i>Sociocultural attitudes towards appearance questionnaire</i> (SATAQ-3)
2	Ahuja <i>et al</i>	India	<i>Cross Sectional</i>	Jumlah sampel: 265 wanita India Usia rata-rata: 28,71 tahun Metode: <i>survey online</i> Tahun Penelitian: 2021 Kriteria Inklusi: responden wanita berkebangsaan India, berusia antara 15 dan 50 tahun, dan mampu memahami dan menulis bahasa Inggris dengan baik Instrumen: <i>Sociocultural attitudes towards appearance questionnaire</i> (SATAQ-3), <i>Negative Body Talk-Body Concerns</i> (NBT-BC), <i>Body Shape</i>

No.	Penulis	Lokasi Studi	Desain Studi	Karakteristik Penelitian
				<i>Questionnaire-8C (BSQ-8C), Fat Talk Questionnaire FTQ</i>
3	Chow <i>et al</i>	Amerika Serikat	<i>Cross Sectional</i>	Jumlah sampel: 60 pasang teman wanita (120 wanita) Usia rata-rata: 19,95 tahun Metode: survey <i>offline</i> Tahun Penelitian: 2019 Kriteria Inklusi: mahasiswi Universitas Wisconsin, memiliki teman dekat wanita, bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini Instrumen: <i>Multidimensional Eating Disorder Inventory (MEDI)</i>
4	Takamura <i>et al</i>	Jepang	<i>Cross Sectional</i>	Jumlah sampel: 214 siswi SMA dan 227 mahasiswi Usia rata-rata: siswi SMA (16,59 tahun) dan mahasiswi (19,60 tahun) Metode: survey <i>offline</i> Tahun Penelitian: 2019 Kriteria Inklusi: siswi SMA dan mahasiswi dari Universitas Ochanomizu, bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini Instrumen: <i>Sociocultural Attitudes toward Appearance Questionnaire (SATAQ-1), Affiliation Motives Scale, Fat Talk Scale, Eating Disorder Inventory (EDI)</i>
5	Dryer, R. <i>et al</i>	Australia	<i>Cross Sectional</i>	Jumlah sampel: 408 wanita hamil di Australia Usia rata-rata: 28,24 tahun Metode: survey <i>online</i> Tahun Penelitian: 2020 Kriteria Inklusi: wanita hamil yang tinggal di Australia dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini Instrumen: <i>Body part satisfaction scale (BPSS), Perceived sociocultural pressure scale (PSPS), Internalisation of the thin ideal (INT-GEN), Fat Talk questionnaire (FTQ), Edinburgh postnatal depression scale (EPDS), Pregnancy-related anxiety scale (PrAS)</i>
6	Sivakumar <i>et al</i>	India	<i>Cross Sectional</i>	Jumlah sampel: 111 mahasiswi Universitas Nagaland, Kohima Usia rata-rata: 22,73 tahun Metode: survey <i>offline</i> Tahun Penelitian: 2022 Kriteria Inklusi: mahasiswi suku Naga di Universitas Nagaland dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini Instrumen: <i>Eating Attitude Test-26 (EAT-26), Body Shape Questionnaire (BSQ), Fat Talk Scale</i>

## HASIL

Tabel 3.  
Ringkasan dari artikel yang terinklusi

No.	Penulis	Hasil
1	Mills, J., & Fuller-Tyszkiewicz, M.	<i>Fat talk</i> berpengaruh terhadap tingkat kepuasan tubuh seseorang. <i>Self-fat talk</i> , <i>other-fat talk</i> dan <i>hearing fat talk</i> memiliki dampak negatif dalam menentukan tingkat kepuasan tubuh individu, yaitu menciptakan kepuasan tubuh yang rendah.
2	Ahuja, <i>et al</i>	<i>Fat talk</i> dengan teman sebaya, pengaruh sosial dan stereotip citra tubuh menjadi faktor paling kuat dalam menentukan ketidakpuasan tubuh pada wanita di India selama pandemi berlangsung.
3	Chow, <i>et al</i>	Hubungan <i>fat talk</i> dengan <i>body dissatisfaction</i> bervariasi menurut berat badan individu. <i>Fat talk</i> berkorelasi tidak signifikan dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita obesitas (BMI=30). Sebaliknya, <i>fat talk</i> berkorelasi signifikan dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita dengan berat badan normal (BMI =18,5) dan wanita dengan kelebihan berat badan (BMI=25).
4	Takamura, <i>et al</i>	<i>Fat talk</i> berhubungan dengan tingkat ketidakpuasan tubuh dan citra tubuh negatif. Remaja putri yang terlibat dalam <i>fat talk</i> selain disebabkan oleh ketidakpuasan tubuh dan internalisasi kurus-ideal juga disebabkan oleh hubungan sosial dengan teman sebaya. Sedangkan mahasiswi terlibat dalam <i>fat talk</i> disebabkan oleh faktor lain.
5	Dryer, R. <i>et al</i>	Wanita mengalami tekanan untuk memiliki tubuh langsing dan ketidakpuasan bentuk tubuh walaupun saat sedang hamil. Wanita muda yang sedang hamil cenderung terlibat dalam <i>fat talk</i> , yang kemudian dapat menyebabkan ketidakpuasan tubuh dan gangguan kehamilan.
6	Sivakumar, <i>et al</i>	Keterlibatan dalam <i>fat talk</i> memiliki hubungan positif dengan ketidakpuasan tubuh dan gangguan makan. Mahasiswa dengan berat badan berlebih dan normal cenderung terlibat dalam <i>fat talk</i> dibandingkan dengan mahasiswa yang kekurangan berat badan.

## PEMBAHASAN

Individu yang terlibat dalam kegiatan fat talk akan mengalami perubahan cara pandang mengenai citra tubuh. Berdasarkan 6 artikel yang telah ditemukan dan ditelaah, menunjukkan bahwa remaja putri dan wanita dewasa awal yang memiliki kebiasaan terlibat dalam fat talk cenderung mengalami permasalahan pada citra tubuh. Penelitian oleh (Mills & Fuller-Tyszkiewicz, 2018) menyebutkan bahwa self-fat talk, hearing fat talk, dan other-fat talk memiliki dampak negatif dalam menentukan tingkat kepuasan tubuh individu, yaitu timbulnya ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Walaupun begitu, membuat komentar negatif tentang bentuk tubuh atau penampilan sendiri (self-fat talk) dan membuat komentar negatif tentang bentuk tubuh atau penampilan orang lain (other-fat talk) dinilai lebih berisiko menyebabkan ketidakpuasan tubuh dibandingkan dengan mendengarkan fat talk yang dilakukan orang lain (hearing fat talk). Pembicaraan negatif mengenai bentuk tubuh atau penampilan dapat memberikan dampak yang negatif, antara lain dapat memperkuat persepsi bahwa tubuh yang ideal adalah tubuh yang kurus, memiliki kecenderungan yang kuat untuk membandingkan penampilan dirinya dengan orang lain yang dianggap lebih baik, dan dapat menimbulkan rasa malu yang tinggi dengan bentuk tubuh sehingga memiliki keinginan yang kuat untuk merubah penampilannya (Mills & Fuller-Tyszkiewicz, 2017).

Fat talk yang terjadi biasanya dilakukan oleh teman sebaya. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ahuja et al., 2021) yang menyebutkan bahwa pembicaraan negatif mengenai bentuk tubuh atau penampilan dengan teman sebaya, pengaruh sosial dan stereotip citra tubuh menjadi faktor paling kuat dalam menentukan ketidakpuasan tubuh pada wanita di India selama pandemi berlangsung. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada remaja putri dan mahasiswi di Jepang yang menyebutkan bahwa fat talk berkorelasi positif dengan citra tubuh negatif dan ketidakpuasan tubuh. Pada remaja putri, adanya internalisasi kurus-ideal dan hubungan sosial dengan teman sebaya mendorong mereka untuk terlibat dalam fat talk. Bahkan pembicaraan mengenai bentuk tubuh atau penampilan dengan teman sebaya dan persepsi memiliki tubuh kurus-ideal sudah menjadi hal yang wajar di kalangan remaja putri. Hal tersebut juga dilakukan remaja putri di Jepang untuk menghindari penolakan sosial dari teman sebaya. Berbeda dengan mahasiswi yang terlibat dalam fat talk, mereka melakukan pembicaraan negatif mengenai bentuk tubuh atau penampilan berdasarkan alasan lain (Takamura et al., 2019).

Selanjutnya, penelitian pada mahasiswi di universitas di India menyebutkan hubungan fat talk dengan ketidakpuasan tubuh bervariasi menurut berat badan individu. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa mahasiswi dengan berat badan berlebih dan normal cenderung terlibat dalam kegiatan fat talk jika dibandingkan dengan mahasiswi yang kekurangan berat badan. Keterlibatan mahasiswi dengan berat badan normal dan overweight dalam fat talk menyebabkan ketidakpuasan pada tubuh dan perubahan sikap makan, yang selanjutnya berisiko tinggi mengalami gangguan makan (Paramasivan, 2022). Namun penelitian tersebut sedikit berbeda dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswi di Amerika Serikat, yang menyebutkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara fat talk dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita dengan obesitas (BMI=30). Sedangkan pada mahasiswi dengan berat badan normal (BMI=18,5) dan kelebihan berat badan (BMI=25), penelitian menunjukkan ada korelasi yang signifikan antara fat talk dan ketidakpuasan tubuh (Chow et al., 2019).

Selain itu, kebiasaan membuat komentar negatif mengenai bentuk tubuh atau penampilan (fat talk) tidak hanya ditemukan pada remaja putri dan wanita dewasa awal saja namun juga ditemukan pada wanita muda yang sedang hamil. Penelitian yang dilakukan pada wanita hamil di Australia menunjukkan bahwa wanita mengalami tekanan sosial untuk memiliki tubuh langsing dan merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya walaupun saat sedang hamil. Hal tersebut membuat mereka mengalami gangguan pada kehamilannya, seperti tingkat kecemasan tinggi pada kehamilan, depresi dan gejala gangguan makan. Namun, gangguan kehamilan lebih banyak ditemukan pada wanita muda yang sedang hamil (Dryer et al., 2020). Kebiasaan membuat komentar negatif mengenai bentuk tubuh atau penampilan sangat berkaitan dengan tingkat ketidakpuasan tubuh individu, sehingga perlu dikurangi intensitasnya dalam kehidupan sehari-hari. Mengubah persepsi masyarakat mengenai tubuh kurus adalah tubuh yang ideal merupakan hal utama yang perlu dilakukan. Selain itu, meningkatkan rasa welas asih, menerima dan mencintai diri sendiri juga sangat penting dilakukan karena hal ini dapat membentuk citra tubuh positif dan meningkatkan kepuasan terhadap bentuk tubuh dan penampilan diri. Selanjutnya, dukungan yang berasal dari keluarga, teman, dan masyarakat juga dibutuhkan sebagai salah satu bentuk social support.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil review dari 6 artikel jurnal yang terbit pada periode tahun 2018 sampai 2023 yang telah ditemukan sebelumnya, menunjukkan bahwa kebiasaan fat talk berhubungan dengan ketidakpuasan tubuh atau body dissatisfaction, khususnya pada kelompok remaja putri dan wanita dewasa awal. Remaja putri dan wanita dewasa awal yang sering terlibat dalam kegiatan

fat talk cenderung memiliki citra tubuh negatif sehingga merasa tidak puas dengan bentuk tubuh dan penampilan dirinya. Sebaliknya, remaja putri dan wanita dewasa awal yang tidak terlibat dalam fat talk memiliki citra tubuh positif sehingga merasa puas dengan bentuk tubuh dan penampilan dirinya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrachim, R., Meladista, E., & Yanti, R. (2018). Hubungan Body Image Dan Sikap Terhadap Makanan Dengan Pola Makan Mahasiswi Jurusan Gizi Politeknik. *Gizi Indonesia*, 41(2), 117. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v41i2.246>
- Ahuja, K. K., Khandelwal, A., & Banerjee, D. (2021). ‘Weighty woes’: Impact of fat talk and social influences on body dissatisfaction among Indian women during the pandemic. *International Journal of Social Psychiatry*. <https://doi.org/10.1177/0020764021992814>
- Ambwani, S., Baumgardner, M., Guo, C., Simms, L., & Abromowitz, E. (2017). Challenging fat talk: An experimental investigation of reactions to body disparaging conversations. *Body Image*, 23, 85–92. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.08.007>
- Astuti, S. T., & Ningsih, Y. T. (2021). Perbedaan body image ditinjau dari jenis social comparison pada wanita dewasa awal pengguna Instagram. *Socio Humanus*, 3(3), 254–264.
- Chow, C. M., Hart, E., & Tan, C. C. (2019). Interactive role of weight status and fat talk on body dissatisfaction: an observation of women friends. *Eating and Weight Disorders*, 24(5), 869–878. <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0579-x>
- de Vries, D. A., Peter, J., de Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents’ Social Network Site Use, Peer Appearance-Related Feedback, and Body Dissatisfaction: Testing a Mediation Model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>
- Dinata, R. I., & Pratama, M. (2021). Hubungan Antara Social Comparison dan Body Image Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Tiktok. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 4(3), 68–76. [http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/12313/%0Ahttp://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/12313/2/BAB I.pdf](http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/12313/%0Ahttp://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/12313/2/BAB%20I.pdf)
- Dryer, R., Graefin von der Schulenburg, I., & Brunton, R. (2020). Body dissatisfaction and Fat Talk during pregnancy: Predictors of distress. *Journal of Affective Disorders*, 267(February), 289–296. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.02.031>
- Hart, E., & Chow, C. M. (2020). “I just don’t want to be fat!”: body talk, body dissatisfaction, and eating disorder symptoms in mother–adolescent girl dyads. *Eating and Weight Disorders*, 25(5), 1235–1242. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00756-y>
- Karaköse, T., & Baykara, B. (2017). Effects of the fat talk on psychological factors: Pilot study. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 21(1), 26–33. <https://doi.org/10.15511/tahd.17.00126>
- Mills, J., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2017). Fat Talk and Body Image Disturbance: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 41(1), 114–129. <https://doi.org/10.1177/0361684316675317>
- Mills, J., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2018). Nature and consequences of positively-intended fat talk in daily life. *Body Image*, 26, 38–49. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.05.004>
- Paramasivan, S. S. (2022). *Eating Attitudes and Body Image Dissatisfaction among Naga Girl*

*Students*. July. <https://doi.org/10.25215/1002.071>

- Pollet, T. V., Dawson, S., Tovée, M. J., Cornelissen, P. L., & Cornelissen, K. K. (2021). Fat talk is predicted by body dissatisfaction and social comparison with no interaction effect: Evidence from two replication studies. *Body Image*, 38, 317–324. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.05.005>
- Rombe, S. (2013). Hubungan Body Image dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4), 228–236. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i4.3520>
- Royal, S., MacDonald, D. E., & Dionne, M. M. (2013). Development and validation of the Fat Talk Questionnaire. *Body Image*, 10(1), 62–69. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.10.003>
- Salk, R. H., & Engeln-Maddox, R. (2010). “If You’re Fat, Then I’m Humongous!”: Frequency, Content, and Impact of Fat Talk Among College Women. *Psychology of Women Quarterly*, 35(1), 18–28. <https://doi.org/10.1177/0361684310384107>
- Sari, I. A. W. P., Suarya, L. M. S. (2018). Hubungan Antara Social Comparison Dan Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Ilmiah (Udayana)*, 5(2), 256–277. [https://simdos.unud.ac.id/uploads/file\\_penelitian\\_1\\_dir/50b6845950412c0466ebcc7d040945a0.pdf](https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/50b6845950412c0466ebcc7d040945a0.pdf).
- SETYONO, F. S. (2010). Hubungan tingkat pengetahuan gizi, body image, dan tindakan diet dengan status anemia dan status gizi remaja putri (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Shannon, A., & Mills, J. S. (2015). Correlates, causes, and consequences of fat talk: A review. *Body Image*, 15, 158–172. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.09.003>
- Takamura, A., Yamazaki, Y., & Omori, M. (2019). Developmental changes in fat talk to avoid peer rejection in Japanese girls and young women. *Health Psychology Open*, 6(1). <https://doi.org/10.1177/2055102919854170>
- Vanderkruik, R., Conte, I., & Dimidjian, S. (2020). Fat talk frequency in high school women: Changes associated with participation in the Body Project. *Body Image*, 34, 196–200. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.06.002>
- Waghachavare, V. B., Quraishi, S. R., Dhumale, G. B., & Gor, A. D. (2014). A cross-sectional study of correlation of body image anxiety with social phobia and their association with depression in the adolescents from a rural area of Sangli district in India. *International Journal of Preventive Medicine*, 5(12), 1626–1629.
- Wang, Y., Yang, J., Wang, J., Yin, L., & Lei, L. (2022). Body talk on social networking sites and body dissatisfaction among young women: A moderated mediation model of peer appearance pressure and self-compassion. *Current Psychology*, 41(3), 1584–1594. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00704-5>
- Watson, L. B., Lewis, J. A., & Moody, A. T. (2019). A sociocultural examination of body image among Black women. *Body Image*, 31, 280–287. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.03.008>

