

**PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *SELF ESTEEM*
TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



Oleh

Fajar Ayu Hastuti

NIM. 14410048

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2018**

**PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *SELF ESTEEM*
TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Fajar Ayu Hastuti

NIM. 14410048

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2018**

**PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *SELF ESTEEM*
TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

Fajar Ayu Hastuti

NIM. 14410048

Telah Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing



Dr. Endah K. Purwaningtyas, M. Psi, Psikolog
NIP. 197505142000032003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001

SKRIPSI

**PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *SELF ESTEEM*
TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal, 19 Desember 2018

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

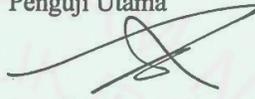


Dr. Erdah K. Purwaringtyas, M.Psi, Psikolog

NIP. 197505142000032003

Anggota Penguji lain

Penguji Utama



Dr. Ali Ridho, M.Si

NIP.19780429 200604 1 001

Ketua Penguji



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

NIP. 19760512 200312 1 002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 19 Desember 2018

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, S.Psi

NIP. 19671029 199403 2 001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fajar Ayu Hastuti

NIM : 14410048

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul "*Pengaruh Social Comparison dan Self Esteem Terhadap Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*", adalah hasil tulisan saya sendiri baik sebagian atau keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 2 November 2018

METERAI
TEMPEL
TGL 20
9509AAFF577875983
6000
ENAM RIBU RUPIAH
Peneliti
Fajar Ayu Hastuti

NIM. 14410048

MOTTO

Tak ada yang bisa membuatmu merasa rendah diri tanpa persetujuanmu.

(Eleanor Roosevelt)



PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

Kedua Orang Tua saya, sebagai motivator utama dalam perkuliahan serta penulisan skripsi ini. Terimakasih telah menjadi penasihat dan pengingat tetap saya.

Saya sangat bersyukur karena sudah di didik dan diberikan kasih sayang yang berlimpah sampai sejauh ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul Pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafaatnya kelak di hari kiamat nanti dan mendapat kebahagiaan dunia serta akhirat.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi salah satu persyaratan kelulusan program studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Sebagai manusia yang tidak luput dari salah, maka skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Haris, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Ibu Dr. Siti Machmudah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Ibu Dr. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang senantiasa sabar dalam memberi masukan, serta membimbing saya dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini

4. Bapak Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I selaku dosen wali bidang akademik yang selalu memberi motivasi selama menuntut ilmu
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi yang tidak bisa saya sebut satu persatu terima kasih atas motivasi, bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini
6. Untuk kedua Orang tua saya dan Mas Wakhid yang selalu memberikan semangat serta dukungan juga doa yang tulus kepada saya sehingga skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
7. Untuk tim pengingat terbaik saya Detya, Mas Bagus, Kincun, Baiq nanda, Nadya, Fanny dan Nafi'. Berkat kalian penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik .
8. Untuk tim hore be, nod, tama, dan yunus serta teman teman di UKM KOMMUST terimakasih atas dukungan yang telah diberikan
9. Untuk pihak-pihak lain yang tidak bisa saya sebut namanya satu persatu, terima kasih atas dukungan yang diberikan.

Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi peneliti dan juga pembaca.

Malang, 2 November 2018

Peneliti,

Fajar Ayu Hastuti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	v
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
ملخص البحث.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	10
A. <i>Body Dissatisfaction</i>	10
1. Pengertian <i>Body Dissatisfaction</i>	10
2. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Dissatisfaction</i>	11

3. Aspek – Aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	17
B. <i>Social Comparison</i>	18
1. Pengertian <i>Social Comparison</i>	18
2. Jenis – Jenis <i>Social Comparison</i>	19
3. Aspek-Aspek <i>Social Comparison</i>	20
C. <i>Self Esteem</i>	23
1. Pengertian <i>Self Esteem</i>	23
2. Faktor- Faktor <i>Self Esteem</i>	24
3. Aspek-Aspek <i>Self Esteem</i>	26
D. Pengaruh <i>Social Comparison</i> terhadap <i>Body Dissatisfaction</i>	29
E. Pengaruh <i>Self Esteem</i> terhadap <i>Body Dissatisfaction</i>	31
F. Pengaruh <i>Social Comparison</i> dan <i>Self Esteem</i> Terhadap <i>Body Dissatisfaction</i>	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	37
A. Rancangan Penelitian.....	37
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	38
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	38
D. Populasi dan Sampel.....	40
E. Teknik Pengumpulan Data.....	40
F. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	44
G. Teknis analisis data.....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	55
A. Pelaksanaan Penelitian.....	55
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	55
2. Visi dan Misi.....	58
3. Waktu Penelitian.....	59
4. Jumlah Subjek Penelitian beserta Alasan Menetapkan Jumlah...	59
5. Jumlah Subyek yang Datanya dianalisis.....	60
6. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data.....	60
7. Hambatan-Hambatan yang dijumpai dalam Pelaksanaan Penelitian.....	61
B. Pemaparan Hasil Penelitian.....	61
1. Uji Asumsi.....	60
a. Random.....	60
b. Uji Normalitas.....	60
c. Uji Linearitas.....	61
2. Deskripsi Data.....	63
a. Skor Hipotetik.....	64
b. Deskripsi Kategorisasi Data.....	66
3. Uji Hipotesis.....	69

a.	Hasil Uji Hipotesis Mayor.....	70
b.	Hasil Uji Hipotesis Minor.....	71
c.	Koefisien Korelasi.....	72
4.	Aspek Utama Pembentuk Variabel.....	73
C.	Pembahasan.....	75
1.	Tingkat <i>Social Comparison</i> pada Mahasiswi	75
2.	Tingkat <i>Self Esteem</i> pada Mahasiswi	77
3.	Tingkat <i>Body Dissatisfaction</i> pada Mahasiswi	80
4.	Pengaruh <i>Social Comparison</i> terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> pada Mahasiswi.....	82
5.	Pengaruh <i>Self Esteem</i> terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> pada Mahasiswi	85
6.	Pengaruh <i>Social Comparison</i> dan <i>Self Esteem</i> terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> pada Mahasiswi	88
BAB V PENUTUP		
A.	Kesimpulan.....	92
B.	Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA.....		96
LAMPIRAN.....		100

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blue Print Skala Body Dissatisfaction</i>	42
Tabel 3.2	<i>Blue Print Skala Social Comparison</i>	43
Tabel 3.3	<i>Blue Print Skala Self Esteem</i>	44
Tabel 3.4	Daftar Nama Ahli Panel <i>Content Validity Ratio</i>	46
Tabel 3.5	Hasil CVR.....	47
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	47
Tabel 3.7	Hasil Uji Validitas Skala <i>Social Comparison</i>	48
Tabel 3.8	Hasil Uji Validitas Skala <i>Self Esteem</i>	48
Tabel 3.9	Hasil Uji Validitas.....	49
Tabel 3.10	Hasil Uji Reliabilitas.....	50
Tabel 3.11	Norma Kategorisasi.....	53
Tabel 4.1	Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	62
Tabel 4.2	Tabel Hasil Uji Linearitas.....	63
Tabel 4.3	Deskripsi skor Hipotetik.....	64
Tabel 4.4	Norma Kategorisasi.....	66
Tabel 4.5	Kategorisasi Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	66
Tabel 4.6	Kategorisasi Skala <i>Social Comparison</i>	68
Tabel 4.7	Kategorisasi Skala <i>Self Esteem</i>	69
Tabel 4.8	Hasil Uji Hipotesis Mayor.....	70
Tabel 4.9	Prosentase Pengaruh <i>Social Comparison</i> Dan <i>Self Esteem</i> Terhadap <i>Body Dissatisfaction</i>	71
Tabel 4.10	Uji Hipotesis Minor.....	71

Tabel 4.11	Koefisien Korelasi Pengaruh <i>Social Comparison</i> Dan <i>Self Esteem</i> Terhadap <i>Body Dissatisfaction</i>	72
Tabel 4.12	Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	72
Tabel 4.13	Dimensi Utama variabel <i>Body Dissatisfaction</i>	73
Tabel 4.14	Aspek Utama variabel <i>Social Comparison</i>	74
Tabel 4.15	Dimensi Utama variabel <i>Self Esteem</i>	75



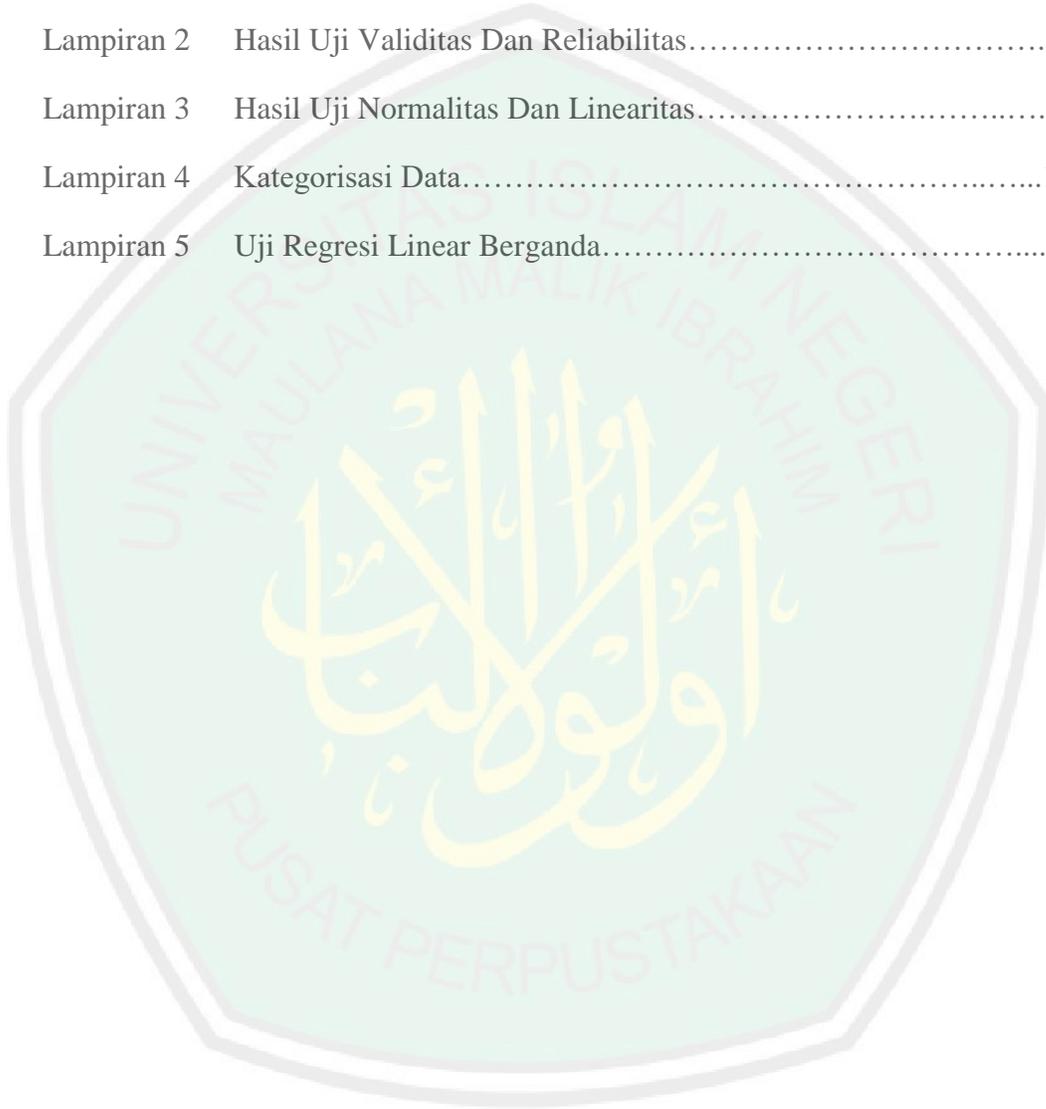
DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Skema Penelitian.....	38
Gambar 4.1	Diagram Kategorisasi Tingkat <i>Body Dissatisfaction</i>	67
Gambar 4.2	Diagram kaegorisasi Tingkat <i>Social Comparison</i>	68
Gambar 4.3	Diagram kaegorisasi Tingkat <i>Self Esteem</i>	69



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuisisioner Penelitian.....	101
Lampiran 2	Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	113
Lampiran 3	Hasil Uji Normalitas Dan Linearitas.....	118
Lampiran 4	Kategorisasi Data.....	123
Lampiran 5	Uji Regresi Linear Berganda.....	130



ABSTRAK

Fajar Ayu Hastuti. (2018). Pengaruh *Social Compariso* dan *Self Esteem* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2018.

Pembimbing : Dr. Endah Kurniawati, M.Psi, Psikolog

Mendapatkan tubuh ideal adalah idaman setiap orang tentunya, terutama perempuan. Sehingga hal ini tidak lepas dengan persepsi individu sendiri tentang bentuk tubuhnya. Tujuan dari penelitian ini mengetahui tingkat *Social Comparison*, *Self Esteem*, *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Selain itu untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction*, *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction*, dan pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Body Dissatisfaction* merupakan sebuah pemikiran dan perasaan negatif mengenai tubuh sendiri menurut Cash dan Pruzinsky (dalam Irmayanti, 2009). Festinger (dalam Suls dan Wheeler, 2000) yang mengatakan bahwa proses subjektif seseorang membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan orang lain yang berada dalam lingkungannya ini disebut dengan *Social Comparison*. *Self Esteem* adalah suatu dimensi evaluatif global mengenai diri; disebut juga sebagai martabat-diri atau citra diri (Santrock, 2007).

Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda. Pada penelitian ini digunakan tiga jenis skala untuk mengumpulkan data, yaitu skala *body dissatisfaction*, skala *social comparison* dan skala *self esteem*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan pengambilan subjek sesuai dengan karakteristik yang telah ditentukan. Karakteristik subjek yaitu, Mahasiswi usia 21-23 tahun dan mengalami ketidakpuasan pada tubuhnya.

Berdasarkan pengujian terhadap hipotesis penelitian ini, diperoleh hasil bahwa *social comparison* dan *self esteem* secara bersama-sama mempengaruhi *body dissatisfaction* sebesar 0,106 dengan nilai signifikansi 0,007 ($p < 0,05$). Secara terpisah *social comparison* mempengaruhi *body dissatisfaction* hanya sebesar 0,926 dengan nilai signifikansi 0,009 ($p > 0,05$), sedangkan *self esteem* berpengaruh terhadap *body dissatisfaction* korelasi sebesar 0,0323 dengan nilai signifikansi 0,002 ($p < 0,05$).

Kata Kunci : *Social Comparison*, *Self Esteem*, *Body Dissatisfaction*

ABSTRACT

Fajar Ayu Hastuti. 2018. The Influence of *Social Comparison* and *Self Esteem* of *Body Dissatisfaction* On Students of Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. Thesis. Psychology Faculty, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. Advisor: Dr. Endah Kurniawati, M.Psi, Psikolog

Getting the ideal body is everyone's dream, especially women. So that this can not be separated from the individual's own perceptions of his body shape. The purpose of this research is to know the level of Social Comparison, Self Esteem, Body Dissatisfaction in students of Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. In addition, to find out whether there is influence of Social Comparison against Body Dissatisfaction, Self Esteem against the Body Dissatisfaction, and the influence of Social Comparison and Self Esteem against the Body Dissatisfaction in students of Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. Body Dissatisfaction is a thought-provoking and negative feeling about one's own according to Cash and Pruzinsky (Irmayanti, 2009). Festinger (Suls and Wheeler, 2000) which says that a person's subjective process comparing the abilities and appearance of her with other people who are in this environment is called Social Comparison. Self Esteem is an evaluative dimension of global about themselves; also known as self-dignity or self image (Santrock, 2007).

The design of this research uses a quantitative approach with multiple linear regression analysis. On the research of three kinds of scale is used to collect the data, i.e. the scale of body dissatisfaction, the scale of social comparison and the scale of self esteem. Sampling techniques in of this research using a purposive sampling with subject retrieval in accordance with predetermined characteristics. Characteristics of the subject, namely, female students aged 21-23 years and experience dissatisfaction with her body.

Based on testing the hypothesis of this research, obtained the results that social comparison and self esteem collectively affect body dissatisfaction of 0.106 significance value of 0.007 ($p < 0.05$). Separately the social comparison affect body dissatisfaction is only of significance to the value of 0.009 0.926 ($p > 0.05$), whereas the effect on self esteem body dissatisfaction of correlation of 0.002 0.0323 with the significance value ($p < 0.05$).

Keywords: Social Comparison, Self Esteem, Body Dissatisfaction

المستخلص

فجر أبو حاستوتي. (2018). تأثير المقارنات الاجتماعية واحترام الذات على عدم رضا الجسد لدى طلاب جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. أطروحة. كلية علم النفس جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

المشرفة : د. إنداح كورنياواتي، الماجستير. Psikolog, M. Psi.

الحصول على الجسم المثالي هو حلم الجميع ، وخاصة النساء . بحيث لا يمكن فصل هذا عن تصورات الفرد الخاصة لشكل جسمه . الغرض من هذا البحث هو معرفة مستوى المقارنة الاجتماعية ، احترام الذات ، عدم الرضا عن الجسد لدى طلاب جامعة مولانا مالك الإسلامية الإسلامية في مالانج . بالإضافة إلى ذلك ، لمعرفة ما إذا كان هناك تأثير للمقارنة الاجتماعية على عدم الرضا عن الجسم ، وتقدير الذات على استياء الجسم ، وتأثير المقارنات الاجتماعية واحترام الذات على عدم استياء الجسم على طلاب جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج . إن عدم الرضا عن الجسم هو فكرة سلبية وشعور سلبي حول الجسد نفسه وفقاً لـ "كاش أند بروزنسكي" (في إيرمايانتى ، 2009) . فستجير (في Suls&Wheeler ، 2000) الذي يقول أن عملية الشخص الذاتية تقارن قدراته ومظهره مع الآخرين في بيئته تسمى المقارنة الاجتماعية . احترام الذات هو بعد تقييمي عالمي للذات ؛ كما دعا كرامة الذات أو الصورة الذاتية (Santrock ، 2007)

يستخدم تصميم هذه الدراسة نهجاً كمياً مع تحليل الانحدار الخطي المتعدد . في هذه الدراسة ، تم استخدام ثلاثة أنواع من المقاييس لجمع البيانات ، وهي مقياس عدم الرضا عن الجسم ، وحجم المقارنات الاجتماعية ومقياس احترام الذات . تستخدم طريقة أخذ العينات في هذه الدراسة أخذ العينات الهادف مع أخذ الموضوع وفقاً للخصائص التي تم تحديدها . خصائص الموضوع ، وهي الطالبات الذين تتراوح أعمارهم بين 21-23 سنة وتجربة عدم رضاهم عن جسدهن .

استناداً إلى اختبار فرضية هذه الدراسة ، حصلت النتائج على أن المقارنة الاجتماعية واحترام الذات يؤثران معاً على استياء الجسم البالغ 0.106 بقيمة دلالة قدرها 0.007 ($p > 0.05$) . بشكل منفصل ، تؤثر المقارنة الاجتماعية على استياء الجسم فقط بنسبة 0.926 بقيمة دلالة قدرها 0.009 ($p < 0.05$) ، في حين يؤثر تقدير الذات على ارتباط عدم الرضا لدى الجسم 0.0323 بقيمة دلالة قدرها 0.002 ($p > 0.05$) .

الكلمات الرئيسية : احترام الذات ، عدم الرضا عن الجسد لدى

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tubuh merupakan salah satu aset penting bagi setiap orang. Tubuh selalu berkaitan erat dengan penampilan fisik. Tidak aneh jika penampilan fisik akan selalu menjadi hal yang pertama dinilai oleh orang lain. Penilaian fisik ini mempengaruhi penilaian seseorang tentang dirinya. Mendapatkan tubuh ideal adalah idaman setiap orang tentunya, terutama perempuan. Saat ini tidak sedikit perempuan berlomba-lomba mempercantik diri dengan berbagai macam. Hal ini dipicu oleh berbagai faktor, seperti dari media sosial, iklan produk serta model atau artis. Tanpa disadari hal itu dijadikan tolok ukur tubuh ideal seseorang. Sehingga hal ini tidak lepas dengan persepsi individu sendiri tentang bentuk tubuhnya.

Bagaimana seseorang mempersepsikan dirinya terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya serta penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan sendiri maupun orang lain hal itu disebut dengan *Body image* (Honigam dan Castel, 2004). *Body image* yang positif akan membuat seseorang merasa percaya bahwa penampilan dirinya ideal dan menarik. Namun jika sebaliknya *body image* dalam diri seseorang negatif, hal itu akan membuat orang merasa tidak ideal dan tidak menarik meskipun sebenarnya orang lain telah menilainya menarik dan sangat ideal (Bell dan Rushforth, 2008).

Individu terus merasa kurang jika menurutnya tidak sesuai dengan keinginnya untuk menjadi ideal. Hal ini terbukti dari ramainya perempuan mengikuti program diet, kemudian *skincare* yang selalu penuh dan antri, banyaknya pengguna produk *makeup*. Belum lagi kasus anoreksia karena program diet yang dilakukan secara ekstrem serta kasus-kasus yang lain dikarenakan ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya lalu melakukan sesuatu yang berlebihan tanpa memikirkan kesehatan. Ada faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan sosok tubuh seseorang, antara lain : *first impression culture*, standar kecantikan yang tidak mungkin dapat dicapai, rasa tidak puas yang mendalam terhadap kehidupan dan diri sendiri, rasa percaya diri yang kurang, dan adanya perasaan kegemukan yang berlebihan, emosi yang negatif mengenai tubuh (dalam Kartikasari, 2013)

Brownmiller (dalam Prawono, 2015) menemukan fakta bahwa di berbagai budaya kebanyakan perempuan tidak puas dengan tubuhnya. *Body Dissatisfaction* ini yang dialami perempuan semakin meningkat. Penelitian yang dilakukan oleh Herawati di Jakarta tahun 2003, didapati informasi bahwa sebanyak 40% perempuan berusia 18-25 tahun mengalami *Body Dissatisfaction* dalam kategori tinggi dan 38% dalam kategori sedang (Supraptodan, 2007 ; Cahyaningtyas, 2009). Bagi kebanyakan perempuan penilaian terhadap penampilan fisik selalu menjadi sorotan utama. Bahkan mereka mau melakukan apapun demi terlihat menarik dan dinilai ideal baik orang lain maupun dirinya sendiri. Usaha yang dilakukan pun bukan lagi usaha yang memperhatikan aspek kesehatan dari individu yang bersangkutan, melainkan usaha yang memberikan efek dengan cepat, misalnya diet tak sehat atau diet populer yang tidak

memperhatikan keseimbangan asupan gizi dalam makanan yang dikonsumsi (Wardlaw, Hampl, dan DiSilvestro, 2004). Apabila seseorang tidak puas dengan tubuhnya sendiri, hal ini bisa menyebabkan munculnya masalah seperti *Body Dissatisfaction* hingga terlibat dalam berbagai tindakan yang dapat membahayakan dirinya agar ia dapat memiliki tubuh yang dianggap menarik, misalnya dengan diet tidak sehat, penggunaan steroid bahkan *anoreksia* (Olivardia et. Al, 2000 dalam Thompson, 2002).

Diet yang harusnya menjadikan seseorang lebih sehat, justru akan berubah jadi hal yang buruk saat dilakukan dengan ketat. Jika diet yang salah atau berlebihan terus dilakukan akan membuat seseorang jauh lebih tertekan dan hasilnya tidak akan baik. Fenomena diet ini banyak sekali dilakukan oleh perempuan bertujuan agar tidak terlihat gemuk. Hal itu menjadi salah satu akibat dari tidak puasnya seseorang pada tubuhnya. Selain itu ada faktor lain dilapangan menunjukkan bahwa individu yang mengalami *Body Dissatisfaction* adanya stimulus dari orang lain yaitu berupa komentar buruk dari orang lain tentang tubuhnya. Hal ini akan membuat seseorang merasa terus mengevaluasi dirinya. Sehingga mendorong seseorang menjadi tidak puas dengan tubuhnya.

Ketidakpuasan Tubuh yang dialami seseorang memiliki berbagai faktor seperti yang disebutkan diatas kemudian didukung oleh survey awal yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa subjek memberikan penilaian secara pribadi terhadap bentuk tubuh mereka yang dianggap kurang baik, terus menerus membandingkan diri dengan sosok lain yang dianggap ideal, serta berusaha untuk membuat penampilannya menjadi lebih ideal menurut standar pribadi yang

senantiasa berubah-ubah. Pada akhirnya *Body Dissatisfaction* dapat menyebabkan stress, menarik diri dari lingkungan, bulimia, dan *anorexia nervosa*. Penjelasan di atas relevan dengan pendapat Festinger (dalam Suls dan Wheeler, 2000) yang mengatakan bahwa proses subjektif seseorang membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan orang lain yang berada dalam lingkungannya ini disebut dengan *Social Comparison*. Penelitian yang dilakukan Keery, Van De Berg dan Thompson (Vartanian & Dey, 2013) menemukan adanya kecenderungan *Social comparison* dan internalisasi tubuh ideal menjadi faktor yang membangun *Body Dissatisfaction*. Hal ini sesuai dengan pernyataan Jones (2001) bahwa *Social Comparison* merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan *body image* yang kemudian akan memengaruhi kepuasan dan ketidakpuasan tubuh seseorang. Selain *Social Comparison*, *Self Esteem* juga memiliki pengaruh dalam ketidakpuasan seseorang pada tubuhnya.

Wilis Srisayekti, David A. Setiady (2015) dalam jurnal yang berjudul “Harga-diri (*Self-esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar” menyatakan bahwa harga-diri (*self-esteem*) merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang, dan akan berdampak luas pada sikap dan perilakunya. Menurut pandangan Rosenberg (dalam Flynn, 2001), dua hal yang berperan dalam pembentukan harga-diri (*self-esteem*), adalah *reflected appraisals* dan komparasi sosial (*Social comparisons*). Mereka yang memiliki *self-esteem* (harga-diri) rendah diduga memiliki kecenderungan menjadi rentan terhadap depresi dan penyakit psikologis yang lain.

Semakin tinggi *Self Esteem* seseorang maka akan semakin rendah *Body Dissatisfaction* yang dimiliki oleh seseorang. Begitu sebaliknya semakin rendah *Self Esteem* seseorang maka akan semakin tinggi pula harapan *Body Dissatisfaction* individu tersebut.

Fenomena ini beberapa kali dijumpai oleh peneliti. Seperti wawancara yang dilakukan peneliti kepadaseorang Mahasiswi yang ada di UIN Malang pada 24 februari 2018.

“saya sering dibilang badan saya terlalu lebar, apalagi untuk ukuran seorang perempuan. saya ingin sekali tinggi, agar saya tidak terlihat bongSOR. Setiap kali melihat perempuan yang tinggi dan bentuk tubuhnya bagus saya ingin sekali terlihat seperti itu, tapi ya saya tetap percaya diri dengan badan saya yang sekarang. Pernah saya berusaha untuk melakukan diet mayo, membatasi pola makan agar berat badan saya tidak naik. Saya ingin memiliki badan ideal seperti selayaknya mahasiswa yang lain. Tidak seperti saya sudah gendut dan tidak tinggi.”

Dari hasil wawancara tersebut peneliti dalam dapat menganalisa bahwa adanya perbandingan sosial yang dilakukan oleh subjek. Dibuktikan dari subjek mengatakan “Saya ingin memiliki badan ideal seperti selayaknya mahasiswa yang lain. Tidak seperti saya sudah gendut dan tidak tinggi”. Selanjutnya dalam wawancara ini peneliti juga menemukan bahwa subjek mengalami permasalahan pada *Self Esteem* yang dibuktikan dengan kalimat “Setiap kali melihat perempuan yang tinggi dan bentuk tubuhnya bagus saya ingin sekali terlihat seperti itu, tapi ya saya tetap percaya diri dengan badan saya yang sekarang”. Dapat dikatakan bahwa subjek telah memiliki permasalahan pada *Self Esteem*. Ketidakpuasan Tubuh atau *Body Dissatisfaction* juga ditunjukkan oleh subjek pada pernyataan “saya sering dibilang badan saya terlalu lebar, apalagi untuk ukuran seorang

perempuan. saya ingin sekali tinggi, agar saya tidak terlihat bongor”. Fakta ini membuat peneliti tertarik melakukan lebih lanjut mengenai pengaruh antara *Social Comparison* dan *Self Esteem* dengan *Body Dissatisfaction*. Fakta yang dimiliki oleh peneliti, sebanyak 14 orang usia 19 hingga 21 tahun yang mengisi kuisioner terbuka 57% dari narasumber tidak menyukai bentuk tubuh pada beberapa bagian. Kesimpulan dari hasil wawancara ini peneliti menemukan bahwa *Self Esteem* dengan *Body Dissatisfaction* memiliki hubungan berbanding lurus, dimana semakin tinggi *Body Dissatisfaction* maka semakin tinggi *Self Esteem*. Hal ini bertentangan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rohmah (2014) yang berjudul “Hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan harga diri pada pria dan wanita dewasa awal” dengan hasil semakin tinggi ketidakpuasan tubuh maka semakin rendah *Self Esteem* seseorang. Kemudian peneliti mendapatkan hasil dari kuisioner online yang telah diisi oleh perempuan berusia 22 keatas sejumlah 14 orang yang mana sejumlah 92,9% menunjukkan tidak suka beberapa bagian tubuhnya, sejumlah 21,4% menunjukkan bagian tubuh yang tidak disukai perut, kemudian 21,4% kaki/paha. sejumlah 64,3% sering membandingkan dirinya dengan orang lain, serta 50% menginginkan untuk mengubah bentuk tubuhnya. Pada penelitian ini, wawancara dilakukan pada mahasiswi yang memiliki berat badan normal”. *Social Comparison* itu sendiri juga memiliki hubungan dengan *Body Dissatisfaction* sebagai variabel bebas. Sedangkan *Self Esteem* juga memiliki hubungan dengan *Body Dissatisfaction* sebagai variabel bebas. Dalam penelitian ini, peneliti menjadikan *Body Dissatisfaction* sebagai variabel terikat.

Peneliti ingin meneruskan penelitian ini dengan *Body Dissatisfaction* sebagai variabel yang dapat dipengaruhi oleh *Social Comparison* dan *Self Esteem* sesuai dengan penelitian terdahulu yang ditulis oleh Livian Sunartio, Monique Elizabeth Sukamto, Ktut Dianovinina (2012) yang berjudul “*Social comparison dan Body Dissatisfaction pada wanita dewasa awal*” dengan hasil semakin sering wanita dewasa awal membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh wanita lain yang lebih menarik, maka akan semakin tinggi pula tingkat *Body Dissatisfaction* yang dialaminya. Serta penelitian yang dilakukan Rohmah (2014) yang berjudul “*Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Harga Diri Pada Pria Dan Wanita Dewasa Awal*” dengan hasil semakin tinggi *Body Dissatisfaction* pada seseorang maka akan semakin rendah *Self Esteem* pada individu tersebut. Namun berbeda dengan penelitian kali ini. Dimana peneliti menemukan data merasa bahwa subjek tidak merasa canggung dengan keadaan tubuhnya, namun ada keinginan untuk mengubah bentuk fisiknya seperti yang mereka inginkan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *Social Comparison* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?
2. Bagaimana tingkat *Self Esteem* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?
3. Bagaimana tingkat *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?
4. Apakah terdapat pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?

5. Apakah terdapat pengaruh *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
6. Apakah terdapat pengaruh antara *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat *Social Comparison* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Mengetahui tingkat *Self Esteem* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Mengetahui tingkat *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Mengetahui apakah ada pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
5. Mengetahui apakah ada pengaruh *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
6. Mengetahui apakah ada pengaruh antara *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menyumbang data atau informasi dalam perkembangan keilmuan Psikologi Serta dapat menjadi pertimbangan bagi penelitian dalam bidang yang sejenis di masa mendatang.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sumber rujukan, ada atau tidak pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Melalui penelitian ini diharapkan mahasiswa mampu mengatasi *Body Dissatisfaction* yang dialami.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Body Dissatisfaction*

1. Pengertian

Cash dan Pruzinsky (dalam Irmayanti, 2009) mendefinisikan bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh merupakan sebuah pemikiran dan perasaan negatif mengenai tubuh sendiri. Ketidakpuasan sosok tubuh juga diartikan sebagai evaluasi negatif terhadap tubuh terkait dengan bentuk tubuh atau berat badan.

Ketidakpuasan sosok tubuh sendiri dianggap sebagai komponen pengganggu dalam berpenampilan (Sin dan Birchy, 2006). Pengertian yang diungkapkan oleh Thompson, Heinberg, Altabe, & Tantleff-Dunn (Cheng, 2006) bahwa *Body Dissatisfaction* secara umum digunakan untuk merujuk pada ketidakbahagiaan subjektif dengan penampilan tubuh yang dimiliki.

Hal ini juga diutarakan oleh Sejcova (2008), yaitu ketidakpuasan bentuk tubuh atau *Body Dissatisfaction* sebagai pemikiran dan perasaan negatif terhadap bentuk tubuh yang muncul ketika gambaran seseorang tentang bentuk tubuh tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang dimiliki.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa *Body Dissatisfaction* merupakan pemahaman individu yang berbentuk sebuah pikiran, perasaan dan perilaku

individu yang cenderung negatif atau tidak puasny seseorang terhadap penampilan tubuh yang dimiliki.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi

Body Dissatisfaction muncul karena berbagai faktor. Menurut Grogan (dalam Susanti 2015), beberapa faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan terhadap citra tubuh adalah:

a. Budaya

Di budaya barat, tubuh yang ideal diasosiasikan dengan kebahagiaan, kesuksesan, keremajaan dan penerimaan secara sosial. Budaya barat sangat mempengaruhi budaya timur dengan seiring berkembangnya modernisasi. Tubuh yang berotot diasosiasikan dengan kekuatan dan memiliki energi daya tahan tubuh yang lebih. Perempuan yang memiliki penampilan yang menarik adalah mereka yang memiliki kemolekan tubuh yang ideal dengan kelangsingan.

Menurut Cash (2012) pemilik berat badan yang berlebihan telah terstigma negatif dari kecil hingga dewasa awal. Mereka cenderung diasosiasikan dengan kurang aktif, kurang pintar, kurang bekerja keras, kurang sukses, kurang atletik dan kurang populer daripada mereka yang memiliki tubuh yang ideal. Menurut Cash (2012), pertumbuhan badan merupakan salah satu bukti dari hasil dari genetika. Namun, banyak individu yang hidup dalam budaya yang cenderung bertahan pada

keyakinan yang keliru. Individu sering menyesuaikan diri dengan kesesuaian budaya dan ideologis yang berlaku di masyarakat.

b. Media Sosial

Banyak teori yang mengatakan bahwa media sangat berpengaruh pada laki-laki dan perempuan untuk memperhatikan bagian tubuhnya. Khususnya dalam ketidakpuasan citra tubuh, media seringkali memusatkan pada model yang langsing sebagai iklan penurunan berat badan dan peninggi badan (Peter dan Baker, 1994).

Iklan seperti inilah yang membuat individu berpikir bahwa tubuh ideal sangat diapresiasi oleh masyarakat, terutama ketika bentuk tubuh yang dimiliki seperti model yang ditampilkan. Media sangat memberi sarana dalam menciptakan sebuah ketidakpuasan citra tubuh. Seperti halnya contoh mengenai “iklan” yang merupakan bentuk dari media sosial yang melukiskan tubuh yang ideal (Grogandalam Pratiwi, 2016). Media sosial bermacam-macam di era modernisasi ini. Tidak hanya televisi yang menjadi pusat iklan tetapi juga koran, majalah, radio dan internet. Pada dewasa awal, individu sangat aktif dalam penggunaan media sosial seperti facebook, twitter, line, ataupun media sosial lain yang banyak menampilkan iklan ataupun cuplikan gambar dan video dengan berbagai model.

c. Usia

Masing-masing usia memiliki karakteristik tersendiri dalam menanggapi ketidakpuasan citra tubuh (Grogan dalam Pratiwi, 2016). Jelas sekali bahwa perubahan bentuk tubuh dan perkembangan secara sosial, psikologis dan seksual mulai berbeda. Pada individu dewasa awal akan menampilkan fisik yang menarik untuk mendapatkan pasangan.

Pada individu dewasa awal, sudah terlihat jelas pada setiap bagian tubuh yang berubah secara sempurna dari masa puberitas. Individu dewasa awal sangat memperhatikan penampilannya karena penuaan dini yang menimbulkan keresahan. Mereka cenderung tidak percaya diri dengan penampilannya dan meningkatkan aktivitas fisik untuk memperlambat penuaan.

d. Kelas Sosial

Menurut Grogan (dalam Pratiwi, 2016) kelas sosial berpengaruh terhadap ketidakpuasan terhadap citra tubuh. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Wardle dan Marslan, bahwa individu dengan kelas sosial yang tinggi cenderung tidak puas dengan citra tubuh yang dimiliki. Individu yang memiliki kelas sosial tinggi mudah mengakses segala bentuk informasi. Sedangkan pada kalangan kelas sosial yang lebih rendah cenderung terbatas dalam mengakses informasi yang modern.

e. Hubungan Interpersonal

Individu mudah terpengaruh dan cenderung tergantung dengan pendapat kelompok. Ketergantungan ini terjadi pada idealisme individu dan kelompok mengenai citra tubuh. Menurut Cash dan Purzinsky (2002), pendapat kelompok mengenai penampilan individu mempengaruhi individu dalam berpikir mengenai tubuh yang dimiliki. Di sisi lain, pengaruh kepercayaan mengenai tubuh yang ideal dari orang tua, teman sebaya dan saudara juga berkontribusi dalam meningkatkan ketidakpuasan terhadap citra tubuh (Odgen dan Taylor, 2000).

f. Kepribadian

Masing-masing individu hidup dalam lingkungan dan pengasuhan yang berbeda, hal ini pula yang menyebabkan individu memiliki kepribadian yang berbeda. Kepribadian ini juga sangat mempengaruhi pola pikir individu mengenai citra tubuhnya. Individu yang memiliki kepercayaan diri, lebih mudah berpikir positif pada tubuhnya.

Semua ini tidak terlepas dari pola asuh orang tua yang aman atau tidak aman. Pola asuh yang tidak aman membuat individu merasa tertolak, mencari penerimaan orang lain. Pola asuh ini menumbuhkan perasaan negatif pada orang lain dan pada diri sendiri termasuk citra tubuh yang dimiliki. Serupa dengan pernyataan Cash dan Purzinsky (2002) yang mengatakan bahwa kepribadian seseorang berpengaruh pada pandangannya mengenai citra tubuh.

Menurut Brehm (dalam Kartikasari, 2013) faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan sosok tubuh adalah :

a. *First Impression Culture.*

Lingkungan seringkali menilai seseorang berdasarkan pakaian, cara bicara, cara berjalan dan tampilan fisik. Tampilan yang baik sering diasosiasikan dengan status yang lebih tinggi, kesempatan yang lebih luas untuk dapat menarik pasangan dan kualitas positif lainnya.

b. Standar kecantikan yang tidak mungkin dapat dicapai.

Setiap budaya memiliki standar kecantikan yang berbeda. Banyaknya perempuan yang mengalami ketidakpuasan sosok tubuh disebabkan oleh adanya kesenjangan antara tubuh ideal yang didasarkan pada budaya yang berlaku (dimana tubuh ideal bagi perempuan adalah sangat kurus) dengan tubuh yang dimilikinya (banyaknya perempuan memiliki tubuh yang gemuk dari standar).

c. Rasa tidak puas yang mendalam terhadap kehidupan dan diri sendiri.

Tingkat kepuasan terhadap sosok tubuh yang tinggi diasosiasikan dengan tingkat *Self Esteem* sosial yang tinggi pula. Beberapa ahli citra tubuh percaya bahwa ketidakpuasan terhadap sosok tubuh terutama apabila diikuti dengan adanya perasaan benci terhadap tubuhnya merupakan suatu ekspresi dari *Self Esteem* yang rendah. Tubuh merupakan bagian dari diri yang terlihat (bagian yang konkret), sehingga apabila

seseorang merasa ambivalen terhadap diri sendiri, mereka juga akan merasa ambivalen terhadap tubuhnya.

d. Rasa percaya diri yang kurang.

Wanita dengan rasa percaya diri yang rendah akan mengalami ketidakpuasan pada bentuk tubuh.

e. Perasaan kegemukan yang berlebihan.

Wanita yang merasa kegemukan lebih banyak disebabkan karena adanya perasaan bahwa mereka memiliki berat badan yang melebihi batas normal.

f. Emosi yang negatif.

Emosi yang negatif mengenai tubuh akan menyebabkan rasa tidak puas, benci akan dirinya. Adapula faktor-faktor lain yang mempengaruhi ketidakpuasan sosok tubuh seseorang. Menurut Gideon (dalam Suprpto dan Aditomo, 2007) salah satu faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan sosok tubuh seseorang adalah motivasi untuk menarik perhatian, seperti misalnya berpenampilan menarik di depan orang lain khususnya lawan jenis. Menurut Strelan dan Hargreaves (dalam Suprpto dan Aditomo, 2007) objektivikasi diri sebagai salah satu faktor bagaimana perempuan cenderung mengembangkan ketidakpuasan sosok tubuh. Objektivikasi diri adalah pikiran dan penilaian individual tentang tubuh yang lebih berasal

dari perspektif orang ketiga, berfokus pada atribut tubuh yang tampak, seperti penampilan seseorang.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami *Body Dissatisfaction* tidak sedikit. Standar kecantikan di jadikan tolok ukur seseorang agar untuk membuat jadi lebih percaya diri. Pengaruh lingkungan, media sosial, budaya dan lainnya akan memberikan dampak pada kepuasan seseorang dalam berpenampilan.

3. Aspek Aspek *Body Dissatisfaction*

Body Dissatisfaction dipengaruhi oleh beberapa aspek menurut Thompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn, (2002) yaitu;

a. Komponen afektif.

Seseorang yang mengalami *Body Dissatisfaction* akan memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya.

b. Komponen kognitif.

Pengetahuan dan informasi yang berkaitan dengan citra tubuh disimpan dan diproses. Informasitersebut berupa pengetahuan mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri yang dianggap positif dan negatif oleh lingkungan sosial.

c. Komponen perilaku.

Perilaku yang dapat muncul berkaitan dengan citra tubuh dan *Body Dissatisfaction*, salah satunya adalah usaha untuk menurunkan berat badan.

B. *Social Comparison*

1. Pengertian

Eddleston (2009) mengemukakan bahwa manusia cenderung untuk membandingkan dirinya dengan orang lain. Hal ini berdasarkan teori yang dikembangkan oleh Festinger pada tahun 1954, yang disebut dengan teori perbandingan sosial (Irmayanti, 2009). Teori perbandingan sosial menyatakan bahwa individu cenderung untuk membandingkan kemampuannya dengan kemampuan orang lain. Festinger (1954) mengatakan bahwa *Social Comparison* adalah sebuah proses evaluasi yang mencakup pencarian informasi dan melakukan penilaian tentang dirinya terhadap orang lain untuk mengetahui standar dari luar diri mereka (dalam Sunartio, 2012).

Menurut Wood (Jones, 2001) *Social Comparison* merujuk pada pertimbangan kognitif bahwa individu membandingkan atribut dirinya dengan oranglain. Perbandingan merupakan evaluasi diri yang penting dan tidak bergantung pada kondisi objektif dibandingkan bagaimana menilai diri dengan oranglain pada atribut tertentu.

Jadi dapat disimpulkan bahwa *Social Comparison* merupakan sebuah bentuk evaluasi seseorang terhadap dirinya dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain.

2. Jenis *Social Comparison*

Menurut teori *Social Comparison*, terdapat 2 cara seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain yaitu:

a. Perbandingan keatas (*upward*)

Membandingkan dirinya dengan orang yang lebih baik, dari segi kemampuan, pengetahuan, karir dan lain sebagainya. Menurut Eddleston (2009), orang dengan kecenderungan *upward comparison* biasanya memiliki motivasi yang kuat untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya.

b. Perbandingan kebawah (*downward*)

Membandingkan dirinya dengan orang yang lebih inferior. Eddleston (2009) mengemukakan bahwa seseorang akan membandingkan dengan orang yang tidak lebih baik dari dirinya dengan tujuan untuk mempertahankan atau menguatkan citra diri yang dimilikinya. *Downward comparisons* membuat individu merasa lebih nyaman dengan dirinya sendiri dan dengan situasi yang ada saat ini.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang akan melakukan perbandingan tidak hanya satu arah, melainkan dua arah. Dan bagaimana seseorang akan mengalami kecemasan atau justru bertambah motivasi adalah bagaimana cara memilih perbandingan yang

dilakukannya. Jenis dari *Social Comparison* ini akan dijadikan sebagai aspek oleh peneliti yang diadaptasi dari O'Brien *et al.* (2009) yaitu skala *UPSC* dan *UDSC*.

3. Aspek Aspek yang terdapat dalam *Social Comparison*

Aspek *Social Comparison* oleh Festinger (dalam Susanti, 2015) :

a. Aspek pendapat (*opinion*)

Pendapat yang menjadi tolak ukur perbandingan. Seorang individu dapat membandingkan pendapatnya sendiri dengan pendapat orang lain. Apabila pendapat seseorang terkait penampilan menarik dan citra dirinya berbeda dengan pendapat orang lain, hal ini memiliki kecenderungan orang tersebut merubah pendapatnya agar mendekati pendapat orang lain atau melakukan sebaliknya, pendapat orang lain berubah mendekati pendapatnya. Perbandingan ini bersifat dua arah.

b. Aspek kemampuan (*ability*)

Adanya dorongan searah menuju keadaan yang lebih baik. Individu membandingkan kemampuannya dengan orang lain. Apabila kemampuan individu berbeda dengan orang lain, individu akan memiliki dorongan untuk meningkatkan kemampuannya sehingga mencapai keadaan dimana perbedaan antara dirinya dengan orang lain menjadi sedikit dan tidak berjarak. Dorongan ini bersifat searah, sehingga sehubungan dengan itu perubahan pendapat relatif mudah terjadi dari pada perubahan kemampuan.

Aspek *Social Comparison* menurut Festinger (dalam Susanti, 2015)

ini merupakan gabungan dari dua aspek, yaitu :

a. Aspek Pendapat (*opinion*)

1. Pendapat tentang tinggi tubuh,

Pendapat individu dalam menilai dirinya dan temannya serta melakukan perbandingan terhadap pendapat dirinya dengan pendapat rekan- rekannya dalam hal tinggi tubuh seperti memiliki tubuh yang tinggi, pendek atau tinggi sedang.

2. Pendapat tentang berat tubuh,

Pendapat individu dalam menilai dirinya dan temannya serta melakukan perbandingan terhadap pendapat dirinya dengan pendapat rekan rekannya dalam hal ukuran tubuhnya seperti langsing ideal, kurus, gendut dan tidak gendut.

3. Pendapat tentang bentuk tubuh,

Pendapat individu dalam menilai dirinya dan temannya,serta melakukan perbandingan pendapat dirinya dengan pendapat rekan- rekannya dalam hal bentuk tubuh seperti tubuh bongsor, tubuh lebar, dan tubuh kecil.

4. Pendapat tentang wajah,

Pendapat individu dalam menilai dirinya dan temannya serta melakukan perbandingan pendapat dirinya dengan pendapat rekan-

rekannya dalam hal merawat wajah seperti cantik, good looking, kulit wajah bagus, dagu runcing, atau tumpul.

5. Pendapat tentang gaya,

Pendapat individu dalam menilai dirinya dan temannya, serta melakukan perbandingan pendapat dirinya dengan pendapat rekan-rekannya dalam hal berpenampilan atau atribut yang digunakan dan terlihat pada teman seperti, keren, pandai berdandan, pandai berpakaian.

b. Aspek kemampuan (*Ability*)

1. Kemampuan tinggi tubuh,

Perbandingan yang dilakukan oleh individu terhadap rekan-rekannya dalam hal kemampuan dan usaha untuk mendapatkan tinggi tubuh .

2. Kemampuan berat tubuh,

Perbandingan yang dilakukan individu terhadap rekan-rekannya dalam hal menjaga berat tubuhnya.

3. Kemampuan bentuk tubuh,

Perbandingan yang dilakukan oleh individu terhadap rekan-rekannya dalam hal kemampuan membentuk tubuh.

4. Kemampuan merawat bentuk wajah,

Perbandingan terhadap rekan-rekannya dalam hal kemampuan merawat wajah.

5. Aspek kemampuan berpenampilan gaya,

Perbandingan yang dilakukan oleh individu terhadap rekannya dalam hal berpenampilan atribut yang digunakan dan terlihat pada teman seperti, keren, pandai berdandan, pandai berpakaian.

C. *Self Esteem*

1. Pengertian

Branden (dalam Rohmah,2014) mengatakan bahwa harga diri merupakan perpaduan antara kepercayaan diri dengan penghormatan diri. *Self Esteem* adalah suatu dimensi evaluatif global mengenai diri; disebut juga sebagai martabat-diri atau citra diri (Santrock,2007). *Self Esteem* merupakan salah satu dimensi dari konsep diri, serta merupakan salah satu aspek yang mempunyai peran penting dan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku individu. Jadi *Self Esteem* merupakan bagian dari bagaimana individu menganggap dirinya dan sebagai hasil dari persepsi tentang dirinya secara keseluruhan sehingga akan membentuk perilaku individu tersebut. Hal ini juga didukung oleh Rosenberg (dalam Murk, 2006) menyatakan bahwa *Self Esteem* merupakan positif ataupun negatif terhadap diri individu.

Paul J. Centi (dalam Rohmah, 2014) mendefinisikan harga diri (*Self Esteem*) sebagai perasaan suka atau tidak suka terhadap diri sendiri atau bagaimana individu melihat dirinya berharga atau tidak berharga. Jika individu suka dengan keadaan dirinya, maka individu tersebut memiliki

harga diri yang tinggi (*high Self Esteem*), sebaliknya bila individu tersebut tidak suka dengan keadaan dirinya, maka individu tersebut memiliki harga diri yang rendah (*lowSelf Esteem*). Individu yang mempunyai harga diri (*Self Esteem*) yang rendah merasa yakin bahwa dirinya tidak berguna dan tidak layak untuk dicintai.

Berdasarkan paparan definisi dari beberapa tokoh dapat disimpulkan bahwa *Self Esteem* adalah persepsi individu tentang bagaimana menilai dirinya berharga atau tidak berharga yang dapat membentuk perilaku positif maupun negatif.

2. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi

Menurut Koentjoro (dalam Wardhani 2009) faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Esteem* atau harga diri adalah sebagai berikut:

a. Lingkungan keluarga

Merupakan tempat sosialisasi pertama bagi anak. Perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif dan pendidikan yang demokratis di dapat pada anak yang memiliki harga diri yang tinggi.

b. Lingkungan sosial

Merupakan tempat individu yang berpengaruh pada pembentukan harga diri. Individu mulai menyadari bahwa dirinya berharga sebagai individu dengan lingkungannya. Kehilangan kasih sayang, penghinaan, dan dijauhi teman sebaya akan menurunkan harga diri. Sebaliknya pengalaman, keberhasilan, persahabatan, dan kemasyuran akan meningkatkan harga diri.

c. Faktor psikologis

Penerimaan diri akan mengarahkan individu mampu menentukan arah dirinya pada saat mulai memasuki hidup bermasyarakat sebagai anggota masyarakat yang sudah dewasa.

d. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin mengakibatkan terjadinya perbedaan dalam pola pikir, cara berpikir, dan bertindak antara laki-laki dan perempuan.

Menurut Michener dan Delamater (1958 dalam Hudaniah dan Dayakisni, 2003) faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu :

a. Pengalaman dalam keluarga

Coopersmith (1967 dalam Hudaniah dan Dayakisni, 2003) menyimpulkan ada empat tipe perilaku orang tua yang dapat meningkatkan *Self Esteem* atau harga diri:

- 1) Menunjukkan penerimaan, afeksi, minat, dan keterlibatan pada kejadian-kejadian atau kegiatan yang dialami anak.
- 2) Menerapkan batasan-batasan jelas pada anak secara teguh dan konsisten.
- 3) Memberikan kebebasan dalam batas-batas dan menghargai inisiatif.
- 4) Bentuk disiplin yang tidak memaksa (menghindari hak-hak istimewa dan mendiskusikan alasan-alasannya daripada memberikan hukuman fisik).

b. Umpan balik terhadap performance

Harga diri sebagian terbentuk berdasarkan pada perasaan individu tentang kemampuan dan kekuatan untuk mengontrol atau mengendalikan kejadian-kejadian yang menimpa dirinya.

c. Perbandingan sosial

Perbandingan sosial adalah hal penting yang dapat mempengaruhi harga diri individu karena perasaan bahwa dirinya mampu atau berharga yang diperoleh dari suatu performance (penampilan) yang tergantung pada siapa individu tersebut membandingkan, baik dengan dirinya sendiri atau dengan orang lain.

Jadi faktor *Self Esteem* tidak akan lepas dari peranan sosial, bagaimana mempengaruhi seseorang pada terbentuknya harga diri mereka. Lingkungan keluarga, sosial, dan perbandingan sosial yang dilakukannya. Namun hal itu juga tidak lepas dari faktor psikologis yang mana individu akan mempersepsikan sesuatu tentang dirinya.

3. Aspek- Aspek yang terdapat dalam *Self Esteem*

Menurut Coopersmith (1967 dalam Wardhani 2009) aspek-aspek *Self Esteem* atau harga diri meliputi:

a. *Power* (Kekuasaan)

Kekuasaan dalam arti kemampuan untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku orang lain. Kemampuan ini ditandai oleh adanya pengakuan

dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain dan besarnya sumbangan dari pikiran atau pendapat dan kebenarannya.

b. Significance(Keberartian)

Significance atau keberartian adalah adanya kepedulian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain. Hal tersebut merupakan penghargaan dan minat dari orang lain dan pertanda penerimaan dan popularitasnya. Keadaan tersebut ditandai oleh kehangatan, keikutsertaan, perhatian, dan kesukaan orang lain terhadapnya.

c. Virtue (kebajikan)

Virtue atau kebajikan adalah ketaatan atau mengikuti standar moral dan etika. Kebajikan ditandai oleh ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan atau diharuskan oleh moral atau etika dan agama.

d. Competence (Kemampuan)

Kemampuan, dalam arti sukses memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai oleh keberhasilan individu dalam mengerjakan bermacam macam tugas atau pekerjaan dengan baik dari level yang tinggi dan usia yang berbeda.

Tokoh yang pertama kali membuat alat ukur mengenai *Self Esteem* adalah Morris Rossenberg. Dalam pembuatannya Rossenberg (dalam

Flynn,2001) menyatakan terdapat dua aspek yang mendasari alat ukur *Self Esteem* yang ia buat, yaitu:

a. Gambaran penilaian

Gambaran penilaian merupakan bagian dimana individu menjadi anggota objek perhatian,persepsi,dan evaluasi. Sebelum menjadi objek perhatian persepsi, dan evaluasi individu yang lain. Individu perlu memiliki gambaran penilaian akan dirinya sendiri. Oleh karena hal tersebut evaluasi dan persepsi individu akan dirinya sendiri menjadi krusial.

b. Perbandingan sosial

Perbandingan sosial ini menekankan bahwa *Self Esteem* adalah salah satu bagian dari suatu konsekuensi hasil perbandingan diri mereka sendiri dengan orang lain. Konsekuensi ini juga didapat dari evaluasi diri individu, baik positif maupun negatif.

Menurut Daradjat (dalam Wardhani, 2009) pada dasarnya setiap individu membutuhkan penghargaan, penerimaan, dan pengakuan dari orang lain. Penghargaan dan penerimaan serta pengakuan membawa dampak bagi diri seseorang yaitu perasaan bahwa dirinya berharga dan diakui kehadirannya oleh lingkungan sehingga menambah rasa percaya diri dan harga dirinya. Sebaliknya, orang yang merasa kurang dihargai, dihina atau dipandang rendah oleh orang lain akan berusaha mempertahankan harga dirinya. Menurut Daradjat, aspek-aspek harga diri meliputi :

a. *Felling of Belonging* (Perasaan Memiliki)

Ditunjukkan oleh kemampuan individu bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dan diterima oleh lingkungannya serta merasa dibutuhkan orang lain. Individu akan memiliki nilai yang positif akan dirinya bila mengalami perasaan diterima atau menilai dirinya sebagai bagian dari kelompoknya. Namun individu akan memiliki nilai yang negatif tentang dirinya bila individu mengalami perasaan tidak diterima.

b. *Felling of Worth* (Perasaan Berharga),

Ditunjukkan oleh kemampuan individu menghargai dirinya sendiri, percaya diri dan menerima apa adanya atas keadaan dirinya. Individu yang memiliki perasaan berharga akan menilai dirinya lebih positif dari pada individu yang tidak memiliki perasaan berharga.

c. *Felling of Competence* (Perasaan Berkompeten),

Ditunjukkan oleh kemampuan individu bahwa dirinya merasa mampu dan memiliki sikap optimis dalam menghadapi masalah kehidupan serta mampu mencapai tujuan hidupnya secara efisien.

D. Pengaruh *Social Comparison* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi

Social Comparison merupakan proses subyektif seseorang membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan orang lain yang berada dalam lingkungannya (Festinger, 1952 dalam Roslifa, 2016). Penampilan memang

menjadi faktor penting dalam diri seorang. Sehingga hal ini memicu seseorang untuk selalu berpenampilan sebaik mungkin. Bagi kebanyakan perempuan tampil cantik dan ideal merupakan sesuatu yang sangat diinginkan. Wajar saja jika setiap orang memiliki standar kecantikan dan ideal masing masing. Namun hal itu menjadi buruk jika seseorang akan melakukan perbandingan dengan orang lain pada porsi yang tidak semestinya. Helena dan Aditomo (2007) mengatakan bahwa *Social Comparison* terhadap tubuh berkaitan dengan objektifitas diri pada perempuan. Teori objektifitasi ini menjelaskan tentang tubuh perempuan yang dinilai berdasarkan bagaimana penampilannya. Hal ini akan membuat perempuan lebih mementingkan penampilannya dibandingkan kemampuannya sebagai manusia.

Perbandingan ini dilakukan oleh sebagian perempuan adalah untuk mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai standart ideal yang telah diciptakan. Semakin sering seorang wanita membandingkan tubuhnya dengan tubuh wanita lain menyebabkan mereka semakin tidak puas dengan tubuhnya (Tylka & Sabik, 2010). Hal ini sesuai dengan pernyataan Jones (2001) bahwa *Social Comparison* merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan *body image* yang kemudian akan memengaruhi kepuasan tubuh seseorang.

Penyebab munculnya *body dissatisfaction* pada wanita, adalah tekanan dari orang-orang sekitar untuk menjadi kurus selain itu media juga berpengaruh besar. Seperti halnya kebiasaan kuat dalam keluarga maupun lingkungan untuk senantiasa membanding-bandingkan individu dengan orang lain (Gunawan 2009) membuat para wanita semakin merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang

dimiliki. Keberadaan media pada zaman sekarang yang terus berkembang akan muncul tokoh tokoh idola baru. Mudahnya mengakses dan siapapun dapat menjadi idola atau artiss membuat beberapa perempuan juga ikut berlomba untuk berpenampilan semenarik dan seideal mungkin.

Tidak heran jika selain faktor orang lain dalam lingkungan ada media yang ikut menjadi faktor pendukung seseorang untuk melaukan perbandingan. Perbandingan-perbandingan tersebut membuat wanita semakin sering mengamati tubuhnya dan sekaligus menstimulasi mereka untuk membandingkan tubuhnya dengan wanita lain yang bertujuan untuk mendapatkan tubuh sesuai dengan standar yang ada.

E. Pengaruh *Self Esteem* Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi

Setiap orang memiliki perhatian besar terhadap penampilan fisiknya. Menurut sebagian orang penampilan fisik merupakan salah satu aset penting yang harus terlihat ideal dan bagus dihadapan orang lain. Bagaimana orang menilai atau bentuk mengevaluasi diri secara keseluruhan disebut *Self Esteem*. Menurut Rosenberg (dalam Iramayanti, 2009) harga-diri (*self-esteem*) merupakan suatu evaluasi positif ataupun negatif terhadap diri sendiri (*self*). Dengan kata lain harga-diri adalah bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Harga-diri global adalah sikap positif atau negatif seseorang akan dirinya secara keseluruhan.

Bagaimana seseorang menilai tentang dirinya akan memiliki pengaruh besar terhadap sikap dan perilaku individu tersebut. Semakin baik penilaian orang tentang penampilan dan dirinya maka akan semakin tinggi tingkat *Self Esteem* orang tersebut. Apabila seseorang memiliki *Self Esteem* yang tinggi, ini

menunjukkan bahwa dia memiliki tingkat kepuasan dalam dirinya yang tinggi. Seseorang yang memiliki tingkat kepuasan yang tinggi dalam dirinya, akan menerima apapun yang ada dalam dirinya. Termasuk tubuh yang dimilikinya. Hal ini berarti semakin tinggi *Self Esteem* maka semakin rendah *Body Dissatisfaction* yang dimiliki seseorang.

Menurut Second dan Jourard ketidakpuasan terhadap citra tubuh memiliki hubungan dengan *Self Esteem*. Hubungan ini bersifat negatif, karena apabila individu memiliki ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang tinggi maka *Self Esteem* yang dimiliki rendah. Studi telah menemukan bahwa penurunan harga diri berkontribusi terhadap ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya (Abell & Richards, 1996; Gleason, Alexander, & Somers, 2000) dan gejala bulimia (Vohs, Bardone, Joiner, Abramson, & Heatherton, 1999) sehingga tidak tercapainya tubuh yang ideal dapat mengakibatkan rendahnya harga diri secara terus menerus (dalam Sari, 2018).

F. Pengaruh Antara *Social Comparison* Dan *Self Esteem* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi

Bagi kebanyakan perempuan masih ada yang merasa sedih jika penampilannya menimbulkan kesan yang tidak baik terhadap orang lain. Hal ini akan membuat seseorang merasa kecewa atau minder dengan citra tubuh yang dimilikinya. Sehingga jika seseorang tidak nyaman dengan penampilan tubuhnya, ini berarti dia mengalami ketidakpuasan dalam dirinya. Cross & Cross (dalam Milligan & Mary Pritchard 2006) menambahkan bahwa penampilan sangat penting bagi umat

manusia karena dukungan sosial, popularitas, pemilihan teman hidup dan karier dipengaruhi oleh penampilan prima dan daya tarik fisik seseorang. Sebagian besar, golongan dewasa muda masih banyak memberi perhatian terhadap penampilan fisiknya (dalam Rohmah, 2014). Mereka merasa gundah, sedih atau stres kalau penampilannya menimbulkan kesan yang tidak baik terhadap orang lain.

Menurut Santrock (2007), orang dewasa muda termasuk masa transisi, baik transisi secara fisik, transisi secara intelektual serta transisi peran sosial. Mahasiswa merupakan suatu masa peralihan dari masa remaja menuju masadewasa awal. Menurut Gunawati (2006) mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun. Secara hukum dewasa awal sejak seseorang menginjak usia 21 tahun (meskipun belum menikah) atau sejak seseorang menikah (meskipun belum berusia 21 tahun).

Dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki, Mahasiswi memiliki evaluasi citra tubuh negatif dan investasi yang kuat dalam penampilannya. Bukti menunjukkan bahwa jika seorang wanita berada dalam batas berat badan yang sehat, dibandingkan dengan pria, wanita lebih mungkin untuk berpikir dia kelebihan berat badan dan berusaha untuk menurunkan berat badan (Green, 1997). Misalnya, Fernandez - Aranda (2004) menemukan bahwa laki-laki tidak khawatir dengan berat badannya, namun lebih khawatir dengan bentuk otot tubuhnya. Terlepas dari itu, laki-laki menjadi semakin tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Fakta menunjukkan bahwa laki-laki menjadi kurang puas dengan bentuk tubuhnya

terutama untuk atlet laki-laki yang mencoba menyesuaikan tubuh atletisnya. Faucher (2007 dalam Rahmawati, 2007), menyatakan bahwa *Body Dissatisfaction* adalah berasal dari perasaan tidak puas yang timbul dari citra tubuh yang dimiliki seseorang. Citra tubuh sendiri adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya serta perasaannya terhadap karakteristik dari tubuhnya. Jika lingkungan memberikan respon atau pengaruh positif terhadap seseorang maka akan membuat seorang untuk berfikir positif juga. Namun jika lingkungan memberikan respon atau pengaruh yang negatif hal ini akan memicu seseorang untuk berfikir negatif juga.

Salah satu respon atau pengaruh negatif adalah mengomentari tubuh seseorang, atau membandingkan orang lain terhadap dirinya atau justru sebaliknya. Perbandingan yang dilakukan untuk tujuan mengevaluasi diri baik dengan orang lain adalah *Social Comparison*. Menurut Jones (2001) bahwa *Social Comparison* merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan *body image* yang kemudian akan memengaruhi kepuasan tubuh seseorang.

Seseorang yang memiliki kecenderungan untuk melakukan Perbandingan terhadap orang lain secara berlebihan akan membuat seseorang terus merasa kurang dan sulit untuk menerima dirinya sendiri. Hal ini tentu tidak baik untuk dirinya. Dampak dari perbandingan ini akan berlanjut pada usaha untuk mencapai keinginannya menjadi ideal. Tentu sangat bagus jika melakukan sesuai dengan porsi. Namun hal ini akan berubah menjadi buruk apabila perbandingan

yang berlebihan lalu diikuti usaha yang tidak masuk akal dan merugikan kesehatan.

Social Comparison tentunya tidak hanya karena diri sendiri, akan tetapi lingkungan dapat mempengaruhi seseorang. Respon negatif maupun positif yang diterima seseorang dari lingkungan dapat mempengaruhi *Self Esteem*. Seseorang yang menerima respon positif dari lingkungan terhadap dirinya secara fisik maka *Self Esteem* yang dimilikinya akan meningkat, namun apabila seorang individu menerima respon negatif dari lingkungan tentang dirinya maka seseorang akan merasa rendah diri dan tidak berguna saat berada di masyarakat.

Self Esteem seseorang merupakan hasil dari bagaimana dia menilai dirinya keseluruhan. Tinggi rendahnya *Self Esteem* seseorang dapat dilihat dari bagaimana sikap dan perilakunya. Jika individu tersebut memiliki *Self Esteem* yang tinggi maka tingkah lakunya akan menjadi positif. Termasuk bagaimana seseorang memandang lingkungan sekitarnya. Apabila seseorang memiliki *Self Esteem* rendah perilaku mereka cenderung akan tidak percaya diri dan merasa tidak puas dengan apa yang dimiliki.

Self Esteem oleh Coopersmith didefinisikan sebagai evaluasi (penilaian) diri yang ditegaskan dan dipertahankan oleh individu dan berasal dari interaksi individu dengan orang-orang terdekat dengan lingkungannya dan dari sejumlah penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang lain yang diterima oleh individu. Menurut Harre (1996) *Self Esteem* dinyatakan dengan sikap menyetujui atau tidak

menyetujui dan menunjukkan sejauh mana orang menganggap dirinya mampu, berarti sukses dan berharga (dalam Rohmah 2014).

Berkaitan dengan Ketidakpuasan Tubuh, *Self Esteem* juga memiliki hubungan dengan *Body Dissatisfaction*. Hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan *Self Esteem* bersifat negatif, artinya semakin tinggi variabel *Body Dissatisfaction* maka semakin rendah *Self Esteem* yang dimiliki oleh individu. Hal itu sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hatata (2009) dikutip dari Rohmah (2014) mengenai prediktor yang menyebabkan rendahnya *Self Esteem*, *Body Dissatisfaction* diketahui cukup memberikan kontribusi yang menyebabkan rendahnya *Self Esteem*, dengan $r = -0,53$ dan signifikansi sebesar 0,000 yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Body Dissatisfaction* dengan *Self Esteem* atau dengan kata lain rendahnya *Body Dissatisfaction* dapat meminimalkan kecenderungan akan *Self Esteem* yang rendah.

G. Hipotesis

Ha :

1. Terdapat pengaruh antara *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Terdapat pengaruh antara *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Terdapat pengaruh antara *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Bagian yang paling utama dalam membuat suatu penelitian adalah bagaimana membuat rencana (rancangan penelitian). Menurut Arikunto (2006), yang dimaksud dengan rencana penelitian adalah rancangan yang dibuat oleh peneliti sebagai ancar-ancar kegiatan yang akan dilaksanakan. Rancangan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang terstruktur dan mengkuantifikasikan data untuk dapat digeneralisasikan (Anshori & Iswati, 2009). Pada umumnya, penelitian kuantitatif merupakan penelitian sampel besar (Azwar dalam Setyani, 2017). Menurut Creswell (2010) penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel.

Penelitian ini menguji “Pengaruh *Social comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain yaitu metode regresi, yang mencari pola hubungan (secara sistematis) antara dua variabel atau lebih. Gujarati (2006) mendefinisikan analisis regresi sebagai kajian terhadap hubungan satu variabel yang disebut sebagai variabel yang diterangkan (*the explained variabel*) dengan satu atau dua variabel yang menerangkan (*the explanatory*).

B. Identifikasi Variabel

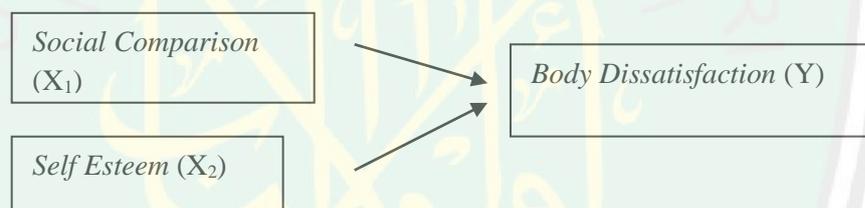
Dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas atau variabel independen yaitu *Social Comparison* dan *Self Esteem* , sedangkan variabel terikat atau variable dependen yaitu *Body Dissatisfaction* .

Variabel (X_1) : *Social Comparison*

Variabel (X_2) : *Self Esteem*

Variabel terikat (Y) : *Body Dissatisfaction*

Hubungan antar variabel digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.1 Skema Rancangan Penelitian

C. Definisi Operasional

1. *Body Dissatisfaction*

Body Dissatisfaction merupakan pemahaman individu yang berbentuk sebuah pikiran, perasaan dan perilaku yang cenderung negatif atau tidak puasnya seseorang terhadap penampilan tubuh yang dimiliki. Untuk mengukur variabel *Body Dissatisfaction* digunakan skala yang peneliti buat sendiri berdasarkan sumber-sumber pengetahuan akan diri sendiri yang dikemukakan oleh Thompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-

Dunn, (1999) yang terdiri dari Afektif (10 item), Kognitif (11 item), dan Perilaku (9 item).

2. *Social comparison*

Social Comparison merupakan sebuah bentuk evaluasi (penilaian) seseorang terhadap dirinya dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain. Pada penelitian ini subjek pembandingan adalah teman keseharian. Untuk mengukur variabel ini menggunakan skala yang dikembangkan oleh O'Brien *et al.* (2009). Alat ukur ini memiliki dua aspek yaitu *Upward* (perbandingan keatas) dan *Downward* (perbandingan kebawah). Jumlah item pada aspek *Upward Comparison* 10 item dan *Downward Comparison* sejumlah 10 item.

3. *Self Esteem*

Self Esteem adalah persepsi individu tentang bagaimana menilai dirinya berharga atau tidak berharga yang dapat membentuk perilaku positif maupun negatif. Untuk mengukur *self-esteem* digunakan sebuah skala yang diadopsi dari *Self Esteem* Inventori yang dikembangkan oleh Coopersmith (1967) Alat ukur ini diukur melalui beberapa aspek yaitu kekuatan (*power*) sejumlah 8 item, Kebajikan (*virtue*) 7 item, Keberartian (*significance*) 8 item, dan Kemampuan (*Competence*) 7 item.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah daerah generalisasi yang akan dikenai kesimpulan hasil penelitian (Azwar, 2011). Penentuan populasi dalam suatu penelitian menjadi hal penting karena melalui penentuan populasi, seluruh kegiatan penelitian akan relevan dengan tujuan penelitian. Populasi pada Penelitian ini adalah Mahasiswi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Sampel merupakan bagian dari populasi, tentu ia harus memiliki karakteristik yang dimiliki oleh populasinya. Apakah suatu sampel merupakan representasi yang baik bagi populasinya sangat tergantung pada sejauhmana karakteristik sampel itu sama dengan karakteristik populasinya. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan sampel populasi dimana keseluruhan dari populasi dijadikan sebagai sampel penelitian (Azwar, 2014).

Teknik pengumpulan sampel akan dilakukan secara *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik sampling yang digunakan oleh peneliti dengan subjek memiliki karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian (Idrus, 2009). Adapun karakteristik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah subjek mahasiswa yang masih aktif di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Mahasiswi, memiliki rentan usia 21 tahun sampai 23 tahun, dan mengalami ketidakpuasan pada tubuhnya.

E. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara atau teknik yang digunakan peneliti untuk mendapatkan data sebanyak-banyaknya mengenai masalah yang

ingin diteliti dan menggunakan cara yang paling relevan dengan masalah yang ingin diteliti serta dapat dipertanggungjawabkan atas data tersebut. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Kuesioner

Skala menunjuk pada sebuah instrument pengumpul data yang bentuknya seperti daftar cocok tetapi yang disediakan merupakan sesuatu yang berjenjang (Arikunto, 2005). Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada skala Likert yaitu skala yang berisi pernyataan-pernyataan mengenai objek sikap dengan menggunakan prosedur sebagai berikut sesuai variable masing masing :

a. *Body Dissatisfaction*

Untuk mengukur variabel *Body Dissatisfaction* digunakan skala yang peneliti buat sendiri berdasarkan sumber-sumber pengetahuan akan diri sendiri yang dikemukakan oleh Thompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn, (1999) . Aspek tersebut yaitu komponen afektif,kognitif dan perilaku. Setiap berisi pernyataan yang mana masing masing nya mengandung empat jenis pilihan untuk merespon, yaitu "SS (Sangat Setuju)", "S (Setuju)", "TS (Tidak Setuju)", dan "STS (Sangat Tidak Setuju)". Nilai skor a bergerak dari 4-1 untuk a favorable dan 1-4 untuk a unfavorable. Adapun skala *Body Dissatisfaction* untuk uji coba adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 *Blueprint uji coba Skala Body Dissatisfaction*

Aspek	Indikator	No		Jumlah
		F	UF	
Afektif	1. adanya perasaan kecewa/ tidak puas akan fisik	1,2,3,4	5	5
	2. merasa rendah diri/ tidak bangga dengan keadaan fisik	6,8	7,9,10	5
Kognitif	1. adanya keinginan untuk mengubah tampilan fisik	,11,12, 13,21	14,15	6
	2. memiliki pengetahuan dan asumsi yang salah mengenai tubuhnya	16,17, 18,19, 20		5
Perilaku	1. Membandingkan tampilan fisik dengan orang lain	22,23, 24,25		4
	2. tindakan tidak menyenangkan dari orang lain	26,27, 28	29,30	5
Jumlah				30

b. *Social comparison*

Skala *Social Comparison* yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur seberapa sering individu melakukan perbandingan dirinya terhadap orang lain, menggunakan skala yang dikembangkan oleh O'Brien *et al.* (2009). Alat ukur ini memiliki dua aspek yaitu *Upward* (perbandingan keatas) dan *Downward* (perbandingan kebawah). Setiap berisi pernyataan yang mana masing masing nya mengandung empat jenis pilihan untuk merespon, yaitu "SS (Sangat

Setuju)", "S (Setuju)", "TS (Tidak Setuju)", dan "STS (Sangat Tidak Setuju)". Nilai skor a bergerak dari 4-1 untuk a favorable dan 1-4 untuk a unfavorable. Adapun blue print dari skala *Social Comparison* untuk uji coba adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala *Social comparison*

Aspek	Indikator	No		Jumlah
		F	UF	
<i>Upward Comparison</i> (perbandingan keatas)	1) Mengevaluasi dirinya dengan orang yang lebih ideal	1,2,3,4,5	6	6
	2) Menilai standart kecantikan berdasar orang yang lebih ideal	7,9,10	8	4
<i>Downward Comparison</i> (perbandingan kebawah)	1) Mengevaluasi dirinya dengan membandingkan orang yang dianggap sama atau lebih buruk	11,12,13,15,16	14	6
	2) Memandang dirinya lebih baik dibandingkan orang lain	17,18,19,20		4
Jumlah				20

c. *Self Esteem*

Untuk mengukur self-esteem digunakan sebuah skala yang diadopsi dari *Self Esteem Inventori* yang dikembangkan oleh Coopersmith (1967) Alat ukur ini diukur melalui beberapa aspek yaitu

kekuata (*power*), Kebajikan (*virtue*), Keberartian (*significance*), dan Kemampuan (*Competence*). Setiap berisi pernyataan yang mana masing-masingnya mengandung empat jenis pilihan untuk merespon, yaitu "SS (Sangat Setuju)", "S (Setuju)", "TS (Tidak Setuju)", dan "STS (Sangat Tidak Setuju)". Nilai skor bergerak dari 4-1 untuk favorable dan 1-4 untuk unfavorable. Adapun blue print dari skala self-esteem untuk uji coba adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3 *Blueprint* Skala *Self Esteem*

Aspek	Indikator	No		Jumlah
		F	UF	
Kekuatan (<i>power</i>)	1. Mampu mengatur dan mengontrol tingkah laku	1,4	2,3	4
	2. Dihormati orang lain	6,7,8	5	4
Kebajikan (<i>virtue</i>)	1. Taat untuk mengikuti norma atau standar moral yang harus dihindari dan harus dilakukan	9,10,11,12	13,14,15	7
Keberartian (<i>significance</i>)	1. Memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri	16,17	18,19	4
	2. Mendapat penerimaan apa adanya dari lingkungan	20	21,22,23	4
Kemampuan (<i>Competence</i>)	1. Mampu untuk mengerjakan tugas dengan baik	25	24,26	3
	2. Memiliki tuntutan untuk berhasil	30	27,28,29	4
Jumlah				30

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya,

atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan tujuan dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran penelitian dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah (Azwar dalam Prasetyo, 2006).

Penelitian ini, menggunakan metode *professional judgement*, yang merupakan pendapat para ahli atau pakar tentang skala yang akan diukur (Idrus, 2009). Dengan demikian, dapat diketahui validitas melalui validitas isi untuk mengetahui sejauh mana isi skala dapat mengukur hal yang seharusnya diukur. Penelitian ini menggunakan CVR sebagai pendekatan validitas isi untuk mengetahui kesesuaian dengan tujuan pengukuran yang diukur berdasarkan *judgement* para ahli (Lawshe, 1975). Sejumlah ahli panel diminta untuk memeriksa setiap komponen pada instrument pengukuran yang kemudian masukan para ahli ini digunakan untuk menghitung CVR. Lawshe (dalam Azwar, 2012) mengusulkan bahwa masing-masing penilai yang ahli (*Subject Matter Expert*) diminta untuk menilai apakah dalam skala tersebut penting dalam upaya pengoperasionalisasikan konstruk yang akan diukur. Hasil dari penilaian ahli dihitung menggunakan rumus CVR Lawshe (Azwar, 2012) sebagai berikut:

$$CVR = (2ne/n) - 1$$

Keterangan:

CVR : *Content Validity Ratio*

ne : Banyaknya SME yang menilai relevan

n : Banyaknya SME yang memberikan penilaian

Tabel 3.4Daftar Nama Ahli Panel *Content Validity Ratio*

NAMA	PELAKSANAAN
Dr. Mohammad Mahpur	16 Agustus 2018
Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si	14 Agustus 2018
Dr. Retno Mangestuti, M.Si	14 Agustus 2018
Dr. Yulia Sholichatun, M.Si	18 Agustus 2018
M. Anwar Fuady, MA	15 Agustus 2018
Yusuf Ratu Agung, MA	18 Agustus 2018

Proses CVR dilakukan dengan memberikan 1 eksemplar skala *Body Dissatisfaction* dengan jumlah 30, 1 eksemplar skala *Social Comparison* dengan dengan jumlah 20 dan 1 eksemplar skala *Self Esteem* dengan jumlah 30. Para ahli tersebut adalah dosen yang ahli dalam bidang psikologi. Mereka diminta untuk menilai kesesuaian dengan indikator.

Setelah dilakukan CVR, ada beberapa ahli yang menyarankan untuk membenahi redaksi serta mengurangi yang dirasa kurang relevan.

Berdasarkan tabel kritis hasil CVR yang ditetapkan Lawshe untuk pengujian dengan jumlah ahli 8 UKM (nilai minimum = 0,75), maka beberapa di bawah 0,75 dinyatakan tidak memenuhi syarat dan harus gugur. Sedangkan untuk pengujian dengan jumlah ahli 7 UKM (nilai Minimum 0,99) maka beberapa dibawah 0,99 gugur.

Tabel 3.5 Hasil CVR

NO	Skala	Jumlah SME	Jumlah sebelum CVR	Jumlah gugur	Jumlah Akhir
1	<i>Body Dissatisfaction</i>	6	30	8	22
2	<i>Social comparison</i>	5	20	5	15
3	<i>Self Esteem</i>	6	30	7	23

Uji validitas pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 16.0 for windows*. Standar untuk menentukan validitas memiliki koefisien korelasi (r) $\geq 0,30$, namun bila masih belum mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat diturunkan di bawah 0,30 misalnya menjadi 0,25. Adapun uji validitas pada penelitian ini dapat dijelaskan pada pada tabel berikut :

Tabel 3.6 : Hasil Uji Validitas Skala *Body Dissatisfaction*

NO	Aspek	Nomor	
		Gugur	Valid
1	Afektif	5	1,2,3,4,6,8
2	Kognitif	0	9,10,11,21,22
3	Perilaku	0	12,13,14,15,16,17,18,19,20
Jumlah		1	21

Hasil analisis terhadap 22 skala *Body Dissatisfaction* yang telah diujikan menggunakan CVR yang kemudian diujikan kevalidannya

dengan uji daya 0,25 pada 94 responden menghasilkan 21 valid dan 1 gugur.

Tabel 3.7 : Hasil Uji Validitas Skala *Social Comparison*

NO	Aspek	Nomor	
		Gugur	Valid
1	Perbandingan keatas	1,2,3,4,6,7	5,8
2	Perbandingan kebawah	13,14	9,10,11,12,15
Jumlah		8	7

Hasil analisis validitas terhadap 15 skala *Social Comparison* dengan uji daya 0,25 menghasilkan 7 valid dan 8 gugur.

Tabel 3.8 : Hasil Uji Validitas Skala *Self Esteem*

NO	Aspek	Nomor	
		Gugur	Valid
1	Kekuatan (<i>power</i>)	2	1,3,4,5
2	Kebajikan (<i>virtue</i>)	10,11	6,7,8,9
3	Keberartian (<i>significance</i>)	0	12,13,14,15,16,17
4	Kemampuan (<i>Competence</i>)	0	18,19,20,21,22,23
Jumlah		3	20

Hasil analisis validitas terhadap 23 skala pengelolaan waktu dengan uji daya 0,25 menghasilkan 20 valid dan 3 gugur.

Tabel 3.9 : Hasil Uji Validitas

No	Skala	Hasil
1	<i>Body Dissatisfaction</i>	0,313- 0,618
2	<i>Social comparison</i>	0,319- 0,689
3	<i>Self Esteem</i>	0,240-0,627

Berdasarkan tabel 3.9 diketahui bahwa pada skala *Body Dissatisfaction* yang dinyatakan valid memiliki nilai r antara 0,313- 0,618, skala *Social Comparison* memiliki nilai r antara 0,319- 0,689 dan pada skala *Self Esteem* yang memiliki r antara 0,319- 0,689.

2. Reliabilitas

Reliabilitas mengarah pada keakuratan dan ketepatan dari suatu alat ukur yang disesuaikan dalam suatu prosedur pengukuran. Koefisien reliabilitas mengindikasikan adanya stabilitas skor yang didapatkan oleh individu, yang merefleksikan adanya proses reproduksi skor. Dalam penelitian ini, menggunakan uji reliabilitas instrumen menggunakan nilai koefisien *alpha cronbach* dalam SPSS dengan nilai $\geq 0,5$.

Tabel 3.10 : Hasil Uji Reliabilitas

No	Skala	<i>Alpha Cronbach</i>	Keterangan
1	<i>Body Dissatisfaction</i>	0,863	Reliable
2	<i>Social comparison</i>	0,746	Reliable
3	<i>Self Esteem</i>	0,846	Reliable

Hasil uji reliabilitas terhadap ketiga skala tersebut dapat dikatakan reliable karena skala tersebut memiliki nilai alpha yang mendekati 1,00 yang berarti bahwa ketiga skala tersebut reliable dan dinyatakan pantas dijadikan sebagai alat ukur.

3. Uji Asumsi

Sebagai syarat penggunaan *statistic parametric*, amka sebelum dianalisis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data yang diperoleh:

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah nilai-nilai yang diperoleh dari hasil pengumpulan data sesuai dengan distribusi normal atau tidak, dengan syarat sig. > 0.05 (Aisyah, 2015).

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantug itu linier atau tidak yang akan dilakukan menggunakan analisis regresi, dengan syarat sig. < 0.05 (Aisyah, 2015).

c. Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas merupakan uji yang digunakan untuk menunjukkan bahwa varians variabel tidak sama untuk semua pengamatan. Model regresi yang baik adalah tidak terjadi

heterokedastisitas. Disebutkan pula menurut Nisfiannor pada tahun 2008, ada beberapa cara untuk mengetahui heterokedastisitas antara lain dengan melihat *scatterplots* antara nilai prediksi variabel terikat, yaitu ZPRED (sumbu X) dengan residualnya SRESID (sumbu Y). Jika terbentuk pola (titik-titik) tertentu dan teratur seperti bergelombang, melebar kemudian menyempit, maka terjadilah heterokedastisitas. Akan tetapi, jika tidak ada pola yang teratur, serta titik-titik menyebar di bawah dan di atas angka 0 sumbu Y, maka tidak terjadi heterokedastisitas (Aisyah, 2015).

G. Teknik Analisis Data

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh yang signifikan antara *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi. Teknik analisis data yang digunakan adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode regresi, yang mencari pola hubungan (secara sistematis) antara dua variabel atau lebih memodelkan variabel Y dengan variabel prediktor X dengan menggunakan aplikasi SPSS 16.0 for windows (*Statistical Product and Service Solution*).

Kemudian dilakukan uji prasyarat untuk menentukan normalitas dan linieritas pada data agar dapat dianalisa dengan menggunakan regresi dengan uji normalitas dan uji linieritas yang merupakan syarat untuk melakukan uji analisis *simple regression* dengan tujuan menarik kesimpulan yang tidak menyimpang dari kebenaran. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normalitas sebaran data

penelitian, yaitu jika taraf signifikan lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) berarti data berdistribusi normal. Apabila sebaliknya, jika taraf signifikan kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka data berdistribusi tidak normal.

1. Analisa Deskripsi

Analisis deskripsi bertujuan untuk memaparkan data hasil penelitian.

Data mentah yang sudah diperoleh dianalisis dalam beberapa tahap sebagai berikut:

a. Mean Hipotetik

Mencari *mean* hipotetik dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$M = \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \times \Sigma$$

Keterangan :

M : *Mean* Hipotetik

I Max : Skor tertinggi

I Min : Skor terendah

Σ : Jumlah dalam skala

b. Standar Deviasi

Setelah *mean* diketahui, langkah selanjutnya yaitu mencari standar deviasi (SD), adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$SD = \frac{1}{6} (i \text{ Max} - i \text{ Min})$$

Keterangan :

SD : Standar Deviasi

i Max : Skor tertinggi subyek

i min : Skor terendah Subyek

c. Kategorisasi

Untuk mengetahui tingkat *Social Comparison* , *Self Esteem* dan *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi maka akan digolongkan berdasarkan klasifikasi kategorisasi dengan rumus :

Tabel 3.11: Norma Kategorisasi

Rumusan	Kategorisasi
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) > X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Sedang
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah

2. Analisa Regresi Linier Berganda

Analisa regresi merupakan salah satu alat analisis yang menjelaskan tentang akibat-akibat dan besarnya akibat yang ditimbulkan oleh satu atau lebih variabel bebas terhadap satu variabel terikat (Sudarmanto,2005).

Analisa regresi linier berganda merupakan regresi yang memiliki satu variabel terikat dua atau lebih variabel beabs (Sujarweni & Endrayanti,2012). Analisa ini digunakan untuk mengetahui bagaimana keadaan (naik turunnya) variabel terikat (*Body Dissatisfaction*), bila dua

atau lebih variabel bebas (*Social comparison* dan *Self Esteem*) sebagai faktor prediktor dimanipulasi (dinaik turunkan nilainya).



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Universitas Islam Negeri (UIN) Malang berdiri berdasarkan Surat Keputusan Presiden No. 50 tanggal 21 Juni 2004. Bermula dari gagasan para tokoh Jawa Timur untuk mendirikan lembaga pendidikan tinggi Islam di bawah Departemen Agama, dibentuklah Panitia Pendirian IAIN Cabang Surabaya melalui Surat Keputusan Menteri Agama No. 17 Tahun 1961 yang bertugas untuk mendirikan Fakultas Syariah yang berkedudukan di Surabaya dan Fakultas Tarbiyah yang berkedudukan di Malang. Keduanya merupakan fakultas cabang IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan diresmikan secara bersamaan oleh Menteri Agama pada 28 Oktober 1961. Pada 1 Oktober 1964 didirikan juga Fakultas Ushuluddin yang berkedudukan di Kediri melalui Surat Keputusan Menteri Agama No. 66/1964.

Dalam perkembangannya, ketiga fakultas cabang tersebut digabung dan secara struktural berada di bawah naungan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Sunan Ampel yang didirikan berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama No. 20 tahun 1965. Sejak saat itu, Fakultas Tarbiyah Malang merupakan fakultas cabang IAIN Sunan Ampel. Melalui Keputusan Presiden No. 11 Tahun 1997, pada pertengahan 1997 Fakultas Tarbiyah Malang IAIN Sunan Ampel beralih status menjadi

Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang bersamaan dengan perubahan status kelembagaan semua fakultas cabang di lingkungan IAIN se-Indonesia yang berjumlah 33 buah. Dengan demikian, sejak saat itu pula STAIN Malang merupakan lembaga pendidikan tinggi Islam otonom yang lepas dari IAIN Sunan Ampel.

Di dalam rencana strategis pengembangannya sebagaimana tertuang dalam Rencana Strategis Pengembangan STAIN Malang Sepuluh Tahun ke Depan (1998/1999-2008/2009), pada paruh kedua waktu periode pengembangannya STAIN Malang mencanangkan mengubah status kelembagaannya menjadi universitas. Melalui upaya yang sungguh-sungguh dan bertanggungjawab usulan menjadi universitas disetujui Presiden melalui Surat Keputusan Presiden RI No. 50, tanggal 21 Juni 2004 dan diresmikan oleh Menko Kesra ad Interim Prof. H.A. Malik Fadjar, M.Sc bersama Menteri Agama Prof. Dr. H. Said Agil Husin Munawwar, M.A. atas nama Presiden pada 8 Oktober 2004 dengan nama Universitas Islam Negeri (UIN) Malang dengan tugas utamanya adalah menyelenggarakan program pendidikan tinggi bidang ilmu agama Islam dan bidang ilmu umum. Dengan demikian, 21 Juni 2004 merupakan hari jadi Universitas ini.

Sempat bernama Universitas Islam Indonesia-Sudan (UIIS) sebagai implementasi kerjasama antara pemerintah Indonesia dan Sudan dan diresmikan oleh Wakil Presiden RI H. Hamzah Haz pada 21 Juli 2002 yang juga dihadiri oleh Wakil Presiden Republik Sudan serta para pejabat

tinggi pemerintah Sudan, secara spesifik akademik, Universitas ini mengembangkan ilmu pengetahuan tidak saja bersumber dari metode-metode ilmiah melalui penalaran logis seperti observasi dan eksperimentasi, tetapi juga bersumber dari al-Qur'an dan Hadits yang selanjutnya disebut paradigma integrasi. Oleh karena itu, posisi al-Qur'an, Hadits menjadi sangat sentral dalam kerangka integrasi keilmuan tersebut.

Secara kelembagaan, sampai saat ini Universitas ini memiliki 6 (enam) fakultas dan Program Pascasarjana, yaitu: (1) Fakultas Tarbiyah, Jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI), Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), dan Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI), (2) Fakultas Syariah, Jurusan Al-Ahwal al-Syakhshiyah, dan Hukum Bisnis Syariah (3) Fakultas Humaniora dan Budaya, Jurusan Bahasa dan Sastra Arab, Jurusan Bahasa dan Sastra Inggris, dan Jurusan Pendidikan Bahasa Arab (4) Fakultas Ekonomi, Jurusan Manajemen, (5) Fakultas Psikologi, dan (6) Fakultas Sains dan Teknologi, Jurusan Matematika, Biologi, Fisika, Kimia, Teknik Informatika, dan Teknik Arsitektur, dan Program Pascasarjana mengembangkan 4 (empat) program studi magister, yaitu: (1) Program Magister Manajemen Pendidikan Islam, (2) Program Magister Pendidikan Bahasa Arab, (3) Program Magister Studi Ilmu Agama Islam, dan (4) Program Magister Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI). Sedangkan untuk program doktor, Program Pascasarjana mengembangkan

2 (dua) program yaitu (1) Program Doktor Manajemen Pendidikan Islam dan (2) Program Doktor Pendidikan Bahasa Arab.

Ciri khusus lain Universitas ini sebagai implikasi dari model pengembangan keilmuannya adalah keharusan seluruh bagi anggota sivitas akademika menguasai bahasa Arab dan bahasa Inggris. Melalui bahasa Arab, diharapkan mereka mampu melakukan kajian Islam melalui sumber aslinya yaitu al-Qur'an dan Hadis dan melalui bahasa Inggris mereka diharapkan mampu mengkaji ilmu-ilmu umum dan modern, selain sebagai piranti komunikasi global. Karena itu pula, Universitas ini disebut *bilingual university*. Untuk mencapai maksud tersebut, dikembangkan *ma'had* atau pesantren kampus di mana seluruh mahasiswa tahun pertama harus tinggal di *ma'had*. Karena itu, pendidikan di Universitas ini merupakan sintesis antara tradisi universitas dan *ma'had* atau pesantren.

Melalui model pendidikan semacam itu, diharapkan akan lahir lulusan yang berpredikat ulama yang intelek profesional dan atau intelek profesional yang ulama. Ciri utama sosok lulusan demikian adalah tidak saja menguasai disiplin ilmu masing-masing sesuai pilihannya, tetapi juga menguasai al-Qur'an dan Hadis sebagai sumber utama ajaran Islam.

2. Visi dan Misi

a. Visi

Visi Universitas adalah menjadi universitas Islam terkemuka dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran, penelitian, dan

pengabdian kepada masyarakat untuk menghasilkan lulusan yang memiliki kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu, dan kematangan profesional, dan menjadi pusat pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni yang bernafaskan Islam serta menjadi penggerak kemajuan masyarakat.

b. Misi

- 1) Mengantarkan mahasiswa memiliki kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu, dan kematangan profesional.
- 2) Memberikan pelayanan dan penghargaan kepada penggal ilmu pengetahuan, khususnya ilmu pengetahuan dan teknologi serta seni yang bernafaskan Islam.
- 3) Mengembangkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni melalui pengkajian dan penelitian ilmiah.
- 4) Menjunjung tinggi, mengamalkan, dan memberikan keteladanan dalam kehidupan atas dasar nilai-nilai Islam dan budaya luhur bangsa Indonesia.

3. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam kurun waktu dua minggu mulai dari tanggal 31 Agustus 2018- 14 September 2018.

4. Jumlah Subjek Penelitian Beserta Alasan Menetapkan Jumlah

Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 219 orang yang berusia 21-23 tahun. Mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini

berasal dari beberapa fakultas dan jurusan yang ada di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Alasan pemilihan responden dikarenakan masa ini ialah masa transisi dari masa remaja menuju dewasa dan fisik manusia berkembang mencapai puncaknya, serta munculnya keinginan memiliki penampilan menarik bagi lawan jenis (Santrock,2002)

5. Jumlah Subjek yang Datanya dianalisis beserta Alasan

Jumlah subjek yang datanya dianalisis adalah 93 dari total subjek 219 orang yang telah mengisi kuisisioner.karena dari 219 subjek yang telah mengisi kuisisioner tersebut hanya 93 orang yang menyatakan mengalami Ketidakpuasan dalam tubuh. Sesuai dengan karakteristik subjek yang telah ditetapkan oleh peneliti.Alasan peneliti tidak menganalisis 126 orang adalah karena subjek tersebut mengatakan bahwa diriya sudah merasa puas dengan tubuhnya sehingga tidak memenuhi syarat sebagai subjek dalam karakteristik yang telah ditentukan.

6. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menyebar skala kuisisioner melalui *google form*. Peneliti memberikan *link google form* kepada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang setiap jurusan melalui aplikasi *Chatting Whatsapp* secara personal pada masing-masing subjek dan memberikan *reward* berupa makanan ringan.

7. Hambatan-Hambatan yang dijumpai dalam Pelaksanaan Penelitian

Hambatan dalam proses penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Karena terbatasnya peneliti dalam penyebaran *google form* pada setiap jurusan, hal ini menyebabkan tidak semua mahasiswi yang berusia 21 tahun sampai 23 tahun mendapatkan *google form*.
- 2) Peneliti tidak mengenal keseluruhan mahasiswi dengan kategori usia 21 tahun sampai 23 tahun sehingga harus mengandalkan bantuan teman dari berbagai jurusan.

B. Pemaparan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji asumsi pada penelitian meliputi random, normalitas, dan linearitas. Uji asumsi dilakukan untuk membuktikan bahwa sampel dan data terhindar dari *Sampling Error*. Berikut penjelasan dari uji asumsi pada penelitian ini.

a. Random

Kriteria random yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bahwa subyek penelitian memiliki kriteria yang sama dan memiliki kesempatan yang sama sebagai subyek penelitian. Subyek dalam penelitian ini telah memenuhi kriteria random.

b. Uji Normalitas

Uji normalitas ini dilakukan menggunakan bantuan SPSS. Uji normalitas sebaran dilakukan untuk melihat distribusi skor variabel. Uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan melihat nilai signifikansi, jika nilai signifikansinya $> 0,05$ maka data berdistribusi normal dan jika nilai signifikansinya $< 0,05$ maka berdistribusi tidak normal. Hasil uji normalitas pada penelitian ini dapat pada tabel 4.1 berikut.

Tabel 4.1 : Hasil Uji Normalitas Sebaran

Variabel	Sig (P)	Status
<i>Body Dissatisfaction</i>	0,052	Normal
<i>Social comparison</i>	0,361	Normal
<i>Self Esteem</i>	0,202	Normal

Hasil uji normalitas sebagaimana tertera pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa ketiga variabel berdistribusi normal ($p > 0,05$) sehingga ketiga variabel tersebut memenuhi syarat untuk distribusi normal. Hal ini berarti skala yang mengukur ketiga variabel tersebut memunculkan skor yang normal yaitu tidak ada skor terlalu tinggi maupun rendah.

c. Uji Linearitas

Uji linear digunakan untuk melihat apakah data berkorelasi secara linier, data yang berkorelasi secara linier adalah syarat data dapat dianalisis menggunakan analisis linear berganda. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 16.0 *for windows*

dengan melihat nilai signifikansi. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas adalah jika nilai signifikansi $p > 0,05$ maka variabel memiliki hubungan yang linier. Hasil uji linearitas dapat dijelaskan pada tabel 4.2 berikut.

Tabel 4.2 : Tabel Hasil Uji Linearitas

Variabel Dependen	Prediktor	Signifikansi	Keterangan
<i>Body Dissatisfaction</i>	<i>Social comparison</i>	0,33	Linier
	<i>Self Esteem</i>	0,195	Linier

Berdasarkan pada tabel 4.2 terdapat hubungan yang linier karena nilai signifikansi pada tabel *deviation linearity* $p > 0,05$ sehingga variabel tersebut memenuhi kriteria linier.

2. Deskripsi Data

Analisis data dilakukan guna menjawab rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan pada bab sebelumnya, sekaligus untuk memenuhi tujuan dari penelitian ini. Untuk mengetahui deskripsi *Social Comparison*, *Self Esteem* dan *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, maka perhitungannya didasarkan pada distribusi normal yang diperoleh *mean* dan standar deviasi, dari hasil ini kemudian dilakukan pengelompokan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Adapun gambaran umum data penelitian yang meliputi variabel *Social Comparison*, *Self Esteem* dan *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

a. Skor Hipotetik

Untuk mengetahui deskripsi tingkat tinggi sedang rendahnya setiap variabel maka perhitungannya didasarkan pada Skor Hipotetik. Penggunaan skor hipotetik dalam penelitian ini adalah karena menggunakan alat ukur sebagai acuan dalam menentukan tinggi rendahnya skor subjek. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut.

Tabel 4.3 :Deskripsi skor Hipotetik

Skala	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Body Dissatisfaction</i>	21	84	52,5	10,5
<i>Social comparison</i>	8	32	20	4
<i>Self Esteem</i>	10	80	50	10

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) *Body Dissatisfaction*

$$\begin{aligned} \text{Mean} &= \frac{1}{2} (\text{nilai max item} + \text{nilai min item}) n \\ &= \frac{1}{2}(4+1).21=52,5 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{SD} &= \frac{1}{6} (i \text{ Max-i Min}) \\ &= \frac{1}{6}(84 - 21) = 10,5 \end{aligned}$$

Skala *Body Dissatisfaction* memiliki skor terendah sebesar 21 dan skor tertinggi sebesar 84 dengan *mean* sebesar 52,5 dan standar deviasi sebesar 10,5.

2) *Social comparison*

$$\begin{aligned} \text{Mean} &= \frac{1}{2} (\text{nilai max item} + \text{nilai min item}) n \\ &= \frac{1}{2}(4+1).8 \\ &= 20 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{SD} &= \frac{1}{6} (\text{i Max-i Min}) \\ &= \frac{1}{6}(32-8) \\ &= 4 \end{aligned}$$

Skala *Social Comparison* memiliki skor terendah sebesar 8 dan skor tertinggi 32 dengan *mean* sebesar 20 dan standar deviasi sebesar 4.

3) *Self Esteem*

$$\begin{aligned} \text{Mean} &= \frac{1}{2} (\text{nilai max item} + \text{nilai min item}) n \\ &= \frac{1}{2}(4+1).20 \\ &= 50 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{SD} &= \frac{1}{6} (\text{i Max-i Min}) \\ &= \frac{1}{6}(80-20) \\ &= 10 \end{aligned}$$

Skala *Self Esteem* memiliki skor terendah sebesar 20 dan skor tertinggi 80 dengan *mean* sebesar 50 dan standar deviasi 10.

b. Deskripsi Kategorisasi Data

Skor yang digunakan dalam kategorisasi data penelitian ini adalah skor *Hipotetik* dengan norma sebagai berikut.

Tabel 4.4 : Norma Kategorisasi

Norma	Kategori
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) > X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Sedang
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah

Untuk mengetahui kategori pada masing-masing variabel, peneliti menggunakan kategorisasi rentang untuk masing-masing responden dengan pembagian menjadi tiga interval yaitu tinggi, sedang dan rendah. Perhitungan kategorisasi pada masing-masing variabel menggunakan bantuan program SPSS 16.0 *for Windows*. Penjelasan secara terperinci pada masing-masing variabel dijelaskan pada rincian berikut ini.

1) *Body Dissatisfaction*

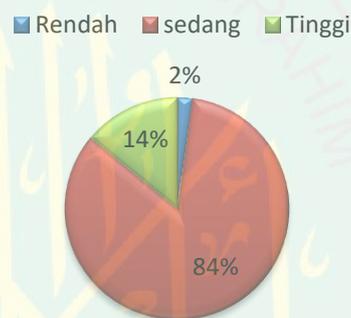
Kategorisasi tingkat *Body Dissatisfaction* subyek dijelaskan pada tabel 4.5 berikut ini.

Tabel 4.5 : Kategorisasi Skala *Body Dissatisfaction*

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>64	13	14,0%
Sedang	42-63	78	66,7 %

Rendah	<21	2	2,2%
--------	-----	---	------

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan bahwa Mahasiswi UIN Malang memiliki tingkat *Body Dissatisfaction* kategori tinggi sebanyak 14,0% dengan frekuensi subyek 13; kategori sedang sebanyak 66,7% dengan frekuensi subyek 78 dan 2,2% dengan frekuensi 2 subjek dikategori rendah. Diagram kategorisasi tingkat *Body Dissatisfaction* subyek penelitian dijelaskan pada gambar 4.1 berikut ini.



Gambar 4.1 : Diagram Kategorisasi Tingkat *Body Dissatisfaction*

Berdasarkan gambar 4.1 dapat diketahui bahwa kategorisasi *Body Dissatisfaction* terbanyak adalah kategori sedang yaitu sejumlah 83,9%.

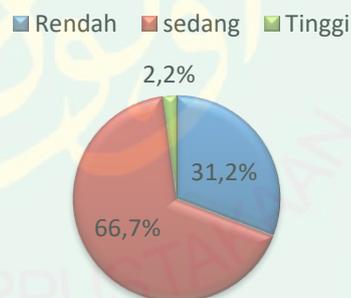
2) *Social Comparison*

Kategorisasi tingkat *Social Comparison* subyek dijelaskan pada tabel 4.6 berikut ini.

Tabel 4.6 : Kategorisasi Skala *Social Comparison*

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>25	2	2,2%
Sedang	16-24	62	66,7%
Rendah	<15	29	31,2%

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan bahwa Mahasiswi UIN Malang memiliki tingkat *Social comparison* kategori tinggi sebanyak 2,2 %; kategori sedang sebanyak 66,7% dan 31,2% dikategori rendah. Diagram kategorisasi tingkat *Social Comparison* subyek penelitian dijeaskan pada gambar 4.2 berikut ini.

**Gambar 4.2 : Diagram kategorisasi Tingkat *Social Comparison***

Berdasarkan gambar 4.2 dapat diketahui bahwa kategorisasi *Social Comparison* terbanyak adalah kategori Sedang yaitu sejumlah 66,7%.

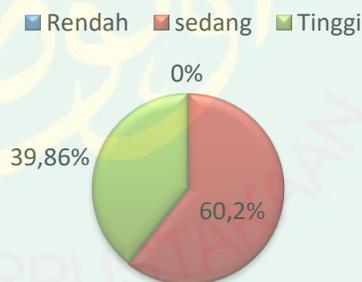
3) *Self Esteem*

Kategorisasi tingkat *Self Esteem* subyek dijelaskan pada tabel 4.7 berikut ini.

Tabel 4.7 : Kategorisasi Skala *Self Esteem*

Kategori	Range	Jumlah Subyek	Prosentasi
Tinggi	>61	37	39,86%
Sedang	40-60	56	65,6%
Rendah	<39	0	0%

Berdasarkan tabel 4.7 didapatkan bahwa Mahasiswi UIN Malang memiliki tingkat *Self Esteem* kategori tinggi sebanyak 39,86%; kategori sedang sebanyak 65,6% dan tidak ada yang berada dikategori rendah. Diagram kategorisasi tingkat *Self Esteem* subyek penelitian dijeaskan pada gambar 4.3 berikut ini.



Gambar 4.3 : Diagram kaegorisasi Tingkat *Self Esteem*

Berdasarkan gambar 4.3 dapat diketahui bahwa kategorisasi *Self Esteem* terbanyak adalah kategori sedang yaitu sejumlah 60,2 %.

3. Uji Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body*

Dissatisfaction . Untuk mengetahui hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda dengan bantuan program SPSS 16.0 for windows. Hipotesis yang dijelaskan dalam penelitian ini ada dua, yaitu hipotesis mayor dan hipotesis minor. Adapun hasil analisisnya dijelaskan sebagai berikut:

a. Hasil Uji Hipotesis Mayor

Hipotesis mayor adalah hipotesis yang mencakup kaitan seluruh variabel dan seluruh objek penelitian. Hasil uji hipotesis mayor pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada penelitian ini akan di jelaskan pada tabel berikut.

Tabel 4.8 : Hasil Uji Hipotesis Mayor

Dependen Variabel	Prediktor	F	Sig.
<i>Body Dissatisfaction</i>	<i>Social comparison</i>	5,312	0,007
	<i>Self Esteem</i>		

Hasil uji regresi pada tabel 4.8 menunjukkan bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama berpengaruh secara signifikan terhadap *Body Dissatisfaction* karena $p < 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* Mahasiswi Hal ini membuktikan bahwa hipotesis mayor diterima. Prosentase pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* dijelaskan dalam tabel berikut ini.

Tabel 4.9 :Prosentase Pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* Terhadap *Body Dissatisfaction*

Dependen Variabel	Prediktor	<i>R Square</i>	%
<i>Body Dissatisfaction</i>	<i>Social comparison</i>	0,106	10,6%
	<i>Self Esteem</i>		

Berdasarkan tabel 4.9 didapatkan hasil bahwa variabel *Social Comparison* dan *Self Esteem* memberikan kontribusi sebesar 0,106 yang jika dipersenkan menjadi 10,6%. Adapun 89,4% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

b. Hasil Uji Hipotesis Minor

Hasil Uji hipotesis minor pada masing-masing variabel akan dijelaskan pada tabel berikut.

Tabel 4.10 : Uji Hipotesis Minor

Dependen Variabel	Prediktor	Beta	Sig
<i>Body Dissatisfaction</i>	<i>Social comparison</i>	0,009	0,926
	<i>Self Esteem</i>	-0,323	0,002

Berdasarkan tabel 4.10 dapat diketahui bahwa variabel *Social Comparison* tidak memiliki pengaruh terhadap variabel *Body Dissatisfaction* karena $p > 0,05$ yaitu 0,926 sedangkan variabel *Self Esteem* mempengaruhi variabel *Body Dissatisfaction* karena $p < 0,05$ yaitu 0,002.

c. Koefisien Korelasi

Koefisien korelasi adalah nilai yang menunjukkan kuat atau tidaknya hubungan linier antar variabel. Koefisien korelasi pada masing-masing variabel akan dijelaskan pada tabel berikut.

Tabel 4.11 : Koefisien Korelasi Pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* Terhadap *Body Dissatisfaction*

Dependen Variabel	Prediktor	Beta (R)	R ²	%
<i>Body Dissatisfaction</i>	<i>Social comparison</i>	0,009	0,000081	0,008 1%
	<i>Self Esteem</i>	-0,323	0,104	10,4 %

Berdasarkan tabel 4.11 diketahui bahwa variabel *Social Comparison* mempengaruhi variabel *Body Dissatisfaction* sebesar 0,000081 (0,0081 %) sedangkan variabel *Self Esteem* mempengaruhi variabel *Body Dissatisfaction* hanya 0,104 (10,4%) .

Menurut Sugiyono (2004) untuk mengetahui dan memberikan penafsiran terhadap koefisien korelasi yang diemukakan tersebut besar atau kecil, maka dapat berpedoman pada ketentuan sebagai berikut:

Tabel 4.12 : Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat kuat

Berdasarkan tabel 4.12 di atas diketahui bahwa pengaruh variabel *Social Comparison* terhadap variabel *Body Dissatisfaction* beradapada

kategori sangat rendah ($R^2 = 0,000081$). Ini berarti bahwa ada variabel lain yang pengaruhnya lebih kuat dari variabel *Social Comparison*, sedangkan pengaruh variabel *Self Esteem* terhadap variabel *Body Dissatisfaction* berada pada kategori sangat rendah ($R^2 = 0,104$), ini berarti bahwa variabel *Self Esteem* tidak memiliki pengaruh yang besar terhadap variabel *Body Dissatisfaction*, karena kedua variabel tidak begitu besar memiliki pengaruh sehingga dapat dipastikan masih banyak variabel lain yang mampu mempengaruhi seseorang dalam ketidakpuasan tubuhnya.

4. Aspek Utama Pembentuk variabel

Aspek utama adalah nilai yang paling kuat pada sebuah Aspek jika dikorelasikan dengan total semua Aspek. Pada penelitian ini untuk dapat mengetahui pembentuk utama pada setiap variabel, maka peneliti menggunakan bantuan program *Microsoft excel 2013*. Adapun hasil dari setiap variabel adalah sebagai berikut.

a. Variabel *Body Dissatisfaction*

Dimensi pembentuk utama pada variabel *Body Dissatisfaction* akan dijelaskan pada tabel 4.13 berikut.

Tabel 4.13: Dimensi Utama variabel *Body Dissatisfaction*

Dimensi	Korelasi
Afektif	0,379
Kognitif	0,294
Perilaku	0,326

Berdasarkan tabel 4.13 di atas dapat diketahui bahwa setiap dimensi memiliki hubungan positif. Namun, masing-masing dimensi memiliki nilai korelasi yang berbeda. Adapun dimensi yang memiliki korelasi paling kuat adalah dimensi Afektif dengan nilai korelasi 0,379. Artinya, dimensi tersebut adalah dimensi pembentuk utama dari variabel *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi.

b. Variabel *Social Comparison*

Aspek pembentuk utama pada variabel *Social Comparison* akan dijelaskan pada tabel 4.14 berikut.

Tabel 4.14: Aspek Utama variabel *Social Comparison*

Aspek	Korelasi
Perbandingan Keatas	0,291
Perbandingan Kebawah	0,709

Berdasarkan tabel 4.14 di atas dapat diketahui bahwa setiap aspek memiliki hubungan positif. Namun, masing-masing aspek memiliki nilai korelasi yang berbeda. Adapun aspek yang memiliki korelasi paling kuat adalah aspek Perbandingan kebawah dengan nilai korelasi 0,709. Artinya, aspek tersebut adalah dimensi pembentuk utama dari variabel *Social Comparison* pada Mahasiswi.

c. Variabel *Self Esteem*

Dimensi pembentuk utama pada variabel *Self Esteem* akan dijelaskan pada tabel 4.15 berikut.

Tabel 4.15: Dimensi Utama variabel *Self Esteem*

Aspek	Korelasi
Kekuatan	0,161
Kebajikan	0,235
Keberartian	0,299
Kemampuan	0,303

Berdasarkan tabel 4.15 di atas dapat diketahui bahwa setiap aspek memiliki hubungan positif. Namun, masing-masing aspek memiliki nilai korelasi yang berbeda. Adapun aspek yang memiliki korelasi paling kuat adalah aspek kemampuan dengan nilai korelasi 0,303. Artinya, aspek tersebut adalah dimensi pembentuk utama dari variabel *Self Esteem* pada Mahasiswi.

C. Pembahasan

1. Tingkat *Social Comparison* Mahasiswi

Social Comparison adalah proses seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain dengan tujuan memperoleh penilaian yang lebih akurat mengenai dirinya dalam masyarakat (Sunartio, 2012). Perbandingan ini dilakukan biasanya kepada teman, keluarga, media, diri sendiri dan lain sebagainya.

Berdasarkan data analisis deskriptif menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang melakukan perbandingan sosial

(*social comparison*) memiliki tingkat yang cukup. Hal ini ditunjukkan dengan hasil grafik diagram lingkaran yang menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki tingkat perbandingan sosial sedang. Hasil skor menunjukkan kategori tinggi sebesar 2,2% dengan jumlah frekuensi 2 subjek, kategori sedang sebesar 66,7% dengan frekuensi 62 subjek, dan pada kategori rendah 31,2% dengan subjek 29 yang memiliki *Social Comparison* rendah. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa melakukan perbandingan yang tidak terlalu sering, yang artinya mereka melakukan penilaian terhadap dirinya dengan cara membandingkan dengan orang lain tidak terlalu sering namun tidak berarti tidak melakukan sama sekali.

Social Comparison ini dibagi menjadi dua, yaitu *upward comparison* (perbandingan keatas) dan *downward comparison* (perbandingan kebawah). *Upward comparison* adalah perbandingan sosial yang dilakukan individu dengan memilih obyek pembanding yang dianggap lebih baik daripada dirinya, Aspek *upward comparisons* terbentuk dari mengevaluasi dirinya dengan orang yang lebih ideal dan Menilai standart kecantikan berdasar orang yang lebih ideal. Sedangkan *downward comparison* adalah perbandingan sosial yang dilakukan individu dengan memilih obyek pembanding yang dianggap lebih buruk daripada dirinya. Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang akan melakukan perbandingan tidak hanya satu arah, melainkan dua arah. Bagaimana seseorang akan mengalami kecemasan atau justru bertambah motivasi adalah bagaimana cara memilih perbandingan yang dilakukannya.

Aspek yang berpengaruh dalam variabel ini adalah perbandingan kebawah (*downward comparison*), dengan perbandingan kebawah ini Mahasiswi lebih sering membandingkan dirinya dengan orang yang menurutnya tidak lebih baik atau sejajar dengannya. Sesuai dengan yang telah disampaikan oleh Eddleston (2009) bahwa seseorang akan membandingkan dengan orang yang tidak lebih baik dari dirinya dengan tujuan untuk mempertahankan atau menguatkan citra diri yang dimilikinya. Sehingga seseorang yang melakukan perbandingan ini memiliki dampak yang dapat menurunkan *Body Dissatisfaction*. Didukung oleh Herachwati (2015) yang menyatakan bahwa seseorang yang melakukan perbandingan sosial kebawah (*downward comparison*) akan membuat seseorang merasa dirinya lebih nyaman. Menurut Lianawati (2011) Perbandingan sosial yang dilakukan secara *downward* dapat memperkuat diri (*self-enhancement*), meningkatkan *self-esteem* dan mengurangi stress.

Sehingga dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Mahasiswi yang melakukan perbandingan sosial adalah dengan *Downward comparisons* atau perbandingan kebawah sehinggamembuat individu merasa lebih nyaman dengan dirinya sendiri dan dengan situasi yang ada saat ini karena merasa lebih baik dari orang lain.

2. Tingkat *Self Esteem* Mahasiswi

Mengikuti pendapat Rosenberg (dalam irmayanti, 2009), harga-diri (*self-esteem*) merupakan suatu evaluasi positif ataupun negatif terhadap

diri sendiri (*self*). Harga-diri (*self-esteem*) adalah bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Harga-diri (*self-esteem*) global adalah sikap positif atau negatif seseorang akan dirinya secara keseluruhan.

Berdasarkan data analisis deskriptif menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat *Self Esteem* yang cukup baik. Hasil tersebut ditunjukkan dengan grafik diagram lingkaran bahwa sebagian besar memiliki tingkat *Self Esteem* pada kategori sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil skor kategori tinggi sebesar 39,86% dengan jumlah frekuensi 37 subjek, kategori sedang sebesar 65,6% dengan frekuensi 56 subjek, dan pada kategori rendah 0% tidak ada subjek yang memiliki *Self Esteem* rendah.

Pada penelitian ini menunjukkan *Self Esteem* Mahasiswi tidak ada dalam tingkat rendah. Hasil penelitian ini paling banyak pada kategori sedang, ini berarti mahasiswa perempuan memiliki persepsi yang cukup berharga dan memandang dirinya lebih positif. *Self esteem* sedang menunjukkan gejala atau ciri yang mempunyai penilaian tentang kemampuan, harapan-harapan dan kebermaknaan dirinya bersifat positif, sekalipun lebih moderat. Mereka memandang dirinya lebih baik dari pada kebanyakan orang tetapi tidak sebaik individu dengan *Self Esteem* tinggi.

Harga-diri (*self-esteem*) yang tinggi membantu meningkatkan inisiatif, resiliensi dan perasaan puas pada diri seseorang (Baumeister dkk., 2003; dalam Stisayekti. W., A. David.(2015). Terlihat bahwa harga-diri (*self-*

esteem) yang tinggi mencerminkan kondisi pribadi positif, yang akan memunculkan sikap yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain. Seseorang dengan harga-diri (*self-esteem*) tinggi dikatakan memiliki resiliensi yang tinggi, yaitu memiliki kemampuan untuk bangkit kembali, dengan cara mengatasi tekanan yang dialami.

Self Esteem yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan didalam dunia ini. Individu yang memiliki *Self Esteem* rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Disamping itu seseorang dengan *Self Esteem* rendah cenderung untuk tidak berani mencari tantangan tantangan baru dalam hidupnya, lebih senang menghadapi hal-hal yang sudah dikenal dengan baik serta menyenangi hal-hal yang tidak penuh dengan tuntutan, cenderung tidak merasa yakin akan pemikiran-pemikiran serta perasaan yang dimilikinya, cenderung takut menghadapi respon dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik dan cenderung merasa hidupnya tidak bahagia.

Self Esteem memiliki empat aspek, yaitu kekuatan, kebajikan, keberartian dan kemampuan. Adapun aspek yang memiliki korelasi paling kuat adalah aspek kemampuan dengan nilai korelasi 0,303. Artinya, aspek tersebut adalah dimensi pembentuk utama dari variabel *Self Esteem* pada Mahasiswi.

Uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Mahasiswi memiliki tingkat *Self Esteem* yang cukup baik. Sehingga hal ini dapat dikatakan bahwa Mahasiswi mampu mengerjakan tugasnya dengan baik dan memiliki keinginan untuk berhasil.

3. Tingkat *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi

Body Dissatisfaction atau ketidakpuasan tubuh adalah evaluasi subjektif yang negatif terhadap figur atau bagian tubuh seseorang (Hall, 2009). Selain itu menurut Ananta (2016) *Body Dissatisfaction* adalah penilaian negatif seseorang terhadap bentuk tubuh atau bagian tubuh tertentu yang tidak sesuai dengan bentuk ideal yang diinginkan.

Berdasarkan data analisis deskriptif menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki *Body Dissatisfaction* yang cukup tidak puas . Hal ini ditunjukkan dengan hasil grafik diagram lingkaran bahwa sebagian besar memiliki tingkat *Body Dissatisfaction* pada kategori sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil skor kategori tinggi sebesar 14,0% dengan jumlah frekuensi 13 subjek, kategori sedang sebesar 66,7 % dengan frekuensi 78 subjek, dan pada kategori rendah 2,2% dengan frekuensi 2 subjek yang memiliki *Self Esteem* rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami *Body Dissatisfaction* yang cukup tinggi.

Tingkat *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi ini dipengaruhi oleh beberapa dimensi yaitu komponen afektif, komponen kognitif dan

komponen perilaku. Dari dimensi tersebut komponen afektif merupakan dimensi pertama yang paling memberikan pengaruh pada tingginya tingkat *Body Dissatisfaction* pada perempuan. Ditunjukkan dengan nilai korelasi 0,379. Artinya, dimensi tersebut adalah dimensi pembentuk utama dari variabel *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi.

Komponen afektif menjelaskan perasaan yang dialami individu terkait dengan kondisi tubuhnya. Perasaan tersebut terkait dengan kondisi penampilan dan bentuk tubuh individu (Grogan dalam Susanti, 2015). Hal ini berarti Mahasiswi mengalami perasaan negatif terhadap tubuhnya pada tingkatan yang tinggi.

Pada penelitian ini mendapatkan hasil bahwa Mahasiswi mengalami *Body Dissatisfaction* pada kategori sedang. Penelitian yang lain dilakukan oleh Herawati di Jakarta pada tahun 2003 didapati informasi bahwa sebanyak 40% perempuan berusia 18-24 tahun mengalami *Body Dissatisfaction* dalam kategori tinggi dan 38% dalam kategori sedang (Suprpto dan Aditomo, 2007; Cahyaningtyas, 2009 dalam Kartikasari 2013). Sehingga hal dapat disimpulkan bahwa Ketidakpuasan Tubuh pada perempuan perlu menjadi topik untuk dibahas lebih lanjut serta penanganannya. Apabila ketidakpuasan ini berlanjut pada usaha usaha mengubah bentuk tubuh yang mengarah ke negatif sehingga menimbulkan penyakit seperti *anorexia*, *bulimia* atau *body disorder* yang lain dan mengakibatkan dampak buruk bagi kesehatan.

Uraian diatas menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat Ketidakpuasan Tubuh dengan tingkat yang cukup tidak puas. Meskipun tidak pada kategori yang tinggi, perasaan yang cukup tidak puas ini dapat menimbulkan seseorang akan berkecenderungan melakukan evaluasi yang berdampak positif maupun negatif. Tidak akan terjadi masalah apabila akan berdampak positif pada diri individu, namun jika berdampak negatif seperti menimbulkan gangguan *body dismorphic*, bulimia dan *anorexia* hal ini harus ditangani lebih lanjut karena dapat membuat kesehatan dan kehidupan individu terganggu.

4. Pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi

Perbandingan sosial atau *Social comparasions* yang dilakukan oleh seseorang untuk mendapatkan hasil yang akurat dengan melihat orang lain. Perbandingan ini menjadi proses evaluasi seseorang, dengan harapan dapat menjadi individu yang lebih baik. Hasil dari perbandingan ini bisa menjadi baik atau justru buruk. Menurut Crawford & Unger (Lianawati, 2011) perempuan lebih sering melakukan perbandingan sosial dalam hal penampilan fisik. Sedangkan laki laki lebih sering membandingkan pencapaian. Melalui *Social Comparison* seorang perempuan belajar untuk mengenali bagaimana konsep yang ideal didalam masyarakat, apakah penampilannya menarik atau tidak menarik, bagaimanakah standar ideal

yang dimiliki masyarakat, kemudian seorang perempuan akan mengidentifikasinya melalui sebuah *Social Comparison* .

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara *Social Comparison* tidak memiliki pengaruh terhadap variabel *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi. Hal tersebut dapat dilihat dari skor korelasi variabel *Social Comparison* waktu dengan variabel *Self Esteem* sebesar 0,009 dengan signifikansi 0,926. Hasil tersebut menunjukkan bahwa $p > 0,05$ yang berarti tidak terdapat pengaruh antara variabel pengelolaan waktu terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi. Melihat dari hasil dengan tidak ada pengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* karena adanya kemungkinan subjek memiliki penerimaan diri yang tinggi. Kemudian menyebabkan tidak adanya pengaruh pada ketidakpuasan tubuh.

Berbeda dengan penelitian terdahulu yang dilakukan di Surabaya terhadap 104 Mahasiswi dalam rentang usia antara 18-25 tahun ditulis oleh Livian Sunartio, Monique Elizabeth Sukanto, Ktut Dianovinina (2012) yang berjudul “*Social comparison dan pada wanita dewasa awal*” dengan hasil menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal. Semakin sering wanita dewasa awal membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh wanita lain yang lebih menarik, maka akan semakin tinggi pula tingkat *Body Dissatisfaction* yang dialaminya.

Penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya. Pada variabel *Social Comparison* tidak memiliki pengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* adalah karena mahasiswa perempuan melakukan perbandingan secara *downward* yakni, perbandingan kebawah dimana subjek pembanding dinilai lebih buruk atau sejajar. Sehingga hal ini justru membuat subjek merasa tidak buruk dibanding temannya dan tidak ada yang harus dikhawatirkan dalam dirinya. Sesuai dengan Lianawati (2011) Perbandingan sosial yang dilakukan secara *downward* dapat memperkuat diri (*self-enhancement*), meningkatkan *self-esteem* dan mengurangi stress. Mahasiswa cenderung melakukan perbandingan kebawah atau subjek pembanding yang sejajar dan lebih buruk ini dapat dibuktikan pada tabel 4.14 dimana terlihat skor perbandingan kebawah lebih tinggi dibanding skor perbandingan keatas. Hal ini bisa menjadi salah satu faktor dimana *Social Comparison* tidak memiliki pengaruh pada *Body Dissatisfaction*, justru bisa jadi seseorang menjadi tingkat *Body Dissatisfaction* menurun. Sehingga seseorang malah mengalami kepuasan tubuh (*body satisfaction*).

Body Dissatisfaction dan *body satisfaction* merupakan penilaian yang ada dalam citra tubuh (*body image*). Hal ini sesuai dengan pernyataan Jones (2001) bahwa *Social Comparison* merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan citra tubuh seseorang yang kemudian akan memengaruhi seseorang.

Menurut uraian diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang melakukan perbandingan sosial atau *social comparison* tidak sepenuhnya membuat seseorang akan selalu memiliki dampak buruk dan merasa tidak puas dengan tubuhnya, akan tetapi mampu membuat seseorang justru merasa mampu menerima keadaan tubuhnya. Setelah melakukan perbandingan dapat membantu seseorang lebih bersyukur dengan keadaan yang sekarang serta menurunkan tingkat *Body Dissatisfaction* .

5. Pengaruh *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi

Self Esteem atau harga diri juga merupakan salah satu faktor terjadinya masalah pada citra tubuh, baik laki-laki maupun perempuan. Hal ini dikarenakan harga diri merupakan salah satu aspek yang memengaruhi citra tubuh (Santrock, 2007). Pada citra tubuh terdapat kepuasan tubuh, sehingga dapat dikatakan ada bahwa harga diri memiliki hubungan dengan *Body Dissatisfaction* atau ketidapuasan tubuh. Ketidapuasan terhadap tubuh memiliki hubungan signifikan dengan *Self Esteem* (Mirza dalam 22015). Pada dasarnya tingkat *Self Esteem* seseorang berbeda beda, hal ini dapat dipengaruhi oleh bagaimana seseorang dalam mengatasi sesuatu.

Self Esteem merupakan aspek evaluatif seorang individu yang menunjukkan sejauh mana individu tersebut percaya akan dirinya, yakin terhadap kemampuannya untuk mengatasi berbagai tantangan didalam diri, sehingga individu memiliki keberartian diri yang dinyatakan dalam sikap individu itu sendiri dan dapat menyebabkan individu memiliki penilaian harga diri yang tinggi maupun rendah (Sari ,2018).

Rohmah (2015) yang berjudul “Hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan harga diri pada pria dan wanita dewasa awal” dengan hasil semakin tinggi ketidakpuasan tubuh (*Body Dissatisfaction*) maka semakin rendah *Self Esteem* seseorang. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara *Body Dissatisfaction* dengan *Self Esteem* pada pria dan wanita dewasa awal ($r_{xy} = -0,106$ dengan signifikansi $0,037 < 0,05$). Artinya semakin tinggi *Body Dissatisfaction* maka semakin rendah *Self Esteem* yang dimiliki oleh individu, begitu pula sebaliknya.

Pada penelitian ini, analisis data menggunakan SPSS 16,0 for windows yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel, yaitu *Self Esteem* dan *Body Dissatisfaction*. Pengaruh *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* memiliki koefisien regresi sebesar 0,002. Nilai statistik uji signifikansi lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa *Self Esteem* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi.

Dilihat pada tabel 4.11 menunjukkan adanya hubungan negatif antara *Self Esteem* dan *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi ($r_{xy} = -0,323$ dengan signifikansi $0,002 < 0,05$). Artinya semakin tinggi *Self Esteem* maka semakin rendah *Body Dissatisfaction* yang dimiliki oleh individu, begitu pula sebaliknya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Herabadi (2007) menunjukkan bahwa salah satu faktor yang memberikan kontribusi dalam memprediksi *Self Esteem* ialah banyaknya jumlah pikiran negatif mengenai tubuh yang pernah muncul dalam pikiran seseorang. Pikiran negatif

terhadap tubuh ini akan membentuk seseorang menjadi tidak puas dalam tubuhnya, karena seseorang akan mengevaluasi jika merasa buruk tubuhnya.

Seseorang yang memiliki pikiran negatif pada tubuhnya dapat mempunyai kecenderungan melakukan hal hal negatif juga. *Self Esteem* rendah telah terbukti memiliki efek negatif pada diri seseorang, mereka yang memiliki tubuh dengan berat badan yang lebih akan melakukan diet. Salah satu faktor yang dianggap memiliki peran penting dalam berkembangnya *body dysmorphic disorder* adalah *self esteem* (Phillips,dkk 2010 dalam Rahmania, 2012).

Self-esteem merupakan penilaian individu mengenai dirinya yang diekspresikan melalui perilakunya sehari-hari. *Body dysmorphic disorder* (BDD) merupakan bentuk gangguan mental yang mempersepsi tubuh dengan ide-ide bahwa dirinya memiliki kekurangan dalam penampilan sehingga kekurangan itu membuatnya tidak menarik dan menyebabkan distress serta gangguan dalam fungsi kehidupan. Seseorang yang mengalami Ketidakpuasan tubuh (*Body Dissatisfaction*) tidak terlepas dari dari *dysmorphic disorder*. Jika seseorang memiliki keinginan untuk merubah bentuk tubuhnya disertai dengan *Self Esteem* yang rendah akan ada kemungkinan melakukan usaha usaha yang berlebihan sampai tercapai tujuannya.

Pada uraian diatas dapat disimpulkan, jika tingkat *Self Esteem* pada seseorang tinggi maka tingkat *Body Dissatisfaction* akan menurun. Seseorang yang memiliki *Self Esteem* tinggi cenderung memiliki cara

berfikir positif sehingga jika seseorang memiliki perasaan positif terhadap apa yang dimilikinya seperti tubuh maka akan membuat seseorang merasa telah puas

6. Pengaruh antara *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis regresi berganda, dapat diketahui bahwa pengujian hipotesis mengenai adanya hubungan dari *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi dapat diterima. Hipotesis dapat diterima dilihat pada taraf signifikansi 0,007 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama berhubungan terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi. Kedua variabel bebas yaitu *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 10,6% terhadap *Body Dissatisfaction*. Maka dapat dikatakan bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* menentukan 10,6% *Body Dissatisfaction* yang dimiliki oleh Mahasiswi, sedangkan 89,4% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dasar pengambilan hipotesis merujuk pada penelitian Sunartio (2012) yang menyebutkan *Social Comparison* memiliki pengaruh terhadap *Body Dissatisfaction*. Kemudian pada penelitian dilakukan Rohmah (2014) juga

menyebutkan bahwa *Self Esteem* dan *Body Dissatisfaction* memiliki hubungan negatif. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, dapat dikatakan bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama berperan terhadap variabel *Body Dissatisfaction*. Adanya hubungan antara *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada perempuan dapat disebabkan karena *Body Dissatisfaction* merupakan evaluasi atau sikap yang dimiliki oleh seseorang terhadap tubuhnya. Evaluasi atau sikap tersebut bisa berupa perasaan suka, puas, atau positif yang ditunjukkan dengan penerimaan terhadap bentuk tubuh yang dimiliki atau juga bisa berupa perasaan tidak suka, tidak puas, atau negatif terhadap bentuk fisik seperti ukuran tubuh, berat badan, dan bentuk tubuh (Cash dan Pruzinky, 2002). Seseorang dalam melakukan sebuah evaluasi diri biasanya akan melakukan sebuah *Social Comparison* dan juga melakukan penilaian akan *Self Esteem*, yang akan menyebabkan seseorang menghasilkan evaluasi diri apakah negatif ataukah positif (Flynn, 2003).

Festinger (1954) mengungkapkan bahwa seseorang dalam melakukan *Social Comparison* akan mengevaluasi diri menjadi lebih baik setelah membandingkan dengan standar yang lebih rendah (dalam Suls dan Wheeler, 2000). Individu juga memiliki evaluasi diri yang negatif ketika dihadapkan dengan perbandingan ke standar yang lebih tinggi. Melakukan sebuah *Social Comparison* seseorang memiliki tujuan yaitu untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti evaluasi diri, meningkatkan diri (*self*

enhacement), perbaikan diri, dan pemahaman komunikasi (Taylor, Peplau, Sears, 2009 dalam Sari, 2018).

Self Esteem terdiri dari penilaian evaluatif yang membuat karakteristik dan kualitas, termasuk sikap individu tentang dirinya sendiri serta perasaan untuk dihargai. Menurut Stanley Coopersmith (1967 dalam Gianini, L. M. & Smith, J. E. 2008), seorang peneliti awal memiliki pengetahuan yang baik tentang *Self Esteem*. *Self Esteem* mencerminkan sejauh mana individu memiliki kepercayaan diri untuk menjadi mampu, signifikan, sukses, dan layak. *Self Esteem* yang sehat banyak dikaitkan dengan kebahagiaan, kesuksesan, dan prestasi yang tinggi, sedangkan *Self Esteem* yang rendah banyak dikaitkan dengan depresi, kecemasan, dan kegagalan.

Penelitian oleh Rahmania dan Ika (2012) mengungkapkan bahwa seorang perempuan yang memiliki harga diri yang tinggi maka akan memiliki gambaran yang positif terhadap diri, dan sebaliknya jika seorang perempuan memiliki harga diri yang rendah, maka akan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya dan selalu memikirkan kekurangan yang dimiliki sehingga ini menyebabkan adanya indikasi mengalami kecenderungan *body dismorphic disorder*. Selain itu, pada wanita yang memiliki *Self Esteem* yang rendah, gejala bulimia kemungkinan akan berkembang jika mereka dihadapkan dengan stres yang berkaitan dengan bentuk dan berat badannya. Mereka yang menderita ketidakpuasan akan bentuk tubuh dan gangguan makan banyak disebabkan karena rendahnya

harga diri, tidak memiliki coping stres yang baik dan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi.

Berdasarkan dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya dan didukung oleh teori-teori yang sejalan dengan penelitian ini terbukti bahwa hasil penelitian ini menyatakan bahwa *Social Comparison* tidak mempengaruhi *Body Dissatisfaction*. Hal ini bisa disebabkan karena Mahasiswa memiliki resiliensi yang tinggi dan penerimaan diri yang baik. Seseorang yang memiliki *Self Esteem* yang tinggi dikatakan memiliki resiliensi yang tinggi, yaitu memiliki kemampuan untuk bangkit kembali, dengan cara mengatasi tekanan yang dialami. Didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2014) dengan hasil adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara self-esteem dengan resiliensi. Jika ditarik kesimpulan individu setelah melakukan perbandingan memiliki dampak yang lebih positif, seperti merasa bahwa tubuhnya sudah cukup atau lebih baik dibanding orang lain. Maka dari itu *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswa menurun.

BAB V

^PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis, dan pembahasan yang telah dijelaskan pada penelitian ini, maka kesimpulan yang dapat diambil yaitu :

1. Tingkat *Social Comparison* padaMahasiswi sebagian besar memiliki hasil skor kategori sedang sebanyak 66,7% . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang melakukan evaluasi (penilaian) terhadap dirinya dengan cara membandingkan dengan orang lain tidak terlalu sering dan bukan berarti mereka tidak melakukan sama sekali. Hal ini dikarenakan perbandingan yang dilakukan adalah *Downward comparisons* atau perbandingan kebawah, yang artinya objek pembanding yang dipilih adalah orang yang sejajar atau malah lebih buruk dari individu itu sendiri.
2. Tingkat *Self Esteem* padaMahasiswi sebagian besar memiliki hasil skor kategori sedang sebanyak 65,6%.Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malangmemiliki persepsi yang cukup berharga dan memandang dirinya lebih positif.
3. Tingkat *Body Dissatisfaction* padaMahasiswi sebagian besar memiliki hasil skor kategori sedang sebanyak 66,7%.Hasil penelitian ini menunjukkan bahwaMahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang merasa dirinya tidak cukup puas pada tubuhnya. Artinya, individu memiliki

kecenderungan negatif terhadap penampilan tubuh yang dimiliki meskipun tidak seburuk pada kategori tinggi.

4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Social Comparison* tidak berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,926 dengan nilai signifikansi 0,009 ($p > 0,05$). Artinya, *Social Comparison* tidak mempengaruhi *Body Dissatisfaction*. Hal ini bertolak belakang dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Sunartio (2012) yang mana *Social Comparison* terdapat hubungan positif dengan *Body Dissatisfaction*.
5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Self Esteem* tidak berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,0323 dengan nilai signifikansi 0,002 ($p < 0,05$). *Self Esteem* memberikan sumbangan sebesar 10,4 % terhadap *Body Dissatisfaction*, sisanya 89,6 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.
6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,106 dengan nilai signifikansi 0,007 ($p < 0,05$). *Social Comparison* dan *Self Esteem* memberikan sumbangan sebesar 10,6% terhadap *Body Dissatisfaction*, sisanya 89,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan di atas peneliti mengajukan saran sebagai berikut :

1. Bagi mahasiswi

- a. *Social Comparison* ada baiknya dijadikan motivasi untuk mencapai tujuan seperti menurunkan stress, meningkatkan *Self Esteem* , mengembangkan diri dan memperbaiki diri dalam hal positif. Karena, apabila perbandingan ini dilakukan secara terus menerus kemudian tidak diimbangi dengan pikiran, tindakan dan usaha yang positif akan berdampak buruk seperti merasa khawatir, memandang dirinya selalu kurang serta menganggap bahwa tidak mampu melampaui orang lain.
- b. Bagi mahasiswi, *self-esteem* dapat mempertahankan atau meningkatkan *self-esteem*, dengan cara melatih rasa kepedulian dan menghargai diri sendiri dan orang lain. Tidak menutup diri ketika sedang mengalami masalah atau saat membutuhkan orang lain, serta tidak menilai negatif tentang diri sendiri, seperti merasa tidak memiliki kelebihan dan selalu merasa kekurangan.
- c. Mahasiswi juga perlu menurunkan *Body Dissatisfaction* .Adapun cara menurunkannya adalah dengan memahami dan menerima tubuhnya, tidak perlu membandingkan dengan orang lain, atau hal yang membuat persepsi negatif tentang tubuh. setiap wanita

dilahrikan dengan keindahannya masing masing dan lebih baik mensyukuri apapun yang telah dimiliki.

2. Bagi peneliti selanjutnya,
 - a. Meneliti tentang pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* dengan menggunakan salah satu variabel X- nya sebagai moderator atau mediasi.
 - b. Hendaknya peneliti menggali lagi mengenai variabel lain selain variabel yang telah diteliti dalam penelitian ini yang lebih berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* , sehingga aspek aspek yang apa saja yang berpengaruh dapat diketahui dengan jelas pembentuk *Body Dissatisfaction* pada individu.

Peneliti selanjutnya untuk lebih ditekankan pada aitem dengan menggunakan *Validity Base On Process* agar apa yang dimaksud oleh peneliti dapat tersampaikan oleh subjek.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananta, A. (2016). *Penurunan Body Dissatisfaction pada perempuan Dala Masa Emerging Adulthod dengan Gratitude Intervention*. Persona, Vol 5, (02), 160-166
- Anshori, Muslich & Sri Iswati.(2009). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.Surabaya : Airlangga University Press (AUP)
- Arikunto, S. (2005).*Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, S. (2006).*Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Azwar, S. 2007. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cahyaningtyas, P.,I. (2008). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Ketidakpuasan Sosok Tubuh (Body Dissatisfaction) Pada Remaja Putri*. (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta)
- Cheng, C. (2001). *Assesing Coping Flexibility in Real-Life adn Laboratory Setting: A Multimethod Approach*. Journal Of Personality and SOcial Psychology,80,5,814-833
- Chow, C.M. , Tan, C.C, (2014). *Weight status,negative body talk, and Body Dissatisfactionn: A dyadic analysis of male friends*. Journal Of Health Psychology. 1-10
- Eddleston K. (2009). *The effects of social comparisons on managerial career satisfaction and turnover intentions*. Career Development International, Vol. 14 Issue: 1, pp.87-110,
- Fikriyatul, I. (2017).*Hubungan Berpikir Positif dan Komparasi Sosial dengan Ketidakpuasan Citra Tubuh pada Mahasiswi*.(Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Fisher, E., Dunn, M., & Thompson, J. K. (2002).*Social comparison and body image: An investigation of body comparison processes using multidimensional scaling*. Journal of Social and Clinical Psychology, 21(5), 566-579.
- Gianini, L. M. & Smith, J. E. (2008).*Body Dissatisfaction Mediates the Relationship between lf-Esteem and Restrained Eating in Female Under graduates*. International Journal of Behavioral Consultation and Therapy, Vol. 4, No 1
- Gunawan, R. (2009). *Ketika tubuh sendiri tak cukup dicintai*.Diambil dari http://Ketika Tubuh Sendiri Tak Cukup Dicintai _ Self Healing – Reza Gunawan.mht.

- Gunawati, .(2016). *Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa Dosen Pembimbing Utama Skripsi Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol. 3 No. 2
- Herachwati, N.,Sulistiawan,J.,Gonzales,M. (2015). *Pengaruh Social Comparisom pada Work Attitude: Peran Pemoderasioan Competitive Work Group*. Jurnal Siasa Bisnis. Vol 19,(2),146-160
- Hidayati, (2014).*Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta*. (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta)
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Irmayanti,A. (2009). *Hubungan Antara Media, Self Esteem, dan Body Dissatisfaction pada Remaja Putri*. (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia)
- Jones, D. C. (2001). *Social comparison and body image: Attractiveness comparisonsto models and peers among adolescent girls and boys*. Sex Roles, 45,645-664.
- Kartikasari, Y.N. (2013). *Body Dissatisfaction Terhadap Psychological Well Being Pada Karyawati*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan. Vol. 01, No. 02.
- Katie,L.,Melching, J., Green,M.J., Eric,K.,O'neal, Renfroe, L. (2016). *Body Image Dissatisfaction: Responses between Male and Female Exercisers and Non-Exercisers*. International Journal Of exercise Science. Vol 9,(3), 249-257
- Lianawati (2011).*Perbandingan sosial*. (Universitas Kristen Krida Wacana)https://www.google.co.id/search?q=lianawati+2011+perbandinga n+sosial&rlz=1C1CHBF_enID802ID802&oq=lianawati+2011+perbandin gan+sosial&aqs=chrome..69i57.18207j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8#
- Mills, J., Tyszkiewicz, M.F., Holmes, M. (2014).*State Body Dissatisfaction and Social Interactions: An Experience Sampling Study*.Psychology of Women Quarterly.Vol 38, (4). 551-562
- Nursyaifuddin, M. (2016).*Pengaruh Perbandingan Sosial,Self Esteem, dan Thin Ideal Internalization terhadap Body Dissatisfaction pada Ibu di Jakarta Selatan*. (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah)
- Pratiwi .(2016). *Hubungan Antara Perfeksionisme dan Ketidakpuasan Terhadap Citra Tubuh pada Masa Dewasa Awal*.(Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma,Yogyakarta)

- Pratiwi,S. (2016). *Hubungan Antara Perfeksionisme dan Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh Pada Masa Dewasa Awal*. (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma)
- Prawono, .(2015). *Peran Rancangan Intervensi Dengan Pendekatan Art Therapy Terhadap Body Image Dissatisfaction Pada Perempuan Dewasa Muda*.Jurnal PSIBERNETIKA. Vol 8 (2)
- Prima, E., Puspita Sari,E. (2013).*Hubungan Antara Body Dissatisfaction dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Remaja Putri* .Jurnal Psikologi Integratif. Vol. 1, No. 1, Halaman 17 - 30
- Rahmania, Yuniar,I.C. (2012).*Hubungan Antara Self-Esteem Dengan KecenderunganBody Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri*. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental.Vol 1, (02)
- Rohmah,K. (2014). *Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Harga Diri Pada Pria Dan Wanita Dewasa Awal*. (Undergraduate thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya) <http://digilib.uinsby.ac.id/424/>
- Saifuddin Azwar. (2005). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pusataka Pelajar.
- Santrock, J.W. (2007). *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup*.Jakarta Erlangga.
- Sari, T. (2007).*Hubungan Antara Syukur dengan Kepuasan Citra Tubuh pada Remaja*. (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah)
- Sari.(2018). *Hubungan Antara Social comparison Dan Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan*.Jurnal Psikologi Udayana. Vol 5, No.2, 265-277
- Sejcovova,L.(2008). *Body Dissatisfaction*. Human Affairs,18.1717-182
- Stisayekti. W., A. David.(2015). *Harga Diri (Self Esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar*. Jurnal Psikologi. Vol 42, (02). 141-156
- Suls, J., Wheeler .(2000). *Handbook OfSocial comparison Theory and Research*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers
- Sunartio,L., Sukamto, E.M., & Dianovinina, K. (2012). *Social comparison dan Body Dissatisfaction pada wanita dewasa awal*. Humanitas, 9, (2), 157-168
- Susanti, I. N. (2015).*Hubungan Antara Social comparison Tubuh dan Kecenderungan Ketidakpuasan Tubuh pada Anak Perempuan Usia 8 – 11 Tahun* (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta). Diunduh dari https://repository.usd.ac.id/54/2/109114140_full.pdf

Tylka, T. L., & Sabik, N. J. (2010). *Integrating social comparison theory and self-esteem within the objectification theory to predict women's disordered eating*. *Sex Roles*, 63, 18-31.

Thompson, J.K. (2002). *Body Image, Eating Disorder, and Obesity an Integrative Guide for Assessment and Treatment*. Washington : American Psychological Association.

Vartanian, L.R., & Dey, S. (2013). *Self-Concept Clarity, Thin-Ideal Internalization, and Appearance-Related Social Comparison as Predictors of Body Dissatisfaction*. *Body Image* No. 10, hal 495–500

Wardhani,.(2009). *Hubungan antara Konformitas dan Harga Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja Putri*.(Skripsi Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta)
<https://eprints.uns.ac.id/5067/1/02407200912221.pdf>

Yuanita, H., Sukanto, M., E.(2013). *Fenomena Body Dissatisfaction pada Perempuan Anggota Fitness Centre*. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*. Vol 4,(1). 12-23.



LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner Penelitian

Pengaruh Social Comparison dan Self Esteem Terhadap Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamualaikum wr. wb.

Perkenalkan saya Fajar Ayu Hastuti Mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian dalam rangka menyusun skripsi yang berjudul "Pengaruh Social Comparison dan Self Esteem Terhadap Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang". Saya berharap teman teman bersedia membantu saya dengan mengisi kuisisioner ini dengan sejujur-jujurnya.

Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan pilih salah satu yang memang benar benar kondisi anda sendiri. atas kerjasama dan bantuannya saya ucapkan terimakasih.

* Wajib

1. Nama Lengkap *

2. Fakultas *

Tandai satu oval saja.

- Ekonomi
- Syari'ah
- Psikologi
- Kedokteran dan Ilmu kesehatan
- Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
- Humaniora
- Sains dan Teknologi

3. Usia *

Tandai satu oval saja.

- 21 Tahun
- 22 Tahun
- 23 Tahun

4. Bagian tubuh yang paling ingin diubah *

Centang semua yang sesuai.

- Mata, Hidung, Bibir, Alis dan bagian wajah yang lain
- Pipi
- Warna kulit
- Lengan
- Pinggul
- Perut
- Lengan
- Paha
- Ukuran tubuh
- Tidak Ada
- Yang lain: _____

Silahkan isi sesuai dengan keadaan sekarang

Jika merasa kurang/ Tidak puas silahkan memilih opsi kedua dan melanjutkan ke kuisioner selanjutnya.

5. Apakah Anda Merasa Puas dengan Tubuh yang anda miliki sekarang ? *

Tandai satu oval saja.

- Ya *Berhenti mengisi formulir ini.*
- Tidak atau Kurang Puas

Isi Pernyataan dibawah dengan keadaan Anda yang sebenarnya.

Hasil jawaban ini tidak akan disebarluaskan !

6. 1. Saya sedih ketika melihat ukuran badan saat bercermin *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
- Setuju
- Tidak Setuju
- Sangat Tidak Setuju

7. 2. Ukuran lengan saya tidak sesuai dengan keinginan *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
- Setuju
- Tidak Setuju
- Sangat Tidak Setuju

8. 3. Saya tidak suka dengan ukuran perut saya **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

9. 4. Ada perasaan tertekan dengan bentuk badan saat saya sedang bercermin **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

10. 5. Saya senang dengan bentuk wajah yang seperti ini **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

11. 6. Saya terus menerus khawatir dengan berat badan saya **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

12. 7. Saya percaya diri dengan bentuk badan saya saat ini **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

13. 8. Saya menganggap diri saya tidak menarik **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

14. 9. Menurut saya orang lain terlihat lebih cantik daripada saya **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

15. 10. Saya berpikir dengan mengurangi makan dapat membuat berat badan tidak naik **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

16. 11. Saya akan segera langsing jika terus menerus mengurangi porsi makan setiap harinya **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

17. 12. Kaki saya kurang menarik daripada orang lain **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

18. 13. Lengan saya kurang menarik daripada orang lain **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

19. 14. Bentuk badan teman saya lebih ideal dibanding saya **Tandai satu oval saja.*

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

20. 15. Perut saya terlalu buncit diantara teman yang lain *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

21. 16. Orang sering berkomentar buruk pada ukuran tubuh saya *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

22. 17. Orang lain menyebut saya tidak menarik *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

23. 18. Pandangan orang lain terhadap tubuh saya sangat buruk *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

24. 19. Orang lain memuji bentuk tubuh saya *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

25. 20. Kebanyakan orang menganggap saya memiliki tubuh yang ideal *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

26. 21. Saya pernah berfikir melakukan diet dengan olahraga *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

27. 22. Saya pernah berfikir akan melakukan olahraga untuk menurunkan berat badan *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

Isi Pernyataan dibawah dengan keadaan Anda yang sebenarnya.

Hasil jawaban ini tidak akan disebarluaskan !

28. 1. Melihat teman yang memiliki kaki lebih panjang dan ramping membuat saya menginginkan hal yang sama *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

29. 2. Kulit saya terlihat tidak menarik saat bersama teman yang lain *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

30. 3. Lengan saya terlihat tidak menarik saat bersama teman yang lain *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

31. 4. Diantara teman yang lain berat badan saya tidak ideal *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

32. 5. Saya cenderung membandingkan diri saya dengan mereka yang lebih cantik daripada saya *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

33. 6. saya tidak suka membandingkan diri saya dengan teman yang lebih baik fisiknya dibanding saya *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

34. 7. Saya memiliki berat badan yang ideal seperti selebgram *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

35. 8. Saya menjadikan selebgram dan yang lebih menarik sebagai standar ideal saya *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

36. 9. Saya berusaha membentuk tubuh agar lebih proporsional dibandingkan dengan teman *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

37. 10. Saya lebih menyukai membandingkan diri dengan teman yang memiliki kulit yang tidak bagus *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

38. 11. Saya cenderung membandingkan diri dengan orang yang lebih tidak menarik *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

39. 12. Cara berpakaian saya jauh lebih menarik dibanding teman *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

40. 13. Saya memiliki paha yang ideal dibanding teman *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

41. 14. Dibandingkan dengan teman teman saya, penampilan fisik saya jauh lebih menarik *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

42. 15. Saya berpikir tentang betapa menariknya tubuh saya dibandingkan dengan orang orang yang kelebihan berat badan *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

Isi Pernyataan dibawah dengan keadaan Anda yang sebenarnya.

Hasil jawaban ini tidak akan disebarluaskan !

43. 1. Saya membutuhkan waktu yang lama untuk membiasakan diri dalam hal hal tertentu *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

44. 2. Saya berhati hati dalam berbicara dengan lawan bicara *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

45. 3. Saya sangat gugup saat harus berbicara disebuah forum *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

46. 4. Saya merasa orang lain mengacuhkan saya *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

47. 5. Orang lain mendengarkan saya saat menyampaikan pendapat dalam sebuah forum *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

48. 6. Saya berusaha berbicara sopan dengan orang yang lebih tua *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

49. 7. **Saya akan mudah meminta maaf jika telah melakukan kesalahan ***

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

50. 8. **Setelah dibantu orang lain, saya mengucapkan terimakasih ***

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

51. 9. **Saya akan bilang tolong saat meminta bantuan orang lain ***

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

52. 10. **Saya malu mengucapkan permisi saat lewat didepan orang yang sedang duduk ***

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

53. 11. **Saya sering lupa mengucapkan salam saat menerima telepon ***

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

54. 12. **Saya mencoba untuk menerima segala kekurangan yang ada dalam diri ***

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

55. 13. Menurut orang lain, saya adalah orang yang tidak menyenangkan *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

56. 14. Orang lain menyukai cara berpakaian saya *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

57. 15. Saya diasingkan didalam kelompok *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

58. 16. Orang lain mengkritik cara berpakaian saya *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

59. 17. saya mendapat kritikan dalam hal apapun *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

60. 18. Saya tidak bisa menjalankan tugas yang telah saya terima *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

61. 19. Saya yakin bisa jika tugas yang diberikan akan saya kerjakan meskipun sulit *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

62. 20. Saya takut menghadapi hal hal yang baru *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

63. 21. Saya mudah putus asa saat mengerjakan sesuatu *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

64. 22. Saya jengkel dengan tugas yang saya kerjakan *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

65. 23. Saya berpikir pekerjaan yang saya terima harus dikerjakan dengan baik *

Tandai satu oval saja.

- Sangat Setuju
 Setuju
 Tidak Setuju
 Sangat Tidak Setuju

Diberdayakan oleh
 Google Forms

Lampiran 2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

a. *Body Dissatisfaction*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	93	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	93	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of s
.863	21

-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected -Total Correlation	Cronbach's Alpha if Deleted
VAR00001	53.9681	64.741	.516	.855
VAR00002	53.9681	64.311	.463	.856
VAR00003	53.8298	63.939	.453	.857
VAR00004	54.1915	63.103	.618	.851
VAR00006	53.7872	65.868	.382	.859
VAR00007	53.9255	66.435	.453	.857
VAR00008	54.2234	66.864	.343	.860
VAR00009	53.7553	67.004	.332	.860
VAR00010	53.9894	63.365	.535	.853
VAR00011	54.2553	63.698	.471	.856
VAR00012	54.0106	65.365	.343	.861
VAR00013	54.0532	62.309	.618	.850
VAR00014	53.6170	65.723	.476	.856
VAR00015	54.1170	62.126	.590	.851
VAR00016	54.2766	64.030	.501	.855
VAR00017	54.4787	65.521	.442	.857
VAR00018	54.5957	65.932	.358	.860
VAR00019	54.0213	65.548	.476	.856
VAR00020	54.1064	64.956	.406	.858
VAR00021	53.8617	65.325	.313	.863
VAR00022	53.8617	64.422	.363	.861

b. *Social Comparison*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	93	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	93	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of s
.746	7

-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected -Total Correlation	Cronbach's Alpha if Deleted
VAR00005	14.3936	8.843	.319	.747
VAR00008	15.0319	7.902	.515	.702
VAR00009	14.5106	9.070	.388	.730
VAR00010	15.0000	7.613	.689	.662
VAR00011	15.0000	8.043	.551	.694
VAR00012	14.7766	8.864	.399	.728
VAR00015	14.6277	8.365	.392	.733

c. *Self Esteem*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	93	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	93	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of s
.846	20

-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected -Total Correlation	Cronbach's Alpha if Deleted
VAR00001	57.0319	37.063	.423	.839
VAR00003	56.6809	35.790	.613	.830
VAR00004	56.3404	37.109	.627	.832
VAR00005	55.6170	39.508	.240	.846
VAR00006	56.0106	38.032	.365	.841
VAR00007	55.6383	38.298	.424	.839
VAR00008	55.6383	38.728	.357	.841
VAR00009	56.0957	38.217	.361	.841
VAR00011	56.4362	38.399	.399	.840
VAR00012	55.9255	36.521	.533	.834
VAR00013	56.3936	37.058	.481	.836
VAR00014	56.4468	36.852	.461	.837
VAR00015	56.0532	38.051	.529	.836
VAR00016	56.0319	39.085	.266	.845
VAR00017	56.5532	36.035	.486	.836
VAR00018	56.5000	36.511	.556	.833
VAR00019	56.4468	37.562	.450	.838
VAR00020	55.7979	39.174	.302	.843
VAR00002	57.2872	37.939	.300	.846
VAR00010	56.3191	37.424	.404	.840

Lampiran 3. Hasil Uji Normalitas Dan Linearitas

a. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		VAR00001	VAR00002	VAR00003
N		93	93	93
Normal Parameters ^a	Mean	56.4624	17.1613	59.3226
	Std. Deviation	8.00891	3.27139	6.39660
Most Extreme Differences	Absolute	.140	.096	.111
	Positive	.140	.061	.089
	Negative	-.084	-.096	-.111
Kolmogorov-Smirnov Z		1.349	.924	1.070
Asymp. Sig. (2-tailed)		.052	.361	.202

a. Test distribution is Normal.

b. Hasil Uji Linearitas

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Y * X ₂	93	98.9%	1	1.1%	94	100.0%

Report

Y

X ₁	Mean	N	Std. Deviation
10	64.3333	3	10.69268
11	54.0000	2	22.62742
12	59.0000	3	10.44031
13	55.5000	4	12.23383
14	53.5000	6	4.18330
15	54.8182	11	5.13455
16	54.3000	10	5.37587
17	55.0000	8	3.81725
18	57.5833	12	8.90820
19	54.9231	13	7.05291
20	57.2500	8	7.38241
21	58.0000	7	10.56724
22	67.0000	3	12.28821
23	68.0000	1	.
26	53.0000	2	5.65685
Total	56.4624	93	8.00891

ANOVA Table

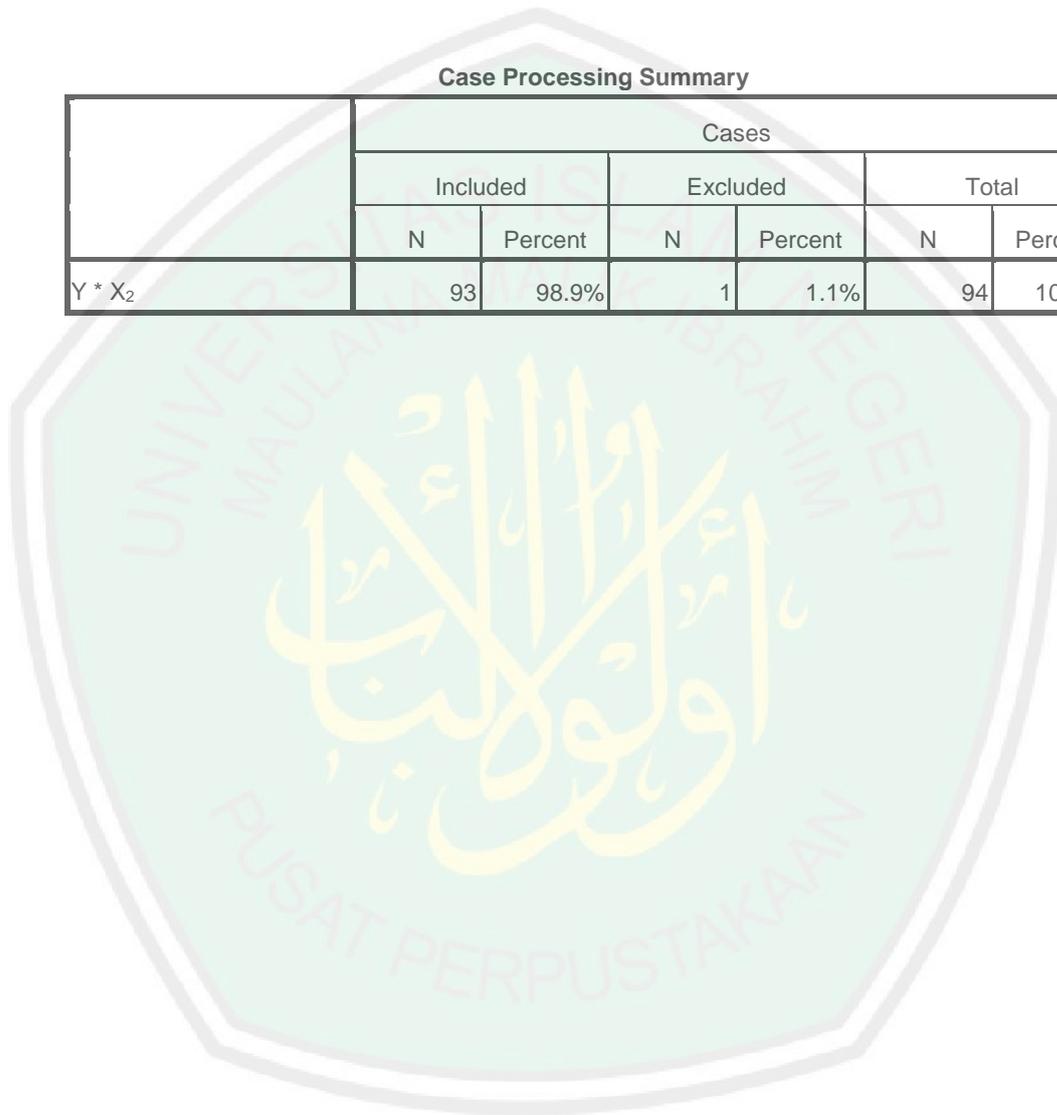
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X ₁	Between Groups (Combined)	924.876	14	66.063	1.035	.428
	Linearity	23.796	1	23.796	.373	.543
	Deviation from Linearity	901.080	13	69.314	1.086	.383
	Within Groups	4976.243	78	63.798		
	Total	5901.118	92			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Y * X ₁	.064	.004	.396	.157

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Y * X ₂	93	98.9%	1	1.1%	94	100.0%



Report

Y

X ₂	Mean	N	Std. Deviation
43	66.5000	2	20.50610
44	75.0000	1	.
46	61.5000	2	3.53553
47	56.0000	1	.
49	62.0000	1	.
50	49.0000	1	.
51	56.0000	1	.
52	67.6667	3	5.50757
53	48.0000	1	.
54	56.5000	2	7.77817
55	56.5714	7	3.10146
56	55.0000	1	.
57	58.7778	9	6.94222
58	53.8000	5	5.06952
59	60.1818	11	8.94224
60	51.7500	8	1.58114
61	55.8000	5	4.08656
62	53.5000	6	5.68331
63	54.6250	8	7.40536
64	55.0000	1	.
65	53.0000	3	3.46410
66	62.3333	3	10.69268
67	47.6667	3	4.93288
68	47.0000	2	9.89949
69	71.0000	1	.
70	52.0000	1	.
72	49.0000	1	.
73	53.5000	2	21.92031
76	54.0000	1	.
Total	56.4624	93	8.00891

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X ₂ Between Groups (Combined)	2491.737	28	88.991	1.671	.046
Linearity	622.573	1	622.573	11.687	.001
Deviation from Linearity	1869.164	27	69.228	1.300	.195
Within Groups	3409.381	64	53.272		
Total	5901.118	92			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Y * X ₂	-.325	.106	.650	.422

Lampiran 4. Kategorisasi Data

a. *Body Dissatisfaction*

1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Total	Kategori
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	55	Sedang
3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	4	4	59	Sedang
3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	4	55	Sedang
2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	1	2	2	2	2	1	1	40	Rendah
3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	57	Sedang
2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	53	Sedang
3	3	2	2	1	3	4	3	2	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	54	Sedang
3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	53	Sedang
2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	53	Sedang
2	1	1	3	3	3	3	4	1	1	2	2	4	1	3	3	3	3	3	1	1	48	Sedang
2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	56	Sedang
3	3	4	2	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	2	3	2	2	1	1	1	59	Sedang
3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	56	Sedang
3	2	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	58	Sedang
2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	56	Sedang
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	2	4	4	3	4	64	Tinggi
2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	1	3	2	4	3	52	Sedang
2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	55	Sedang
4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	76	Tinggi
4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	1	3	3	4	4	74	Tinggi
4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	3	2	4	4	69	Tinggi
2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	2	2	3	2	2	3	3	4	4	4	4	62	Sedang
2	2	3	1	3	2	1	3	4	4	4	2	2	2	1	1	1	2	1	4	4	49	Sedang
4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	4	4	60	Sedang
3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	1	2	49	Sedang
3	2	3	2	3	2	2	2	4	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	54	Sedang
2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	4	3	1	54	Sedang
3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	4	49	Sedang
3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	4	4	60	Sedang
3	4	4	3	4	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	56	Sedang
3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	4	4	73	Tinggi
2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	1	3	2	4	3	52	Sedang
4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	68	Tinggi
3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	4	4	55	Sedang
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	59	Sedang
4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	76	Tinggi
3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	4	4	67	Tinggi
4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	1	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	71	Tinggi
3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	81	Tinggi
3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	54	Sedang
3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	48	Sedang
3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	2	2	2	2	3	2	4	4	58	Sedang
3	2	3	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	3	46	Sedang
3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	2	2	1	3	3	4	4	60	Sedang
2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	3	4	3	4	57	Sedang
3	3	1	2	3	3	3	4	1	1	1	1	3	1	2	2	2	2	1	1	1	42	Sedang
4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	63	Sedang
3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	53	Sedang
3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	52	Sedang
3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	2	2	3	3	60	Sedang
2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	56	Sedang
2	2	2	3	3	3	2	4	2	1	4	2	3	2	2	1	2	3	4	3	3	53	Sedang
2	3	1	2	2	2	3	4	3	2	4	4	3	1	2	3	2	3	3	3	3	55	Sedang
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62	Sedang
3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	62	Sedang
4	4	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	2	4	2	3	3	3	2	3	69	Tinggi

2	3	2	1	3	3	3	4	3	1	2	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	62	Sedang
3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	2	2	4	4	60	Sedang
2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	57	Sedang
3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	1	2	3	2	1	1	1	3	3	4	4	49	Sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	56	Sedang
3	4	3	2	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	57	Sedang
2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	49	Sedang
2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	1	3	2	4	3	52	Sedang
4	3	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	75	Tinggi
2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	1	2	1	1	3	3	3	3	45	Sedang
2	2	3	2	2	2	3	4	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	54	Sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	62	Sedang
3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	54	Sedang
3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	4	4	4	70	Tinggi
3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	56	Sedang
2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	4	57	Sedang
2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	51	Sedang
1	1	4	1	4	2	2	4	1	3	4	2	4	4	1	2	1	1	1	4	4	51	Sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	Sedang
3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	55	Sedang
3	3	4	2	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	2	1	3	3	1	1	55	Sedang
2	4	3	3	4	3	2	2	2	3	2	4	2	3	1	2	2	2	1	2	1	50	Sedang
3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	54	Sedang
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	47	Sedang
4	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	4	2	2	2	2	3	2	1	1	52	Sedang
2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	45	Sedang
2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	4	3	2	4	4	2	1	1	52	Sedang
2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	52	Sedang
4	1	1	3	1	3	3	3	3	3	1	1	4	1	3	3	3	2	1	2	3	49	Sedang
3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	1	1	52	Sedang
2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	52	Sedang
3	4	3	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	1	3	3	1	62	Sedang
3	1	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	2	2	55	Sedang
2	2	4	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	3	50	Sedang
3	2	1	2	4	2	4	4	4	1	1	1	4	1	1	3	1	3	2	4	4	52	Sedang
2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	38	Rendah
3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	52	Sedang

b. Social Comparison

5	8	9	10	11	12	15	total	Kategori
	3	2	2	2	2	2	15	Rendah
	2	3	3	2	2	3	19	Sedang
	2	2	3	1	2	2	14	Rendah
	3	1	1	1	1	3	13	Rendah
	2	2	3	2	2	2	15	Rendah
	2	2	3	3	4	2	19	Sedang
	3	1	2	2	2	2	14	Rendah
	3	3	3	2	2	3	19	Sedang
	2	2	3	2	2	2	15	Rendah
	3	2	2	1	2	1	14	Rendah
	3	2	3	3	3	3	20	Sedang
	2	2	2	2	2	3	16	Sedang
	4	3	3	3	3	2	21	Sedang

3	2	3	2	3	2	2	17	Sedang
3	3	3	2	2	2	2	17	Sedang
3	3	3	2	2	1	1	15	Rendah
3	2	2	3	3	3	3	19	Sedang
2	2	3	3	3	3	3	19	Sedang
4	4	4	2	2	3	2	21	Sedang
4	2	4	2	2	3	1	18	Sedang
2	1	2	2	2	2	2	13	Rendah
3	1	2	1	1	1	1	10	Rendah
4	2	4	4	4	4	4	26	Tinggi
2	2	2	2	2	2	3	15	Rendah
4	3	3	2	3	2	2	19	Sedang
3	2	3	2	3	4	3	20	Sedang
2	2	2	2	2	3	3	16	Sedang
3	2	3	3	2	3	4	20	Sedang
3	1	3	2	1	2	1	13	Rendah
3	3	4	3	2	2	3	20	Sedang
4	3	3	3	2	2	3	20	Sedang
3	2	2	3	3	3	3	19	Sedang
3	3	3	4	4	3	3	23	Sedang
2	2	3	2	2	2	2	15	Rendah
3	3	3	2	2	2	2	17	Sedang
2	1	3	1	1	1	1	10	Rendah
3	3	2	2	2	3	3	18	Sedang
2	2	2	1	1	2	2	12	Rendah
4	4	4	2	2	3	3	22	Sedang
4	1	1	1	1	2	2	12	Rendah
2	2	3	2	3	3	3	18	Sedang
4	4	4	2	2	3	3	22	Sedang
2	2	3	3	2	2	2	16	Sedang
3	2	3	3	2	2	2	17	Sedang
4	2	2	2	2	2	2	16	Sedang
3	2	3	3	3	3	4	21	Sedang
3	3	3	2	2	2	3	18	Sedang
3	3	2	2	2	3	3	18	Sedang
2	2	3	2	2	2	3	16	Sedang
2	2	2	2	2	2	2	14	Rendah
3	3	3	3	2	3	3	20	Sedang
3	1	2	2	1	2	2	13	Rendah
4	1	2	3	2	3	3	18	Sedang
3	2	2	2	2	3	2	16	Sedang
3	3	3	2	2	3	3	19	Sedang
2	3	3	3	1	3	3	18	Sedang
4	4	3	3	3	2	3	22	Sedang
2	2	3	2	2	3	4	18	Sedang
4	4	3	4	3	4	4	26	Tinggi
2	3	3	2	1	2	2	15	Rendah
3	2	2	2	2	2	2	15	Rendah

2	2	2	2	3	2	3	16	Sedang
3	2	3	3	3	3	2	19	Sedang
3	2	2	3	3	3	3	19	Sedang
4	3	3	3	3	2	1	19	Sedang
2	2	3	2	2	2	2	15	Rendah
4	2	2	2	2	3	2	17	Sedang
3	3	3	3	3	2	3	20	Sedang
2	2	3	2	3	3	3	18	Sedang
3	1	2	1	1	2	1	11	Rendah
3	2	3	2	2	2	2	16	Sedang
2	2	3	2	2	2	2	15	Rendah
3	2	3	3	3	2	3	19	Sedang
2	1	2	2	3	3	4	17	Sedang
3	3	3	3	3	3	3	21	Sedang
1	1	2	1	1	2	2	10	Rendah
4	4	3	2	2	3	3	21	Sedang
3	1	3	2	2	2	1	14	Rendah
3	1	2	1	1	4	2	14	Rendah
3	2	3	2	2	3	3	18	Sedang
2	2	3	3	2	2	4	18	Sedang
2	2	3	2	2	2	3	16	Sedang
3	2	2	3	3	4	4	21	Sedang
3	2	3	2	2	2	3	17	Sedang
4	2	3	2	2	2	3	18	Sedang
2	2	3	2	3	4	4	20	Sedang
3	2	2	2	2	2	2	15	Rendah
4	3	3	3	2	2	4	21	Sedang
3	1	3	1	3	2	3	16	Sedang
2	2	3	2	2	3	3	17	Sedang
3	1	2	3	4	2	4	19	Sedang
1	1	2	1	2	2	2	11	Rendah
1	2	3	1	1	2	2	12	Rendah

c. *Self Esteem*

1	3	4	5	6	7	8	9	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Total	Kategori
2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	55	Sedang
3	1	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	63	Tinggi
3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	65	Tinggi
2	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	3	4	68	Tinggi
2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	58	Sedang
3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	57	sedang
1	2	2	3	4	3	4	4	3	2	2	3	3	2	3	4	3	2	3	4	57	Sedang
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60	Sedang

3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	59	Sedang		
2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	4	62	Tinggi	
2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57	Sedang	
1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	46	Sedang
2	1	2	2	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	47	Sedang	
3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	59	Sedang
2	2	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	61	Tinggi
1	2	1	2	4	4	4	4	2	1	1	2	1	1	3	3	2	2	3	3	46	Sedang	
3	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	60	Sedang	
2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	55	Sedang	
3	1	3	4	4	3	2	2	4	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	4	59	Sedang	
1	1	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	1	3	4	4	66	Tinggi	
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	57	Sedang	
1	2	1	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	52	Sedang	
2	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	72	Tinggi	
2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	57	Sedang	
3	1	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	2	3	4	59	Sedang	
2	2	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	3	2	2	4	2	2	3	59	Sedang	
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	58	Sedang	
2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	61	Tinggi	
3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	3	3	4	3	4	4	66	Tinggi	
2	1	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	1	3	4	2	3	3	4	58	Sedang	
2	1	2	2	4	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	52	Sedang	
3	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	60	Sedang	
2	2	2	3	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	52	Sedang	
2	1	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	55	Sedang	
3	2	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	Sedang	
1	1	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	2	2	2	3	59	Sedang	
2	2	3	3	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	63	Tinggi	
1	3	2	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	69	Tinggi	
1	1	1	1	4	3	3	3	3	1	2	1	1	1	3	3	2	2	3	4	43	Sedang	
3	1	1	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	4	4	3	4	4	4	60	Sedang	
3	2	2	3	3	2	3	4	3	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	53	Sedang	

1	2	2	3	4	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	1	1	2	4	55	Sedang
2	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	63	Tinggi
2	2	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	61	Tinggi
3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	62	Tinggi
3	2	2	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	67	Tinggi
2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	59	Sedang
2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57	Sedang
3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	57	Sedang
1	2	3	2	4	4	4	4	3	3	2	3	2	2	4	4	2	3	3	4	59	Sedang
3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	Tinggi
3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3	4	66	Tinggi
2	1	2	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	56	Sedang
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	57	Sedang
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	59	Sedang
4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	73	Tinggi
2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	1	2	3	54	Sedang
3	2	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	2	4	63	Tinggi
2	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	61	Tinggi
3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	65	Tinggi
2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51	Sedang
2	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	61	Tinggi
2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	50	Sedang
3	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	60	Sedang
1	1	1	2	4	4	4	4	3	1	3	2	2	1	2	3	1	1	1	3	44	Sedang
2	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	63	Tinggi
3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	68	Tinggi
2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	49	Sedang
1	1	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	1	2	3	3	55	Sedang
1	1	1	3	4	3	4	4	4	3	2	4	2	2	3	4	3	2	3	4	57	Sedang
3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	55	Sedang
2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	58	Sedang
2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	54	Sedang
1	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	67	Tinggi

2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	55	Sedang
2	1	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	62	Tinggi
3	1	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	4	65	Tinggi	
2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	60	Sedang	
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	76	Tinggi	
2	1	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	62	Tinggi	
3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	70	Tinggi	
2	1	2	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	58	Sedang	
2	2	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	1	3	2	4	63	Tinggi	
2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	60	Sedang	
2	1	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	4	60	Sedang	
2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	63	Tinggi	
2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	59	Sedang	
2	1	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	2	2	2	4	62	Tinggi	
3	1	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	3	3	64	Tinggi	
3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	67	Tinggi	
1	1	1	2	4	1	3	3	4	2	1	1	1	1	3	4	2	2	2	4	43	Sedang	
3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	73	Tinggi	
2	2	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	62	Tinggi	

PUSAT PERPUSTAKAAN

Lampiran 5. Uji Regresi Linear Berganda

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	VAR00003, VAR00002 ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: VAR00001

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.325 ^a	.106	.086	7.65799

a. Predictors: (Constant), VAR00003, VAR00002

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	623.087	2	311.544	5.312	.007 ^a
	Residual	5278.031	90	58.645		
	Total	5901.118	92			

a. Predictors: (Constant), VAR00003, VAR00002

b. Dependent Variable: VAR00001

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	80.072	9.260		8.647	.000
	VAR00002	.023	.248	.009	.094	.926
	VAR00003	-.405	.127	-.323	-3.197	.002

a. Dependent Variable: VAR00001



PENGARUH SOCIAL COMPARISON DAN SELF ESTEEM TERHADAP BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWI

Fajar Ayu Hastuti
Dr. Endah K. Purwaningtyas, M. Psi, Psikolog,
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Email : fajar890@gmail.com. 082336986648

Abstrak. Mendapatkan tubuh ideal adalah idaman setiap orang tentunya, terutama perempuan. Sehingga hal ini tidak lepas dengan persepsi individu sendiri tentang bentuk tubuhnya. Tujuan dari penelitian ini mengetahui tingkat *Social Comparison*, *Self Esteem*, *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Selain itu untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction*, *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction*, dan pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda. Pada penelitian ini digunakan tiga jenis skala untuk mengumpulkan data, yaitu skala *Body Dissatisfaction*, skala *Social Comparison* dan skala *Self Esteem*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan pengambilan subjek sesuai dengan karakteristik yang telah ditentukan. Karakteristik subjek yaitu, Mahasiswa usia 21-23 tahun dan mengalami ketidakpuasan pada tubuhnya.

Berdasarkan pengujian terhadap hipotesis penelitian ini, diperoleh hasil bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama mempengaruhi *Body Dissatisfaction* sebesar 0,106 dengan nilai signifikansi 0,007 ($p < 0,05$). Secara terpisah *Social Comparison* mempengaruhi *Body Dissatisfaction* hanya sebesar 0,926 dengan nilai signifikansi 0,009 ($p > 0,05$), sedangkan *Self Esteem* berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* korelasi sebesar 0,0323 dengan nilai signifikansi 0,002 ($p < 0,05$).

Kata kunci: (*Social Comparison, Self Esteem, Body Dissatisfaction*)

Tubuh merupakan salah satu aset penting bagi setiap orang. Tubuh selalu berkaitan erat dengan penampilan fisik. Tidak aneh jika penampilan fisik akan selalu menjadi hal yang pertama dinilai oleh orang lain. Penilaian fisik ini mempengaruhi penilaian seseorang tentang dirinya. Mendapatkan tubuh ideal adalah idaman setiap orang tentunya, terutama perempuan. Sehingga hal ini tidak lepas dengan persepsi individu sendiri tentang bentuk tubuhnya. Brownmiller (dalam Prawono, 2015) menemukan fakta bahwa di berbagai budaya kebanyakan perempuan tidak puas dengan tubuhnya. Bagi kebanyakan perempuan penilaian terhadap penampilan fisik selalu menjadi sorotan utama.

Bahkan mereka mau melakukan apapun demi terlihat menarik dan dinilai ideal baik orang lain maupun dirinya sendiri. Apabila seseorang tidak puas dengan tubuhnya sendiri, hal ini bisa menyebabkan munculnya masalah seperti *Body Dissatisfaction* hingga terlibat dalam berbagai tindakan yang dapat membahayakan dirinya agar ia dapat memiliki tubuh yang dianggap menarik, misalnya dengan diet tidak sehat, penggunaan steroid bahkan anoreksia (Olivardia et. Al, 2000 dalam Thompson, 2002).

Festinger (dalam Suls dan Wheeler,2000) yang mengatakan bahwa proses subjektif seseorang membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan orang lain yang berada dalam lingkungannya ini disebut dengan *Social Comparison*. Hal ini sesuai dengan pernyataan Jones (2001) bahwa *Social Comparison* merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan body image yang kemudian akan memengaruhi kepuasan dan ketidakpuasan tubuh seseorang.

Selain *Social Comparison* ,*Self Esteem* juga memiliki pengaruh dalam ketidakpuasan seseorang pada tubuhnya. Wilis Srisayekti, David A. Setiady (2015) dalam jurnal yang berjudul “Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar” menyatakan bahwa harga-diri (self-esteem) merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang, dan akan berdampak luas pada sikap dan perilakunya. Menurut pandangan Rosenberg(dalam Flynn,2001),dua hal yang berperan dalam pembentukan harga-diri (self-esteem), adalah *reflected appraisals* dan komparasi sosial (*Social Comparisons*). Mereka yang memiliki self-esteem(harga-diri) rendah diduga memiliki kecenderungan menjadi rentan terhadap depresi dan penyakit psikologis yang lain

Tujuan dari penelitian ini mengetahui tingkat *Social Comparison*, *Self Esteem*,*Body Dissatisfaction*pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Selain itu untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Social Comparison*terhadap *Body Dissatisfaction*, *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction*, dan pengaruh *Social*

Comparison dan Self Esteem terhadap Body Dissatisfaction pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Body Dissatisfaction merupakan sebuah pemikiran dan perasaan negatif mengenai tubuh sendiri menurut Cash dan Pruzinsky (dalam Irmayanti, 2009). Pengertian yang diungkapkan oleh Thompson, Heinberg, Altabe, & Tantleff-Dunn (Cheng, 2006) bahwa *Body Dissatisfaction* secara umum digunakan untuk merujuk pada ketidakbahagiaan subjektif dengan penampilan tubuh yang dimiliki. Hal ini juga diutarakan oleh Sejcova (2008), yaitu ketidakpuasaan bentuk tubuh atau *Body Dissatisfaction* sebagai pemikiran dan perasaan negatif terhadap bentuk tubuh yang muncul ketika gambaran seseorang tentang bentuk tubuh tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang dimiliki.

Eddleston (2009) mengemukakan bahwa manusia cenderung untuk membandingkan dirinya dengan orang lain. Hal ini berdasarkan teori yang dikembangkan oleh Festinger pada tahun 1954, yang disebut dengan teori perbandingan sosial (Irmayanti, 2009). Teori perbandingan sosial menyatakan bahwa individu cenderung untuk membandingkan kemampuannya dengan kemampuan orang lain.).

Menurut Wood (Jones, 2001) *Social Comparison* merujuk pada pertimbangan kognitif bahwa individu membandingkan atribut dirinya dengan oranglain. Perbandingan merupakan evaluasi diri yang penting dan tidak bergantung pada kondisi objektif dibandingkan bagaimana menilai diri dengan oranglain pada atribut tertentu.

Branden (dalam Rohmah, 2014) mengatakan bahwa harga diri merupakan perpaduan antara kepercayaan diri dengan penghormatan diri. *Self Esteem* adalah suatu dimensi evaluatif global mengenai diri; disebut juga sebagai martabat-diri atau citra diri (Santrock, 2007). Hal ini juga didukung oleh Rosenberg (dalam Murk, 2006) menyatakan bahwa *Self Esteem* merupakan positif ataupun negatif terhadap diri individu. Paul J. Centi (dalam Rohmah, 2014) mendefinisikan harga diri (*Self Esteem*) sebagai perasaan suka atau tidak suka

terhadap diri sendiri atau bagaimana individu melihat dirinya berharga atau tidak berharga.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah mengenai ada tidaknya pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Metode

Dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas atau variabel independen yaitu *Social Comparison* dan *Self Esteem*, sedangkan variabel terikat atau variabel dependen yaitu *Body Dissatisfaction*. *Body Dissatisfaction* merupakan pemahaman individu yang berbentuk sebuah pikiran, perasaan dan perilaku yang cenderung negatif atau tidak puasnya seseorang terhadap penampilan tubuh yang dimiliki. Untuk mengukur variabel *Body Dissatisfaction* digunakan skala yang peneliti buat sendiri berdasarkan sumber-sumber pengetahuan akan diri sendiri yang dikemukakan oleh Thompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn, (1999) yang terdiri dari Afektif (10 item), Kognitif (11 item), dan Perilaku (9 item). Memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0,863.

Social Comparison merupakan sebuah bentuk evaluasi (penilaian) seseorang terhadap dirinya dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain. Pada penelitian ini subjek pembandingan adalah teman keseharian. Untuk mengukur variabel ini menggunakan skala yang dikembangkan oleh O'Brien et al. (2009). Alat ukur ini memiliki dua aspek yaitu Upward (perbandingan keatas) dan Downward (perbandingan kebawah). Jumlah item pada aspek Upward Comparison 10 item dan Downward Comparison sejumlah 10 item. Memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0,746.

Self Esteem adalah persepsi individu tentang bagaimana menilai dirinya berharga atau tidak berharga yang dapat membentuk perilaku positif maupun

negatif. Untuk mengukur self-esteem digunakan sebuah skala yang diadopsi dari *Self Esteem* Inventori yang dikembangkan oleh Coopersmith (1967) Alat ukur ini diukur melalui beberapa aspek yaitu kekuatan (power) sejumlah 8 item, Kebajikan (virtue) 7 item, Keberartian (significance) 8 item, dan Kemampuan (Competence) 7 item. Memiliki *Alpha Cronbach* sebesar 0,846.

Populasi pada Penelitian ini adalah Mahasiswi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Teknik pengumpulan sampel akan dilakukan secara purposive sampling. Adapun karakteristik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah subjek mahasiswa yang masih aktif di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Mahasiswi, memiliki rentan usia 21 tahun sampai 23 tahun, dan mengalami ketidakpuasaan pada tubuhnya.

Pada penelitian ini, teknik analisis data menggunakan bantuan *software SPSS 16.0 for windows* dan *Microsoft excel 2013*. Adapun data yang diperoleh melalui kuisioner dianalisis dengan teknik-teknik meliputi (1) analisis deskriptif menggunakan *software SPSS 16.0 for windows*, (2) uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* (3) uji linearitas menggunakan *Test for Linearity* (4) uji hipotesis menggunakan uji regresi linear berganda.

Hasil

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa Mahasiswi UIN Malang memiliki tingkat *Body Dissatisfaction* kategori tinggi sebanyak 14,0% dengan frekuensi subyek 13; kategori sedang sebanyak 66,7% dengan frekuensi subyek 78 dan 2,2% dengan frekuensi 2 subjek dikategori rendah. memiliki tingkat *Social Comparison* kategori tinggi sebanyak 2,2 %; kategori sedang sebanyak 66,7% dan 31,2% dikategori rendah. tingkat *Self Esteem* kategori tinggi sebanyak 39,86%; kategori sedang sebanyak 65,6% dan tidak ada yang berada dikategori rendah.

Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa distribusi dari ketiga variabel normal. Ketiga variabel memiliki signifikansi $>0,05$ yaitu *Body Dissatisfaction* sebesar 0,053, *Social Comparison* sebesar 0,361 dan *Self Esteem* sebesar 0,202. Sedangkan untuk linearitas menunjukkan bahwa kedua hubungan variabel

memiliki Sig. Deviation from linearity $>0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa kedua hubungan variabel berhubungan linear.

Berdasarkan pengujian terhadap hipotesis penelitian ini, diperoleh hasil bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama mempengaruhi *Body Dissatisfaction* sebesar 0,106 dengan nilai signifikansi 0,007 ($p < 0,05$). Secara terpisah *Social Comparison* mempengaruhi *Body Dissatisfaction* hanya sebesar 0,926 dengan nilai signifikansi 0,009 ($p > 0,05$), sedangkan *Self Esteem* berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* korelasi sebesar 0,0323 dengan nilai signifikansi 0,002 ($p < 0,05$).

Diskusi

Berdasarkan data analisis deskriptif menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang melakukan perbandingan sosial (*Social Comparison*) memiliki tingkat yang cukup. Aspek yang berpengaruh dalam variabel ini adalah perbandingan kebawah (*downward comparison*), dengan perbandingan kebawah ini. Mahasiswi lebih sering membandingkan dirinya dengan orang yang menurutnya tidak lebih baik atau sejajar dengannya. Sesuai dengan yang telah disampaikan oleh Eddleston (2009) bahwa seseorang akan membandingkan dengan orang yang tidak lebih baik dari dirinya dengan tujuan untuk mempertahankan atau menguatkan citra diri yang dimilikinya. Sehingga seseorang yang melakukan perbandingan ini memiliki dampak yang dapat menurunkan *Body Dissatisfaction*. Menurut Lianawati (2011) Perbandingan sosial yang dilakukan secara *downward* dapat memperkuat diri (*self-enhancement*), meningkatkan *self-esteem* dan mengurangi stress.

Pada penelitian ini menunjukkan paling banyak pada kategori sedang, ini berarti mahasiwa perempuan memiliki persepsi yang cukup berharga dan memandang dirinya lebih positif. *Self esteem* sedang menunjukkan gejala atau ciri yang mempunyai penilaian tentang kemampuan, harapan-harapan dan kebermaknaan dirinya bersifat positif, sekalipun lebih moderat. Mereka

memandang dirinya lebih baik dari pada kebanyakan orang tetapi tidak sebaik individu dengan *Self Esteem* tinggi. Adapun aspek yang memiliki korelasi paling kuat adalah aspek kemampuan. Aspek tersebut adalah dimensi pembentuk utama dari variabel *Self Esteem* pada Mahasiswi. Harga-diri (self-esteem) yang tinggi membantu meningkatkan inisiatif, resiliensi dan perasaan puas pada diri seseorang (Baumeister dkk., 2003; dalam Stisayekti. W., A. David.(2015).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami *Body Dissatisfaction* yang cukup tinggi. Tingkat *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi ini dipengaruhi oleh beberapa dimensi yaitu komponen afektif, komponen kognitif dan komponen perilaku. Hal ini berarti Mahasiswi mengalami perasaan negatif terhadap tubuhnya pada tingkatan yang tinggi.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara *Social Comparison* tidak memiliki pengaruh terhadap variabel *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi. Melihat dari hasil dengan tidak ada pengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* karena adanya kemungkinan subjek memiliki penerimaan diri yang tinggi. Kemudian menyebabkan tidak adanya pengaruh pada ketidakpuasan tubuh.

Berbeda dengan penelitian terdahulu yang dilakukan di Surabaya terhadap 104 Mahasiswi dalam rentang usia antara 18-25 tahun ditulis oleh Livian Sunartio, Monique Elizabeth Sukamto, Ktut Dianovinina (2012) yang berjudul "*Social Comparison dan pada wanita dewasa awal*" dengan hasil menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Social Comparison* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal. Semakin sering wanita dewasa awal membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh wanita lain yang lebih menarik, maka akan semakin tinggi pula tingkat *Body Dissatisfaction* yang dialaminya. Lianawati (2011) Perbandingan sosial yang dilakukan secara downward dapat memperkuat diri (*self-enhancement*), meningkatkan self-esteem dan mengurangi stress.

Self Esteem merupakan aspek evaluatif seorang individu yang menunjukkan sejauh mana individu tersebut percaya akan dirinya, yakin terhadap kemampuannya untuk mengatasi berbagai tantangan didalam diri, sehingga individu memiliki keberartian diri yang dinyatakan dalam sikap individu itu sendiri dan dapat menyebabkan individu memiliki penilaian harga diri yang tinggi maupun rendah (Sari ,2018). Pengaruh *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* dinyatakan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi.

Hubungan negatif antara *Self Esteem* dan *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi berarti semakin tinggi *Self Esteem* maka semakin rendah *Body Dissatisfaction* yang dimiliki oleh individu, begitu pula sebaliknya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Herabadi (2007) menunjukkan bahwa salah satu faktor yang memberikan kontribusi dalam memprediksi *Self Esteem* ialah banyaknya jumlah pikiran negatif mengenai tubuh yang pernah muncul dalam pikiran seseorang. Seseorang yang memiliki pikiran negatif pada tubuhnya dapat mempunyai kecenderungan melakukan hal hal negatif juga. *Self Esteem* rendah telah terbukti memiliki efek negatif pada diri seseorang, mereka yang memiliki tubuh dengan berat badan yang lebih akan melakukan diet.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis regresi berganda, dapat diketahui bahwa pengujian hipotesis Dasar pengambilan hipotesis merujuk pada penelitian Sunartio (2012) yang menyebutkan *Social Comparison* memiliki pengaruh terhadap *Body Dissatisfaction*. Kemudian pada penelitian dilakukan Rohmah (2014) juga menyebutkan bahwa *Self Esteem* dan *Body Dissatisfaction* memiliki hubungan negatif. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, dapat dikatakan bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama berperan terhadap variabel *Body Dissatisfaction* .

Simpulan

Tingkat *Social Comparison* pada Mahasiswi sebagian besar memiliki hasil skor kategori sedang. Tingkat *Self Esteem* pada Mahasiswi sebagian besar memiliki hasil skor kategori sedang. Tingkat *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi sebagian besar memiliki hasil skor kategori sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Social Comparison* tidak berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,926 dengan nilai signifikansi 0,009 ($p > 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Self Esteem* tidak berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,0323 dengan nilai signifikansi 0,002 ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Social Comparison* dan *Self Esteem* secara bersama-sama berpengaruh terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,106 dengan nilai signifikansi 0,007 ($p < 0,05$).

Untuk Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebaiknya dijadikan motivasi untuk mencapai tujuan seperti menurunkan stress, meningkatkan *Self Esteem*, mengembangkan diri dan memperbaiki diri dalam hal positif. *self-esteem* dapat mempertahankan atau meningkatkan *self-esteem* dan Mahasiswi juga perlu menurunkan *Body Dissatisfaction*. dengan menggunakan salah satu variabel X-nya sebagai moderator atau mediasi.

Daftar Pustaka

- Cheng, C. (2001). *Assesing Coping Flexibility in Real-Life adn LAboratory Setting: A Multimethod Approach*. *Journal Of Personality and SOcial Psychology*, 80, 5, 814-833
- Eddleston K. (2009). *The effects of Social Comparisons on managerial career satisfaction and turnover intentions*. *Career Development International*, Vol. 14 Issue: 1, pp.87-110,
- Irmayanti, A. (2009). *Hubungan Antara Media, Self Esteem, dan Body Dissatisfaction pada Remaja Putri*. (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia)
- Jones, D. C. (2001). *Social Comparison and body image: Attractiveness comparisonsto models and peers among adolescent girls and boys*. *Sex Roles*, 45, 645-664.

- Prawono, .(2015). *Peran Rancangan Intervensi Dengan Pendekatan Art Therapy Terhadap Body Image Dissatisfaction Pada Perempuan Dewasa Muda*.Jurnal PSIBERNETIKA. Vol 8 (2)
- Rohmah,K. (2014). *Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Harga Diri Pada Pria Dan Wanita Dewasa Awal*. (Undergraduate thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya) <http://digilib.uinsby.ac.id/424/>
- Stisayekti. W., A. David.(2015). *Harga Diri (Self Esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar*. Jurnal Psikologi. Vol 42, (02). 141-156
- Suls, J., Wheeler .(2000). *Handbook Of Social Comparison Theory and Research*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers
- Sunartio,L., Sukamto, E.M., & Dianovinina, K. (2012). *Social Comparison dan Body Dissatisfaction pada wanita dewasa awal*. Humanitas, 9, (2), 157-168
- Susanti, I. N. (2015).*Hubungan Antara Social Comparison Tubuh dan Kecenderungan Ketidakpuasan Tubuh pada Anak Perempuan Usia 8 - 11 Tahun* (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta). Diunduh dari https://repository.usd.ac.id/54/2/109114140_full.pdf
- Thompson, J.K. (2002). *Body Image, Eating Disorder, and Obesity an Integrative Guide for Asesment and Treatment*. Washington : American Psychological Association.