

**HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN
CITRA TUBUH PADA MAHASISWI PSIKOLOGI UIN
MALANG PENGGUNA INSTAGRAM**

SKRIPSI



Oleh :

Tifa Sahara Rohma

NIM. 200401110202

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2024**

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN
CITRA TUBUH PADA MAHASISWI PSIKOLOGI UIN
MALANG PENGGUNA INSTAGRAM**

S K R I P S I

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam

Memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Tifa Sahara Rohma

NIM. 200401110202

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA MAHASISWI PSIKOLOGI UIN MALANG PENGGUNA INSTAGRAM

SKRIPSI

Oleh :

Tifa Sahara Rohma

NIM. 200401110202

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 <u>Hilda Halida, M.Psi., Psikolog</u> NIP. 19910512201911202273		3 Okt. 2024
Dosen Pembimbing 2 <u>Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si., Psikolog</u> NIP. 197605122003121002		4 Okt 2024

Malang,

Mengetahui,

Ketua Program Studi




Yusuf Ratu Agung, MA

NIP. 198010202015031002

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN
CITRA TUBUH PADA MAHASISWI PSIKOLOGI UIN
MALANG PENGGUNA INSTAGRAM
SKRIPSI

Oleh:

Tifa Sahara Rohma

200401110202

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis
Sidang Skripsi

Pada tanggal 16 Oktober 2024

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

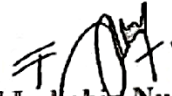
Sekretaris Penguji



Hilda Halida, M.Psi

NIP. 199105122023212062

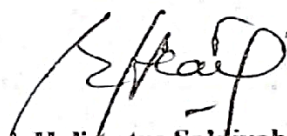
Ketua Penguji



Dr. Fathul Lubabih Nuqul, M.Si

NIP. 197605122003121002

Penguji Utama



Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si

NIP. 197405182005012002



Disahkan oleh,

Dekan



Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 197611282002122001

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN CITRA
TUBUH PADA MAHASISWI PSIKOLOGI UIN MALANG PENGGUNA
INSTAGRAM**

Yang ditulis oleh :

Nama : Tifa Sahara Rohma

NIM : 200401110202

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Malang, 3 Oktober 2024

Dosen Pembimbing 1,



Hilda Halida, M.Psi., Psikolog

NIP. 19910512201911202273

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA MAHASISWI PSIKOLOGI UIN MALANG PENGGUNA INSTAGRAM

Yang ditulis oleh :

Nama : Tifa Sahara Rohma

NIM : 200401110202

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Malang,
Dosen Pembimbing 2,



Dr. Fathul Lubabin Naqul, M.Si., Psikolog

NIP. 197605122003121002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tifa Sahara Rohma

NIM : 200401110202

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram” merupakan benar-benar hasil sendiri dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini. Dengan ini penulis melimpahkan hak cipta dari karya tulis kepada Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Malang, 27 September 2024

Penulis,



Tifa Sahara Rohma

200401110202

MOTTO

“Don’t let your mind bully your body”

-June Tomaso Wood-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang senantiasa sabar, ikhlas, mendoakan, serta tidak menuntut apa-apa kecuali menginginkan agar saya menjadi seseorang yang selalu lebih baik. Terima kasih atas pengorbanan yang diberikan demi saya, terima kasih atas setiap doa yang selalu dipanjatkan untuk saya yang menjadi pengiring disetiap langkah, terima kasih atas dukungan selama ini yang telah diberi kepada saya sehingga dengan izin Allah SWT saya mampu menyelesaikan pendidikan.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa peneliti haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafat'atnya kelak dihari akhir. Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Bapak Yusuf Ratu Agung, M.A, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Ibu Hilda Halida, M.Psi dan Bapak Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang sangat berjasa dalam proses pengerjaan tugas akhir ini, memberi ilmu, serta selalu bersabar dan membimbing penulis.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberi ilmunya kepada penulis.
6. Segenap staf dan karyawan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang senantiasa memberikan kemudahan dalam segala administrasi dengan sabar.

Penulis menyadari bahwa karya skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Hal ini karena keterbatasan pengalaman dan pengetahuan penulis. Oleh sebab itu, penulis senantiasa mengharapkan kritik, saran, dan masukan yang membangun. Penulis berharap semoga karya skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan para pembaca.

Malang, 27 September 2024

Penulis

Tifa Sahara Rohma

NIM. 200401110202

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS	iv
NOTA DINAS	v
SURAT PERNYATAAN	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT.....	xvi
المخلص.....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II.....	7
KAJIAN TEORI.....	7
A. Citra Tubuh	7
1. Definisi Citra Tubuh	7
2. Aspek-aspek Citra Tubuh	8
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh	8
B. Perbandingan Sosial.....	12
1. Definisi Perbandingan Sosial	12

2. Aspek Perbandingan Sosial	13
C. Hubungan Antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram	15
D. Kerangka Konseptual	17
E. Hipotesis.....	17
BAB III	18
METODE PENELITIAN	18
A. Metode Penelitian.....	18
B. Identifikasi Variabel Penelitian	18
C. Definisi Operasional.....	19
D. Populasi dan Sampel	19
E. Alat Pengumpulan Data	21
F. Validitas dan Reliabilitas	23
1. Validitas	23
2. Reliabilitas.....	24
G. Teknik Analisis Data	24
1. Analisis Deskriptif.....	24
2. Uji Asumsi Klasik	25
3. Uji Hipotesis.....	25
BAB IV	26
HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A. Pelaksanaan Penelitian	26
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	26
2. Waktu dan Tempat Penelitian	26
B. Hasil dan Analisis Data Penelitian	27
1. Uji Validitas	27
2. Uji Reliabilitas.....	28
3. Analisis Deskriptif.....	29
4. Kategorisasi Data	31
5. Uji Normalitas	32
6. Uji Linieritas.....	33
7. Uji Hipotesis.....	34

8. Uji Tambahan	35
C. Pembahasan.....	37
1. Tingkat Perbandingan Sosial pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram.....	37
2. Tingkat Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram	42
3. Hubungan Antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram.....	44
BAB V.....	47
KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala Perbandingan Sosial	22
Tabel 3.2 Blueprint Skala Citra Tubuh.....	23
Tabel 3.3 Rumus Kategorisasi Data	24
Tabel 4.1 Uji Validitas Skala PS.....	27
Tabel 4.2 Uji Validitas Skala CT	28
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas	29
Tabel 4.4 Hasil Skor Hipotetik.....	31
Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi Data	31
Tabel 4.6 Kriteria Kategori Data	31
Tabel 4.7 Pengkategorian PS.....	31
Tabel 4.8 Pengkategorian CT	32
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas.....	33
Tabel 4.10 Hasil Uji Linieritas	34
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi Pearson	35
Tabel 4.12 Pengaruh Usia pada PS	35
Tabel 4.13 Pengaruh Usia pada CT	36
Tabel 4.14 Aspek Dominan pada PS	36
Tabel 4.15 Aspek Dominan pada CT	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	53
Lampiran 2 Skala Penelitian	54
Lampiran 3 Tabulasi Data	57
Lampiran 4 Uji Validitas	63
Lampiran 5 Uji Reliabilitas.....	75
Lampiran 6 Uji Normalitas	76
Lampiran 7 Uji Linieritas.....	77
Lampiran 8 Uji Hipotesis	78
Lampiran 9 Uji Tambahan.....	79

ABSTRAK

Tifa Sahara Rohma. NIM 200401110202. Psikologi. 2024. Hubungan Antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing : Hilda Halida, M.Psi, Psikolog, Dr.Fathul Lubabin Nuqul, M.Si., Psikolog.

Kata Kunci : Perbandingan Sosial, Citra Tubuh

Di era digital saat ini, salah satu aplikasi yang paling populer pada smartphone ialah Instagram. Kepopuleran Instagram kemudian dimanfaatkan sebagai media iklan dan promosi, yang mendorong munculnya selebgram. Fenomena selebgram dengan tubuh langsing dan menarik membuat pengguna Instagram mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh mereka sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada mahasiswi Psikologi UIN Malang yang menggunakan Instagram.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode uji korelasi pearson product moment. Subjek penelitian terdiri dari mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram, dengan sampel sebanyak 100 orang. Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala perbandingan sosial dan skala citra tubuh.

Berdasarkan uji korelasi Pearson, didapatkan nilai $-0,352$ dengan signifikansi $0,000 (<0,05)$, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan arah negatif antara kedua variabel. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat perbandingan sosial, maka semakin rendah citra tubuh yang dimiliki. Dan sebaliknya, semakin rendah tingkat perbandingan sosial yang dilakukan maka semakin tinggi citra tubuh yang dimiliki.

ABSTRACT

Tifa Sahara Rohma. NIM 200401110202. Psychology. 2024. The Relationship Between Social Comparison and Body Image in Psychology Students of UIN Malang Who Use Instagram. Department of Psychology. Faculty of Psychology. State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: Hilda Halida, M.Psi, Psychologist, Dr.Fathul Lubabin Nuqul, M.Si., Psychologist.

Keywords: Social Comparison, Body Image

In today's digital era, one of the most popular applications on smartphones is Instagram. Instagram's popularity is then used as an advertising and promotional medium, which encourages the emergence of celebrity grams. The phenomenon of celebrity grams with slim and attractive bodies makes Instagram users dissatisfied with their own bodies. This study aims to determine the relationship between social comparison and body image in UIN Malang Psychology students who use Instagram.

This study uses a quantitative approach with the Pearson product moment correlation test method. The research subjects consisted of UIN Malang psychology students who use Instagram, with a sample of 100 people. This study uses two scales, namely the social comparison scale and the body image scale.

Based on the Pearson correlation test, a value of -0.352 was obtained with a significance of 0.000 (<0.05), which indicates a significant relationship with a negative direction between the two variables. This shows that the higher the level of social comparison, the lower the body image. Conversely, the lower the level of social comparison, the higher the body image.

الملخص

تيفا صحارى روحما. 200401110202. علم النفس. 2024. العلاقة بين المقارنة الاجتماعية وصورة الجسم لدى طلاب علم النفس بجامعة مالانج الذين يستخدمون إنستغرام. قسم علم النفس. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

المشرف: هيلدا هاليدا، ماجستير في علم النفس، عالمة نفس، دكتور فتح اللبابين نقل، ماجستير في علم النفس، عالم نفس

الكلمات المفتاحية: المقارنة الاجتماعية، صورة الجسم

أحد أكثر التطبيقات شعبية على الهواتف الذكية. ثم تُستخدم Instagram في العصر الرقمي اليوم، يعد تطبيق كوسيلة إعلانية وترويجية، مما يشجع على ظهور صور المشاهير. إن ظاهرة صور Instagram شعبية غير راضين عن أجسادهم، وذلك لأن Instagram المشاهير ذات الأجسام النحيفة والجذابة تجعل مستخدمي يقارنون أنفسهم بالصور أو مقاطع الفيديو التي يشاهدونها على هذه المنصة. تهدف Instagram مستخدمي هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين المقارنة الاجتماعية وصورة الجسم لدى طلاب علم النفس في جامعة مالانج الذين يستخدمون Instagram.

تستخدم هذه الدراسة نهجًا كميًا مع طريقة اختبار ارتباط بيرسون. تكونت موضوعات البحث مع عينة من 100 شخص. تستخدم Instagram، من طلاب علم النفس في جامعة مالانج الذين يستخدمون هذه الدراسة مقياسين، وهما مقياس المقارنة الاجتماعية ومقياس صورة الجسم.

بناءً على اختبار ارتباط بيرسون، تم الحصول على قيمة -0.352 بأهمية 0.000 ($p < 0.05$)، مما يشير إلى وجود علاقة مهمة باتجاه سلبي بين المتغيرين. وهذا يدل على أنه كلما ارتفع مستوى المقارنة الاجتماعية انخفضت صورة الجسم. وعلى العكس من ذلك، كلما انخفض مستوى المقارنة الاجتماعية، ارتفعت صورة الجسم.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di era serba digital seperti saat ini, perkembangan teknologi berkembang sangat cepat dan hal ini mempengaruhi kehidupan penggunanya. Menurut laporan Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia (APJII), jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 215,62 juta, menunjukkan pertumbuhan sebesar 2,38 persen atau sekitar 5 juta pengguna dibandingkan dengan tahun 2022. Dari segi kelompok usia, mayoritas pengguna internet pada tahun 2023 berada dalam rentang usia 19-34 tahun (32,09 persen) dan 35-54 tahun (33,67 persen). Sementara itu, kontribusi pengguna internet berusia 13-18 tahun mencapai 12,15 persen, sedangkan lansia atau usia 55 tahun ke atas berkontribusi sebesar 7,19 persen (*Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia*, 2023). Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa usia mayoritas kedua dari pengguna internet ada pada kalangan usia dewasa awal, yang mana termasuk di dalamnya usia mahasiswa.

Salah satu aplikasi yang paling populer pada *smartphone* ialah Instagram, sebagaimana data terbaru dari *We Are Social*, Instagram memiliki jumlah pengguna aktif mencapai 2 miliar orang pada bulan Januari 2023. Instagram adalah layanan jejaring sosial yang berfokus pada fotografi. Platform ini diluncurkan pada tanggal 6 Oktober 2010 oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger, dan berhasil menarik 25 ribu pengguna pada hari pertama peluncurannya. Nama Instagram berasal dari penggabungan kata "instan" dan "telegram" (Atmoko, 2012).

Kepopuleran Instagram kemudian dimanfaatkan sebagai media iklan dan promosi, yang mendorong munculnya selebgram (selebritis Instagram). Banyak selebgram menampilkan tubuh ideal, sehingga muncul istilah '*body goals*' yang merujuk pada keinginan untuk memiliki bentuk tubuh seperti yang dianggap ideal. Fenomena selebgram dengan tubuh langsing dan menarik membuat pengguna Instagram, terutama perempuan, mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh mereka

sendiri, kecemasan akan berat badan, atau bahkan pembatasan pola makan yang kurang sehat (Ghaznavi & Taylor, 2015).

Menurut Cash & Pruzinsky (2002), selain dari faktor media massa, faktor lain yang mempengaruhi citra tubuh seseorang ialah jenis kelamin, yang menyatakan bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh lebih umum terjadi pada wanita daripada pada pria. Wanita umumnya cenderung kurang puas dengan penampilan fisik mereka dan memiliki persepsi negatif terhadap citra tubuh. Menurut Cash & Pruzinsky (2002), sekitar 40-70% gadis remaja merasa tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka. Ketidakpuasan ini seringkali berfokus pada penumpukan lemak yang signifikan di bagian tengah atau bawah tubuh, seperti pinggul, perut, dan paha. Sejalan dengan hal tersebut, Mansfield, L. (2011) menyatakan bahwa di berbagai negara maju, sekitar 50-80% gadis remaja mengungkapkan keinginan untuk memiliki tubuh yang lebih kurus dan melakukan diet dalam kisaran persentase 20-60%. Menurut Vanderkam (2003), hal ini bisa terjadi dikarenakan sejak kecil anak perempuan sudah dikelilingi oleh boneka barbie yang menampilkan wanita feminin yang bertubuh ramping dan hal tersebut menciptakan ekspektasi tentang bagaimana mereka seharusnya terlihat (Nevid dkk., 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Jones (2001) juga menyatakan bahwa wanita cenderung lebih sering melakukan perbandingan sosial yang berkaitan dengan citra tubuh, yang mengakibatkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh mereka. Selain itu, penelitian Kim & Chock (2015) juga menyoroti bahwa ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya dipengaruhi oleh persepsi mereka terhadap penampilannya dibandingkan dengan orang lain. Individu yang membandingkan diri dengan gambaran penampilan ideal di media sosial cenderung merasa tidak puas dengan penampilan mereka sendiri. Temuan dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara perbandingan penampilan di sosial media dan citra tubuh, khususnya dalam konteks dorongan untuk memiliki tubuh kurus pada pengguna media sosial. Temuan dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa aktivitas *online social grooming* di Facebook, seperti melihat dan memberikan komentar pada profil

teman sebaya, ternyata memiliki korelasi yang signifikan dengan dorongan untuk menjadi kurus baik pada subjek perempuan maupun laki-laki. Penelitian yang dilakukan oleh Tinggeman & Slater (2003) menunjukkan bahwa menonton video yang menampilkan wanita dengan tubuh kurus dapat menyebabkan peningkatan perbandingan sosial dan ketidakpuasan terhadap penampilan fisik.

Masa dewasa awal merupakan periode transisi di mana individu beralih dari fase remaja menuju dewasa. Santrock (2012) menyatakan bahwa masa ini berlangsung antara usia 18 hingga 25 tahun. Pada wanita, usia dewasa awal adalah waktu di mana perkembangan fisik mencapai puncak optimalnya (Santrock, 2012). Seorang mahasiswi pada umumnya berada pada fase dewasa awal, dimana idealnya, pada fase ini, salah satu tugas perkembangan individu adalah memilih pasangan hidup sehingga individu lebih memperhatikan penampilannya. Namun, terjadi fenomena permasalahan ketidakpuasan tubuh yang seringkali dialami oleh perempuan, ditambah dengan semakin pesatnya perkembangan sosial media termasuk Instagram yang didalamnya berbasis gambar dan video, secara langsung mengkomunikasikan penampilan ideal sehingga dapat mempengaruhi citra tubuh para pengguna media sosial tersebut. Dari sini terdapat kesenjangan persepsi pada kaum perempuan dalam hal bentuk tubuh asli mereka dengan bentuk tubuh ideal sehingga mereka cenderung tidak puas dengan keadaan saat ini yang memunculkan masalah citra tubuh.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena permasalahan citra tubuh sangat dekat dengan perempuan, dimana mereka seringkali berhadapan dengan standar kecantikan yang tidak realistis karena pengaruh media yang seringkali menampilkan gambaran tubuh ideal yang sulit dicapai oleh kebanyakan orang, hal ini bisa mendorong individu melakukan perbandingan sosial tidak hanya secara langsung, melainkan lewat media sosial yang seringkali bukan keadaan nyata dan mempengaruhi citra tubuh individu tersebut. Citra tubuh yang rendah dapat berdampak pada kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, dan gangguan makan (anoreksia atau bulimia). Selain itu, ketidakpuasan terhadap tubuh dapat menyebabkan pola makan yang tidak sehat, seperti menjalani diet ketat,

menghindari makan, atau mengonsumsi suplemen berlebihan yang bisa mengarah pada masalah kesehatan lain, seperti kekurangan nutrisi.

Citra tubuh negatif juga sering mengakibatkan isolasi sosial, karena individu merasa enggan terlibat dalam kegiatan yang melibatkan banyak orang atau aktivitas fisik di tempat umum, yang justru memperburuk kesehatan mental mereka. Selain itu, orang dengan citra tubuh rendah mencari cara instan untuk memperbaiki penampilan dengan mengonsumsi obat-obatan penurun berat badan yang tidak aman atau menjalani prosedur bedah tanpa pertimbangan matang, yang berisiko tinggi terhadap kesehatan. Dampak-dampak ini menunjukkan bahwa citra tubuh yang rendah bisa mempengaruhi kesejahteraan mental, kesehatan fisik, dan kualitas hidup secara keseluruhan.

Selain itu, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Alimah & Widodo (2023) ditemukan hubungan negatif antara *social comparison* dengan citra tubuh dengan ($r=-0,650$; $p=0,000<0,05$), yang berarti semakin tinggi perbandingan sosial, maka semakin rendah citra tubuh individu. Sedangkan, berdasarkan hasil penelitian Wahyuni & Wilani (2019) ditemukan hubungan signifikan dengan arah positif ($r=0,589$; $p=0,000<0,05$) yang berarti semakin tinggi perbandingan sosial semakin tinggi juga citra tubuhnya. Dari kesenjangan hasil penelitian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti kembali mengenai kedua variabel tersebut.

Pemilihan mahasiswi sebagai subjek penelitian didasari oleh pendapat Cash (2002) yang menyatakan ketidakpuasan terhadap tubuh lebih umum terjadi pada wanita daripada pada pria. Usia mahasiswi juga termasuk kedalam fase usia dewasa awal yang memiliki salah satu tugas perkembangan untuk memilih pasangan hidup, sehingga mereka lebih sadar akan penampilan (Natari, 2016). Selain itu juga didukung oleh hasil survei yang dilakukan dr Kearney-Cooke tahun 2011 yang mendapati 97% perempuan merasa tidak puas dan kerap berpikiran negatif akan tubuhnya (Dreisbach, 2011).

Peneliti memilih sampel mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Malang didasari oleh fenomena yang ditemukan di lapangan dengan penyebaran kuesioner

pra penelitian, dimana mahasiswa memiliki masalah citra tubuh ditunjukkan dengan 6 orang menyatakan bahwa mereka terus-menerus khawatir menjadi gemuk, lalu 5 orang pernah mencoba menurunkan berat badan mereka dengan cara diet ketat, dan 15 orang merasa berat badannya tidak ideal walaupun pada kenyataannya tidak demikian.

Kebaruan penelitian ini dengan penelitian-penelitian yang ada sebelumnya terletak pada pemilihan teori perbandingan sosial, dimana pada teori dalam penelitian sebelumnya banyak menggunakan teori perbandingan sosial dari O'Brien yang berfokus pada perbandingan keatas atau kebawah, sedangkan teori perbandingan sosial pada penelitian ini memakai teori perbandingan sosial Schaefer & Thompson (2014) yang lebih fokus pada perbandingan penampilan karena penelitian ini berhubungan dengan variabel citra tubuh sebagai variabel y. Sedangkan untuk teori citra tubuh, peneliti memakai teori citra tubuh dari Cash & Pruzinsky (2002) karena teori ini relevan dan sudah dipakai sebagai acuan oleh penelitian-penelitian sebelumnya sehingga diyakini lebih dipercaya.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang yang telah ditulis, maka pada penelitian ini terdiri dari 3 rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat perbandingan sosial pada mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram?
2. Bagaimana tingkat citra tubuh pada mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram?
3. Bagaimana hubungan antara perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah ditulis, maka pada penelitian ini terdiri dari 3 tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat perbandingan sosial pada mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram

2. Mengetahui tingkat citra tubuh pada mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram
3. Membuktikan bagaimana hubungan antara perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi data dan informasi untuk pengembangan pengetahuan dalam bidang psikologi, serta dapat menjadi landasan bagi penelitian-penelitian berikutnya.

2. Manfaat Praktis

Dari segi manfaat praktis, hasil penelitian ini dapat berfungsi sebagai referensi yang memberikan gambaran mengenai hubungan antara perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada mahasiswi yang menggunakan platform media sosial Instagram.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Citra Tubuh

1. Definisi Citra Tubuh

Dalam kamus psikologi, citra tubuh merupakan imaji subjektif yang dimiliki oleh individu tentang tubuhnya, khususnya berkaitan dengan penilaian individu lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Schilder (1950) menggambarkan citra tubuh sebagai penggambaran tubuh seseorang, yang terbentuk berdasarkan pengetahuan tentang kondisi tubuhnya. Ia juga berpendapat bahwa citra tubuh bukan hanya hasil dari proses kognitif, tetapi juga merupakan cerminan dari interaksi dan sikap seseorang terhadap orang lain.

Citra tubuh adalah konsep yang kompleks, bersifat subjektif, dan selalu berubah yang mencakup persepsi, pemikiran, dan emosi individu tentang tubuh mereka (Grogan, 1999). Definisi citra tubuh menurut Thompson (2000) adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat tubuh ataupun aspek tubuh lainnya yang mengarah pada penampilan fisik seseorang.

Menurut Cash and Pruzinky (2002), citra tubuh adalah sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Citra tubuh dapat bersifat positif atau negatif tergantung pada bagaimana individu tersebut menyikapinya.

Berdasarkan teori-teori di atas dapat disimpulkan bahwa citra tubuh adalah sebuah pandangan dan sikap seseorang terhadap penampilan fisiknya, dengan disertai keyakinan dan penilaian positif maupun negatif akan penampilannya.

2. Aspek-aspek Citra Tubuh

Menurut Cash & Pruzinsky (2002) secara umum terdapat 5 aspek citra tubuh, diantaranya:

a. *Appearance Evaluation*

Aspek ini berkaitan dengan evaluasi seseorang mengenai tubuhnya, bagaimana ia menilai penampilannya sendiri, seperti "saya merasa percaya diri dengan penampilan saya" atau ataupun sebaliknya.

b. *Appearance Orientation*

Aspek ini menunjukkan seberapa banyak perhatian yang individu berikan pada penampilan mereka termasuk upaya yang mereka lakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan mereka, seperti merawat wajah menggunakan produk *skincare* secara rutin.

c. *Body Areas Satisfaction*

Aspek ini mencerminkan bagaimana seseorang merasa puas dengan berbagai bagian tubuh mereka, seperti dada, lengan, wajah, pinggang, kaki, perut, paha, pinggul, dsb.

d. *Overweight Preoccupation*

Aspek ini mencerminkan perhatian dan kepedulian individu dalam hal berat badan, seperti kecenderungan mereka untuk mengatur pola makan dan berolahraga untuk menjaga berat badan.

e. *Self-Classified Weight*

Aspek ini mencerminkan bagaimana seseorang memandang dan menilai berat dan tinggi badan mereka, mulai dari yang sangat kurus hingga sangat gemuk.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh

Menurut Cash & Pruzinsky (2002), faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh diantaranya:

a. Media

Wanita-wanita sendiri mengatakan bahwa citra tubuh mereka terpengaruh buruk oleh gambar-gambar ideal yang ditampilkan di media. Sebagai contoh, dalam survei besar Garner pada tahun 1997 terhadap 4000 pembaca majalah *Psychology Today*, hampir setengah wanita (dan sepertiga pria) melaporkan bahwa model majalah yang sangat kurus atau berotot membuat mereka merasa tidak aman dan ingin menurunkan berat badan. Dalam wawancara terbuka dengan wanita muda, media dan model *fashion* secara spontan dinominasikan sebagai sumber tekanan paling kuat untuk menjadi kurus; pengakuan ini biasanya disertai dengan kemarahan, frustrasi, dan sakit hati. Wanita dengan diagnosis gangguan makan juga sering menunjuk ke model-model dalam majalah *fashion* sebagai pemicu gangguan mereka.

Paparan singkat terhadap gambar media cetak model wanita kurus dari majalah *fashion* telah ditunjukkan untuk menghasilkan sejumlah efek negatif, termasuk kekhawatiran yang lebih besar tentang berat badan, ketidakpuasan tubuh, suasana hati negatif, dan penurunan persepsi daya tarik diri. Beberapa penelitian telah menemukan efek tersebut terjadi beberapa kelompok wanita – wanita yang lebih gemuk, lebih peduli dengan penampilan diri, dan memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang tinggi. Dalam satu penelitian efek serupa ditemukan untuk pria yang terpapar foto model pria yang menarik secara stereotip, meskipun responsnya kurang dari partisipan wanita.

Di antara penelitian yang membandingkan efek iklan terkait penampilan (berisi wanita kurus dan cantik) dengan iklan non-penampilan, empat dari lima eksperimen melaporkan konsekuensi negatif pada beberapa subjek, yaitu; kemarahan yang lebih besar, kecemasan, suasana hati depresi, dan ketidakpuasan penampilan; lebih banyak membandingkan diri dengan model; dan persepsi diri

tentang peningkatan ukuran tubuh. Efek negatif serupa pada citra tubuh telah ditemukan untuk pesan penampilan yang disajikan dalam format auditori (seperti radio).

Meskipun tidak semua wanita terpengaruh sama, namun bukti diatas cukup untuk menyimpulkan bahwa paparan singkat terhadap media (kurang dari satu malam menonton televisi atau satu edisi majalah *fashion*) memiliki efek merugikan jangka pendek pada suasana hati dan kepuasan tubuh.

b. Jenis Kelamin

Jenis kelamin memiliki dampak pada persepsi seseorang tentang citra tubuh mereka. Perempuan cenderung lebih peduli dengan penampilan fisik mereka, sementara laki-laki lebih cenderung berfokus pada pikiran mereka. Ini karena laki-laki tidak secara rutin mengevaluasi penampilan mereka dan tidak menginternalisasi pandangan orang lain tentang tubuh mereka. Wanita atau anak perempuan belajar untuk mengobjektifikasi diri mereka sendiri, menginternalisasi tekanan dari orang-orang di sekitar mereka, dan lebih memperhatikan penampilan fisik daripada kualitas batin mereka (kecantikan batin). Fox & Vendemia (2016) telah menemukan bahwa wanita lebih sering memposting foto fisik mereka (seringkali diedit) di media sosial dibandingkan dengan pria, dan ini biasanya disebabkan oleh ketidakpuasan tubuh setelah membandingkan diri mereka dengan orang lain.

c. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal mengacu pada gagasan bahwa opini orang lain tentang kita (atau persepsi kita tentang bagaimana orang lain melihat kita) memiliki pengaruh signifikan terhadap bagaimana kita melihat diri sendiri.

Umpan balik dari orang lain tentang penampilan fisik ini dapat berasal dari orang tua, saudara, teman sebaya, pasangan romantis, atau bahkan orang asing. Umpan balik dapat bervariasi

mulai dari ejekan atau kritik terbuka hingga komentar ambigu atau bahasa tubuh yang halus. Terlepas dari sumber atau variasinya, umpan balik negatif tentang penampilan dapat merugikan. Cash & Pruzinsky (2002) menemukan bahwa ejekan merupakan salah satu pemicu yang paling sering dilaporkan dari ketidakpuasan tubuh. Dalam penelitian investigasi longitudinal selama 3 tahun, Cattarin dan Thompson menemukan bahwa ejekan dapat memprediksi peningkatan ketidakpuasan tubuh. Dalam penelitian lain yang sejenis, orang dengan deformitas fisik dan gangguan citra tubuh melaporkan bahwa ejekan memicu citra tubuh mereka menjadi rendah.

Perbandingan sosial termasuk dalam ranah hubungan interpersonal, dimana teori perbandingan sosial Festinger (1954) menyatakan bahwa dalam ranah citra tubuh, kecenderungan untuk membandingkan penampilan fisik seseorang dengan orang lain membuat representasi umum tentang tubuh ideal. Individu yang membandingkan diri dengan orang lain yang mereka anggap menarik secara fisik menilai daya tarik mereka sendiri lebih rendah daripada individu yang membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap tidak menarik.

Perkembangan citra tubuh adalah proses seumur hidup yang tak terhindarkan dipengaruhi oleh orang-orang signifikan yang memegang peran paling sentral pada waktu-waktu berbeda dalam hidup kita. Oleh karena itu, citra tubuh anak-anak mungkin paling dipengaruhi oleh orang tua, sedangkan citra tubuh remaja mungkin lebih terpengaruh oleh interaksi dengan teman sebaya. Citra tubuh orang dewasa kemungkinan besar akan dipengaruhi oleh pasangan, yang sering menjadi sumber umpan balik dan dukungan yang penting.

B. Perbandingan Sosial

1. Definisi Perbandingan Sosial

Festinger (1954) merupakan tokoh pertama yang mengemukakan teori perbandingan sosial, ia menyatakan bahwa individu dapat memahami dan menilai pengetahuan tentang diri mereka dengan lebih akurat melalui perbandingan dengan orang lain yang serupa. Menurut Festinger (1954) perbandingan sosial adalah suatu kegiatan evaluatif terhadap pencapaian dan pertahanan diri dalam berbagai aspek kehidupan. Proses ini melibatkan perbandingan diri dengan orang lain untuk menilai sejauh mana seseorang mampu bertahan.

Berdasarkan teori perbandingan sosial Festinger (1954), individu menggunakan informasi sosial untuk memahami kondisi dan situasi mereka sendiri. Mereka cenderung membandingkan diri dan kehidupan mereka dengan orang lain berdasarkan informasi yang mereka terima, dengan kecenderungan untuk memilih perbandingan dengan individu yang sedikit lebih unggul.

Guyer & Vaughan-Johnston (2018) mendefinisikan perbandingan sosial sebagai proses evaluasi terhadap kemampuan diri, pendapat, sikap, perasaan, fisik, pencapaian, atau aspek diri lainnya oleh individu terhadap individu atau kelompok lain. Mette dan Smith (1977) menyatakan bahwa teori perbandingan sosial ialah upaya kita untuk mengenal diri sendiri, mencari pengetahuan tentang diri, dan menemukan realitas tentang diri sendiri. Sejalan dengan teori perbandingan sosial Festinger, pencarian pengetahuan ini melibatkan tidak hanya mencari informasi objektif, tetapi juga membandingkan diri dengan orang lain.

Menurut Buunk & Gibbons (2007) definisi perbandingan sosial merupakan fenomena sosial yang terjadi hampir di mana saja, di mana setiap individu terlibat dari waktu ke waktu. Kegiatan ini pada dasarnya dapat memenuhi fungsi-fungsi mendasar, seperti memberikan informasi berharga tentang posisi sosial seseorang, mencari cara beradaptasi

dengan situasi yang menantang, dan memberikan perasaan lebih baik tentang diri sendiri.

Teori perbandingan sosial yang awalnya hanya membahas perbandingan mengenai pendapat dan kemampuan, kini telah diperluas untuk membahas perbandingan atribut pribadi, termasuk penampilan dan emosi (Schaefer, 2013). Menurut Schaefer & Thompson (2014) perbandingan sosial dalam hal penampilan merujuk pada kecenderungan membandingkan penampilan diri dengan orang lain, seperti membandingkan seseorang yang lebih menarik dan kurus.

Dari berbagai definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa perbandingan sosial adalah kegiatan evaluatif terhadap berbagai aspek diri (fisik, kemampuan, pencapaian, perasaan, sikap, dan aspek lainnya) dengan cara membandingkan diri dengan orang lain.

2. Aspek Perbandingan Sosial

Menurut Schaefer & Thompson (2014), terdapat lima aspek yang menjadi objek perbandingan sosial seseorang dalam dalam hal penampilan. Hal ini berarti individu cenderung memperhatikan dan membandingkan fisik diri sendiri dengan fisik orang lain, baik secara langsung maupun yang mereka lihat di media. Aspek-aspek tersebut adalah sebagai berikut:

a. Penampilan fisik (*physical appearance*)

Penampilan fisik merupakan salah satu aspek yang paling umum dan jelas dalam perbandingan sosial. Individu sering kali membandingkan penampilan fisiknya dengan orang lain. Bentuk perbandingan penampilan fisik dapat meliputi banyak hal, seperti warna kulit, postur tubuh, gaya berpakaian, serta fitur wajah. Contohnya individu yang membandingkan dirinya dengan teman sebaya yang memiliki warna kulit lebih cerah atau lebih gelap, gaya berpakaian yang menurutnya lebih modis, atau fitur wajah yang dianggap lebih menarik menurut standar sosial tertentu. Proses perbandingan ini sering kali dipengaruhi

oleh faktor eksternal seperti media sosial, iklan, dan standar kecantikan yang ada dalam masyarakat.

b. Berat tubuh (*weight*)

Aspek kedua yang sering menjadi objek perbandingan adalah berat badan. Baik pria maupun wanita, tanpa memandang usia, kerap kali membandingkan berat badannya dengan orang lain. Hal ini terjadi terutama karena tekanan sosial yang kuat terkait dengan tubuh yang dianggap ideal. Misalnya, wanita sering membandingkan berat badannya dengan model atau selebriti yang memiliki tubuh langsing.

c. Bentuk tubuh (*body shape*)

Bentuk tubuh menjadi salah satu aspek yang kerap kali dibandingkan oleh individu, terutama ketika mereka merasa bentuk tubuh mereka tidak sesuai dengan standar kecantikan yang dominan. Perbandingan ini sangat terlihat dalam konteks gender, dimana perempuan cenderung membandingkan bentuk tubuh mereka dengan perempuan lain yang dianggap memiliki tubuh lebih ideal. Misalnya, seorang perempuan membandingkan bentuk tubuhnya dengan seseorang yang memiliki tubuh ramping atau yang berbentuk jam pasir, yang sering kali dianggap sebagai bentuk tubuh yang diidamkan di masyarakat.

d. Ukuran Tubuh (*body size*)

Aspek berikutnya yang menjadi objek perbandingan adalah ukuran tubuh, seperti tinggi badan seseorang. Perbandingan ukuran tubuh ini sangat umum karena lagi-lagi pandangan masyarakat sudah terbentuk bahwa orang dengan tubuh yang tinggi lebih bagus dan diidamkan daripada orang yang memiliki tubuh yang pendek.

e. Lemak Tubuh (*body fat*)

Lemak tubuh adalah aspek lain yang sering menjadi fokus perbandingan. Banyak individu, terutama perempuan, cenderung membandingkan bagian tubuh yang dianggap memiliki lemak berlebih dengan bagian tubuh orang lain yang tampak lebih ramping atau tonjolan lemaknya lebih minimal. Bagian tubuh seperti perut, pinggul, paha, atau pipi sering kali menjadi objek perbandingan. Misalnya, seorang perempuan mungkin merasa tidak puas dengan jumlah lemak di perutnya ketika ia melihat orang lain dengan perut yang lebih datar atau tonjolan lemak yang lebih sedikit.

C. Hubungan Antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram

Fernando (2019) dalam penelitiannya menemukan bahwa media massa, termasuk televisi, gadget, koran, dan media sosial lainnya, berdampak signifikan terhadap persepsi wanita tentang tubuh ideal atau kurus. Dalam wawancara, subjek mengungkapkan bahwa mereka cenderung menyukai film Korea, yang berdampak pada persepsi mereka tentang bentuk tubuh ideal, seperti yang ditampilkan oleh bintang Korea.

Berdasarkan penelitian Cash (1994) yang disebutkan oleh Denich & Ildil (2015), ada beberapa faktor yang mempengaruhi bagaimana seseorang memandang citra tubuh mereka, termasuk media massa dan jenis kelamin. Wanita biasanya lebih sering merasa tidak puas dengan citra tubuh mereka dibandingkan pria. Mereka cenderung memiliki pandangan negatif tentang penampilan fisik mereka dan lebih sering mengkritik berbagai aspek tubuh mereka. Perasaan *overweight* seringkali menjadi penyebab ketidakpuasan ini, terutama di kalangan wanita. Menurut Cash (1994), sekitar 40-70% remaja perempuan merasa tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka, berpusat pada penumpukan lemak yang signifikan di bagian tengah atau bawah tubuh, seperti perut, paha, dan pinggul.

Menurut Grabe (2008), individu sering melakukan perbandingan penampilan mereka dengan gambar-gambar yang mereka lihat di media. Penelitian oleh Heinberg dan Thompson (1992) menemukan bahwa individu lebih sering mengidentifikasi teman dan selebriti sebagai objek perbandingan untuk mengevaluasi penampilan mereka. Oleh karena itu, perbandingan sosial di platform media sosial seperti Instagram menjadi hal yang umum, terutama di kalangan mahasiswi yang memasuki masa dewasa awal dengan salah satu tugas perkembangannya mencari pasangan. Tiggemann (dalam Cash & Pruzinsky, 2002) menekankan peran media massa dalam membentuk citra ideal tentang tubuh yang kemudian mempengaruhi persepsi seseorang terhadap tubuhnya.

Penelitian lainnya juga menunjukkan korelasi antara perbandingan sosial dan citra tubuh. Misalnya, penelitian oleh Jones (2001) yang menemukan bahwa wanita cenderung melakukan perbandingan sosial yang berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh mereka. Kim & Chock (2015) juga menemukan hubungan signifikan antara perbandingan penampilan dan citra tubuh, termasuk keinginan untuk memiliki tubuh yang kurus.

Studi oleh Tiggeman & Slater (2003) menemukan bahwa menonton tayangan video yang menampilkan wanita dengan tubuh kurus dapat meningkatkan perbandingan sosial dan ketidakpuasan terhadap tubuh. Hal ini seringkali mendorong wanita untuk berusaha memperbaiki penampilan mereka. Thompson, Heinberg & Tantleff (1991) juga menemukan bahwa individu yang cenderung membandingkan penampilan mereka dengan orang lain memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang lebih tinggi. Penelitian oleh Fardouly & Vartania (2015) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial seperti Facebook dapat berhubungan dengan masalah citra tubuh yang disebabkan oleh perbandingan penampilan oleh penggunanya.

D. Kerangka Konseptual



E. Hipotesis

Hipotesis 1: Terdapat hubungan antara perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada mahasiswi Psikologi UIN Malang pengguna instagram

Hipotesis 2: Tidak terdapat hubungan antara perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada mahasiswi Psikologi UIN Malang pengguna instagram

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif non-eksperimental, yang berarti data yang dikumpulkan dan dianalisis berupa angka. Menurut Sugiyono (2016), penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Teknik pengambilan sampel biasanya dilakukan secara acak, dan data dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian. Analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Menurut Solimun et al. (2018), metode kuantitatif melibatkan ilmu dan seni dalam pengumpulan data, analisis data, serta interpretasi hasil analisis untuk mendapatkan informasi yang berguna bagi penarikan kesimpulan dan pengambilan keputusan.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metodologi kuantitatif dengan analisis korelasional untuk mengeksplorasi hubungan antara dua variabel. Data yang diperlukan dalam penelitian ini akan diperoleh dengan menyebarkan angket kepada responden.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel bebas (x) dan variabel terikat (y).

1. Variabel bebas (X)

Variabel bebas atau independen variabel yaitu variabel yang berperan menjadi sebab dari adanya perubahan dari variabel terikat. Adapun variabel x dalam penelitian ini ialah “Perbandingan Sosial”.

2. Variabel terikat (Y)

Variabel terikat atau disebut dengan dependen variabel adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen (x), adapun variabel terikat dalam penelitian ini ialah variabel “Citra Tubuh”.

C. Definisi Operasional

1. Perbandingan Sosial

Teori perbandingan sosial menurut Schaefer & Thompson (2014) adalah kecenderungan individu dalam membandingkan penampilan fisik diri sendiri dengan orang lain.

2. Citra Tubuh

Teori citra tubuh menurut Cash & Pruzinsky (2002) adalah pandangan seseorang terhadap penampilan fisiknya sendiri, apakah individu tersebut merasa puas atau tidak puas terhadap penampilan fisiknya.

D. Populasi dan Sampel

Populasi, sesuai dengan definisi dari Sugiyono (2017), merujuk pada kumpulan subjek atau objek yang memiliki karakteristik tertentu yang telah ditentukan peneliti untuk menjadi fokus penelitian, dan dari sana penarikan kesimpulan dilakukan. Dalam penelitian ini, populasinya adalah mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang pengguna Instagram yang jumlahnya tidak dapat diketahui secara pasti sehingga akan digunakan rumus Lemeshow. Pemilihan populasi tersebut didasari oleh data dari Kemendikbud (2020), usia kuliah mahasiswa berdasarkan perhitungan angka partisipasi kasar berada pada kisaran usia 18-24 tahun. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Santrock (2012) dewasa awal merupakan masa perkembangan individu yang berlangsung antara usia 18-25 tahun.

Selain itu, peneliti memilih sampel mahasiswi Psikologi UIN Malang karena peneliti ingin mengetahui bagaimana tingkat citra tubuh yang dimiliki oleh para mahasiswi tersebut yang notabene sedang mempelajari ilmu psikologi di bangku perkuliahan, peneliti ingin mengetahui apakah mereka sudah memiliki pandangan positif mengenai tubuhnya atau masih terpengaruh oleh eksposur media sosial, khususnya Instagram.

Sesuai dengan penjelasan Sugiyono (2017), sampel merupakan bagian dari karakteristik dan jumlah dari populasi yang dipilih. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling. Metode purposive sampling adalah pendekatan dalam pengambilan sampel yang dilakukan secara sengaja, dimana sampel dipilih berdasarkan kriteria-kriteria tertentu (Azwar, 2011).

Dalam penelitian ini, kriteria-kriteria sampel yang digunakan meliputi:

1. Mahasiswi psikologi UIN Malang berusia 18-24 tahun
2. Pengguna media sosial instagram

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Lemeshow karena populasi mahasiswi yang menggunakan instagram tidak dapat diketahui secara pasti. Adapun rumus Lemeshow adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{z^2 \cdot P \cdot (1-P)}{d^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

z = skor z pada kepercayaan 95% = 1,96

p = maksimal estimasi = 0,5

d = sampling error = 10%

Melalui rumus di atas, maka dapat dihitung jumlah sampel yang akan digunakan adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{z^2 \cdot P \cdot (1-P)}{d^2}$$

$$n = \frac{1,96^2 \cdot 0,5(1-0,5)}{0,1^2}$$

$$n = \frac{3,8416 \cdot 0,25}{0,01}$$

$$n = 96,04$$

Dengan menggunakan rumus Lemeshow di atas, maka jumlah sampel (n) yang didapat adalah sebesar 96,04 yang kemudian dibulatkan menjadi 100 orang.

E. Alat Pengumpulan Data

Dalam penelitian kuantitatif ini, peneliti memanfaatkan penggunaan kuesioner dalam pengumpulan data. Kuesioner ini dirancang dengan sejumlah pernyataan yang bertujuan untuk menggali informasi dari para responden tentang pengetahuan mereka dan juga tentang diri mereka sendiri, sebagaimana diungkapkan oleh Arikunto (2002). Dalam konteks penelitian ini, penggunaan kuesioner menjadi instrumen utama untuk meraih data, yang kemudian disebar kepada subjek penelitian berupa skala penelitian. Menurut Azwar (2011), skala adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang dapat menggambarkan suatu konstruk atau konsep psikologis yang mencerminkan kepribadian individu. Adapun dalam penelitian ini peneliti menggunakan Skala Likert yang dirancang untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang terhadap suatu fenomena. Skala Likert yang digunakan terdiri dari empat kategori jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

1. Skala Perbandingan Sosial

Skala perbandingan sosial dalam penelitian ini disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek perbandingan sosial dari

Schaefer & Thompson (2014). Skala perbandingan sosial ini berjumlah sebanyak 20 aitem.

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Perbandingan Sosial

Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
<i>Physical appearance</i>	Membandingkan dan menilai penampilan fisik diri sendiri dengan penampilan fisik orang lain	1,2,3,4	-	4
<i>Weight</i>	Membandingkan dan menilai berat tubuh diri sendiri dengan berat tubuh orang lain	5,6,7,8	-	4
<i>Body shape</i>	Membandingkan dan menilai bentuk tubuh diri sendiri dengan bentuk tubuh orang lain	9,10,11,12	-	4
<i>Body size</i>	Membandingkan dan menilai ukuran tubuh diri sendiri dengan ukuran tubuh orang lain	13,14,15,16	-	4
<i>Body fat</i>	Membandingkan dan menilai lemak tubuh diri sendiri dengan lemak tubuh orang lain	17,18,19,20	-	4
Total		20		20

2. Skala Citra Tubuh

Skala citra tubuh dalam penelitian ini disusun oleh peneliti memakai aspek-aspek citra tubuh dari Cash dan Pruzinsky (2002). Skala citra tubuh ini berjumlah sebanyak 20 aitem, yang terdiri dari 13 aitem *favorable* dan 7 aitem *unfavorable*.

Tabel 3.2 Blueprint Skala Citra Tubuh

Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
<i>Appearance evaluation</i>	Individu menilai dan menghargai penampilan diri secara keseluruhan	1,3,4	2	4
<i>Appearance orientation</i>	Individu memperhatikan dan berusaha meningkatkan penampilan dirinya	6,7	5,8	4
<i>Body areas satisfaction</i>	Individu menyukai bagian atas dan bagian bawah tubuhnya	9,11	10,12	4
<i>Overweight preoccupation</i>	Adanya kepedulian dan tindakan yang dilakukan individu dalam menjaga berat badannya	13,14,15,16	-	4
<i>Self-classified weight</i>	Individu mengkategorikan berat dan tinggi badannya	17,19	18,20	4
Total		13	7	20

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Menurut Azwar (2011), validitas merujuk pada seberapa tepat sebuah alat pengumpul data dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan serta dalam menjalankan fungsinya sebagai instrumen pengukuran. Dalam penelitian ini, validitas diuji menggunakan *software* komputer *IBM SPSS Statistics* versi 25 dengan berdasarkan pada *correlated item total correlation*. Analisis ini dilakukan dengan menghubungkan skor setiap item dengan skor total. Skor total adalah hasil penjumlahan dari semua item. Item-item pertanyaan yang memiliki korelasi yang signifikan dengan skor total menunjukkan bahwa item-item tersebut mampu memberikan kontribusi dalam mengungkap apa yang ingin diungkap, sehingga dianggap valid. Jika tingkat signifikansi dari suatu item adalah <

0,05, maka alat ukur yang digunakan dianggap valid. Namun, jika tingkat signifikansi dari item tersebut $> 0,05$, maka alat ukur yang digunakan dianggap tidak valid, seperti yang dijelaskan oleh Janna & Herianto (2021).

2. Reliabilitas

Reliabilitas merujuk pada kestabilan, keandalan, dan minimnya kesalahan dalam pengukuran suatu instrumen. Suatu instrumen yang dinyatakan reliabel dapat dipakai dengan berulang kali dalam mengukur suatu objek yang sama sekaligus dapat menghasilkan data yang konsisten (Sugiyono, 2019). Uji reliabilitas instrumen ini dilakukan dengan memakai teknik uji *Cronbach Alpha*. Nilai Cronbach's Alpha dianggap reliabel jika nilainya $> 0,60$ (Ghozali 2018).

G. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan sebuah metode analisis data yang dipakai dalam menjelaskan sekaligus menggambarkan setiap variabel dalam suatu penelitian, dengan tujuan untuk memahami tingkat dan karakteristik subjek pada tiap variabel yang diselidiki. Dalam analisis ini, kategorisasi dibagi menjadi tiga dilihat dari perhitungan *mean* hipotetik (M) dan standar deviasi (SD) seperti yang tercantum dalam tabel dibawah:

Tabel 3.3 Rumus Kategorisasi Data

Kategori	Rumus
Tinggi	$X \geq (M+1SD)$
Sedang	$(M+1SD) \leq X < (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

2. Uji Asumsi Klasik

a) Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diolah berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov karena dapat menyimpulkan distribusi data normal atau tidak secara statistik. Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansinya $> 0,05$ (Priyono, 2008).

b) Uji Linieritas

Uji linearitas merupakan tahap dalam penelitian yang bertujuan untuk menilai apakah ada hubungan linier yang signifikan antara dua variabel atau tidak. Hubungan dianggap linier jika nilai signifikansinya $< 0,05$ (Sugiyono dan Susanto, 2015).

3. Uji Hipotesis

Untuk membuktikan hipotesis penelitian dapat diterima atau ditolak, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi. Uji korelasi bisa menggunakan korelasi pearson atau spearman tergantung data yang diperoleh terdistribusi normal atau tidak. Jika data berdistribusi normal maka dilakukan uji korelasi pearson, namun jika data tidak berdistribusi normal digunakan spearman rank. Dalam penelitian ini, uji hipotesis menggunakan uji korelasi pearson karena data berdistribusi normal. Uji korelasi pearson product moment itu sendiri merupakan suatu analisis dalam mengukur hubungan antar variabel yang diteliti. Tingkat kekuatan hubungan antar variabel ini ditentukan oleh koefisien korelasi. Variabel independen mempunyai hubungan yang signifikan terhadap variabel dependen jika nilai signifikansi < 0.05 (Priyatno, 2014).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, yang merupakan bagian dari lembaga pendidikan tinggi di bawah naungan Kementerian Agama dan Kementerian Pendidikan Nasional. Fakultas ini awalnya berdiri sebagai jurusan pada tahun akademik 1997/1998 di bawah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang. Pada tahun 2002, jurusan ini berkembang menjadi Fakultas Psikologi berkat kolaborasi dengan Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Transformasi ini sejalan dengan perubahan status STAIN Malang menjadi Universitas Islam Indonesia Sudan (UIIS).

Posisi Fakultas Psikologi semakin kuat dengan perubahan menjadi Universitas Islam Negeri Malang pada tahun 2003, yang secara resmi diakui oleh Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 50/2004 pada Juni 2004. Dengan pendekatan akademik yang mengintegrasikan ilmu psikologi dan nilai-nilai keislaman, fakultas ini berkomitmen untuk mencetak cendekiawan muslim yang berkualitas dan kompeten.

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian yang judul “Hubungan Antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram” dilakukan pada tanggal 11-12 September 2024 kepada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Malang pengguna media sosial Instagram. Metode yang digunakan dalam pengambilan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner *google form* yang

pengisiannya dilakukan secara klasikal di kelas setelah jam mata kuliah selesai.

B. Hasil dan Analisis Data Penelitian

1. Uji Validitas

Tabel 4. 1 Uji Validitas Skala PS

Aspek	Indikator	Aitem Valid	Aitem Gugur	Jumlah
<i>Physical appearance</i>	Membandingkan dan menilai penampilan fisik diri sendiri dengan penampilan fisik orang lain	1,2,3, 4	-	4
<i>Weight</i>	Membandingkan dan menilai berat tubuh diri sendiri dengan berat tubuh orang lain	5,6,8	7	4
<i>Body shape</i>	Membandingkan dan menilai bentuk tubuh diri sendiri dengan bentuk tubuh orang lain	9,10,11,12	-	4
<i>Body size</i>	Membandingkan dan menilai ukuran tubuh diri sendiri dengan ukuran tubuh orang lain	13,14, 15,16	-	4
<i>Body fat</i>	Membandingkan dan menilai lemak tubuh diri sendiri dengan lemak tubuh orang lain	17,18, 19,20	-	4
Total		19	1	20

Berdasarkan tabel 4.1, dapat diketahui bahwa skala perbandingan sosial terdiri dari 20 aitem. Pada hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat 1 aitem gugur, sehingga jumlah aitem yang valid adalah 19 aitem.

Tabel 4.2 Uji Validitas Skala CT

Aspek	Indikator	Aitem Valid	Aitem Gugur	Jumlah
<i>Appearance evaluation</i>	Individu menilai dan menghargai penampilan diri secara keseluruhan	1,2,3,4	-	4
<i>Appearance orientation</i>	Individu memperhatikan dan berusaha meningkatkan penampilan dirinya	5,6,7,8	-	4
<i>Body areas satisfaction</i>	Individu menyukai bagian atas dan bagian bawah tubuhnya	9,10,11,12	-	4
<i>Overweight preoccupation</i>	Adanya kepedulian dan tindakan yang dilakukan individu dalam menjaga berat badannya	13,14,15,16	-	4
<i>Self-classified weight</i>	Individu mengkategorikan berat dan tinggi badannya	17,18,20	19	4
Total		19	1	20

Berdasarkan tabel 4.2, dapat diketahui bahwa skala citra tubuh terdiri dari 20 aitem. Pada hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat 1 aitem gugur, sehingga jumlah aitem yang valid adalah 19 aitem.

2. Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan menggunakan *SPSS (Statistical Product and Service Solution) 25.0 for windows*, dengan ketentuan suatu kuesioner dikatakan reliabel jika nilai Cronbach's Alpha > 0.60 . Hasil perhitungan reliabilitas tiga variabel dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut:

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Perbandingan Sosial	0.919	Reliabel
Citra Tubuh	0.756	Reliabel

Berdasarkan uji reliabilitas pada tabel 4.4, variabel perbandingan sosial memiliki nilai Cronbach's Alpha 0.919, dan variabel citra tubuh 0.756, maka dapat dikatakan instrumen yang digunakan reliabel.

3. Analisis Deskriptif

a. Skor Hipotetik

1) Citra Tubuh

a) Skor Maksimal dan Skor Minimal

Pada skala Citra Tubuh, terdapat 4 skor yang diberikan pada masing-masing jawaban. Skor minimal adalah 1 dan skor maksimal adalah 4.

$X_{maks} = \text{skor maksimal} \times \text{jumlah item}$

$$= 4 \times 19$$

$$= 76$$

$X_{min} = \text{skor minimal} \times \text{jumlah item}$

$$= 1 \times 19$$

$$= 19$$

b) Mean Hipotetik

$$M = \frac{1}{2} (X_{maks} + X_{min})$$

$$= \frac{1}{2} (76 + 19)$$

$$= \frac{1}{2} \times 95$$

$$= 47,5$$

c) Standar Deviasi

$$SD = \frac{1}{6} (X_{maks} - X_{min})$$

$$\begin{aligned}
 &= \frac{1}{6} (76 - 19) \\
 &= \frac{1}{6} \times 57 \\
 &= 9,5
 \end{aligned}$$

2) Perbandingan Sosial

a) Skor maksimal dan skor minimal

Pada skala perbandingan sosial, terdapat 4 skor yang diberikan pada masing-masing jawaban. Skor minimal adalah 1 dan skor maksimal adalah 4.

X_{maks} = skor maksimal x jumlah item

$$= 4 \times 19$$

$$= 76$$

X_{min} = skor minimal x jumlah item

$$= 1 \times 19$$

$$= 19$$

b) Mean Hipotetik

$$M = \frac{1}{2} (X_{maks} + X_{min})$$

$$= \frac{1}{2} (76 + 19)$$

$$= \frac{1}{2} \times 95$$

$$= 47,5$$

c) Standar Deviasi

$$SD = \frac{1}{6} (X_{maks} - X_{min})$$

$$= \frac{1}{6} (76 - 19)$$

$$= \frac{1}{6} \times 57$$

$$= 9,5$$

Skor hipotetik pada penelitian ini dapat dijabarkan melalui tabel berikut :

Tabel 4.4 Hasil Skor Hipotetik

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Citra Tubuh	100	19	76	47,5	9,5
Perbandingan Sosial	100	19	76	47,5	9,5

4. Kategorisasi Data

Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi Data

Kategori	Rumus
Tinggi	$X \geq (M+1SD)$
Sedang	$(M-1SD) \leq X < (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

Berdasarkan tabel norma kategorisasi di atas, dalam penelitian ini kategori dapat dipisahkan menjadi tiga bagian dengan batas kelas yang bervariasi untuk setiap kategori. Adapun kategorisasi perbandingan sosial dan citra tubuh dipaparkan pada tabel berikut :

Tabel 4.6 Kriteria Kategori Data

Citra Tubuh		Perbandingan Sosial	
Tinggi	$X > 57$	Tinggi	$X > 57$
Sedang	$38 \leq X \leq 57$	Sedang	$38 \leq X \leq 57$
Rendah	$X < 38$	Rendah	$X < 38$

a) Tingkat Perbandingan Sosial

Tabel 4.7 Tingkat Perbandingan Sosial

Kategori	Frekuensi	Presentase
Rendah	21	21%
Sedang	71	71%
Tinggi	8	8%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel pengkategorian perbandingan sosial di atas menunjukkan hasil analisis terhadap tingkat perbandingan sosial pada

sampel penelitian. Untuk kategori tinggi dengan skor di atas 57, terdapat 8 orang (8%) yang termasuk dalam tingkat perbandingan sosial tinggi. Sementara itu, kategori sedang dengan skor antara 38 dan 57 mencakup 71 orang (71%). Selanjutnya, kategori rendah dengan skor di bawah 38 mencakup 21 orang (21%).

b) Tingkat Citra Tubuh

Tabel 4.8 Tingkat Citra Tubuh

Kategori	Frekuensi	Presentase
Rendah	-	-
Sedang	62	62%
Tinggi	38	38%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel pengkategorian citra tubuh di atas menunjukkan hasil analisis terhadap tingkat citra tubuh pada sampel penelitian. Untuk kategori tinggi dengan skor di atas 57, terdapat 38 orang (38%) yang termasuk dalam tingkat citra tubuh tinggi. Sementara itu, kategori sedang dengan skor antara 38 dan 57 mencakup 62 orang (62%).

5. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui suatu distribusi data normal atau tidak. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Jika nilai signifikansi > 0.05 , maka data dapat dikatakan normal. Sebaliknya, apabila signifikansi < 0.05 , maka data dapat dikatakan tidak normal. (Priyatno, 2016). Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan dengan *SPSS (Statistical Product and Service Solution) 25.0 for windows*. Adapun hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.26989035
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positive	.044
	Negative	-.037
Test Statistic		.044
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel hasil uji normalitas tersebut didapatkan nilai signifikansi sebesar 0.200. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

6. Uji Linieritas

Tujuan dari dilakukannya uji linieritas adalah untuk mengevaluasi apakah terdapat keterkaitan linier antara kedua variabel yang sedang diteliti. Dengan kata lain, memastikan apakah variabel dependen dan variabel independen memiliki hubungan yang bermakna. Uji linieritas digunakan sebelum melakukan uji hipotesis. Dalam penelitian ini, uji linieritas digunakan dengan bantuan *software* komputer SPSS 25 for Windows. Hubungan antara variabel dikatakan linier jika nilai Deviation from Linearity lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Tabel 4.10 Hasil Uji Linieritas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Citra Tubuh * Perbandingan Sosial	Between Groups	(Combined)	1373.047	35	39.230	1.423	.110
		Linearity	387.837	1	387.837	14.070	.000
		Deviation from Linearity	985.210	34	28.977	1.051	.422
		With in Groups	1764.193	64	27.566		
	Total		3137.240	99			

Dari hasil uji linieritas dalam tabel di atas, didapat nilai Deviation from Linearity sebesar 0.422. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara kedua variabel tersebut.

7. Uji Hipotesis

Untuk membuktikan hipotesis penelitian diterima atau ditolak, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi. Dalam penelitian ini, uji hipotesis menggunakan uji korelasi product moment atau pearson karena data terdistribusi normal. Uji ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan yang ada antara kedua variabel penelitian. Jika nilai signifikansi kurang dari 0.05 ($p < 0.05$), maka dapat diambil kesimpulan bahwa variabel independen memiliki hubungan signifikan terhadap variabel dependen.

Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi Pearson

Correlations			
		Perbandingan Sosial	Citra Tubuh
Perbandingan Sosial	Pearson Correlation	1	-.352**
	Sig. (2-tailed)		0.000
	N	100	100
Citra Tubuh	Pearson Correlation	-.352**	
	Sig. (2-tailed)	0.000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil uji korelasi product moment dalam tabel tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk kedua variabel adalah 0.000 dimana nilai ini $< 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Arah hubungan kedua variabel ditunjukkan oleh koefisien korelasi Pearson, yaitu -0.352, menandakan bahwa hubungan antara kedua variabel adalah negatif.

8. Uji Tambahan

a. Pengaruh Usia terhadap Variabel Perbandingan Sosial

Analisis pengaruh usia terhadap variabel perbandingan sosial dilakukan dengan melalui uji independent sample T-test. Jika nilai signifikansi kurang dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa usia berpengaruh signifikan terhadap pengalaman perbandingan sosial.

Tabel 4.12 Pengaruh Usia pada PS

Usia	N	Mean	Nilai Sig.
18-19 tahun	68	44.1324	0.868
20-21 tahun	32	44.5000	

Hasil uji independent sample T-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.868 (> 0.05). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara usia terhadap perbandingan sosial yang dimiliki individu. Dan hanya terdapat sedikit perbedaan pada nilai mean, dimana usia 18-19 tahun memiliki nilai 44.1324 dan usia 20-21 memiliki nilai 44.5000.

b. Pengaruh Usia Terhadap Variabel Citra Tubuh

Analisis pengaruh usia terhadap variabel citra tubuh dilakukan dengan melalui uji independent sample T-test. Jika nilai signifikansi kurang dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa usia berpengaruh signifikan terhadap pengalaman perbandingan sosial.

Tabel 4.13 Pengaruh Usia pada CT

Usia	N	Mean	Nilai Sig.
18-19 tahun	68	56.2353	0.949
20-21 tahun	32	56.3125	

Hasil uji independent sample T-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.949 (> 0.05). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara usia terhadap citra tubuh yang dimiliki individu. Dan hanya terdapat sedikit perbedaan pada nilai mean, dimana usia 18-19 tahun memiliki nilai 56.2353 dan usia 20-21 memiliki nilai 56.3125.

c. Aspek Dominan pada Variabel

Penelitian ini mencoba menguji aspek yang paling dominan pada kedua variabel yang diteliti. Pengujian dilakukan menggunakan uji regresi linier berganda.

1) Perbandingan Sosial

Variabel perbandingan sosial memiliki 5 aspek diantaranya *physical appearance*, *weight*, *body shape*, *body size*, dan *body fat*. Berikut tabel presentase aspek dalam perbandingan sosial:

Tabel 4.14 Aspek Dominan pada PS

Urutan	Aspek	Mean	Standar Deviasi	Koefisien Beta (Standarized)	Presentase
1	<i>Body shape</i>	9,38	2,76	0,299	26%
2	<i>Body size</i>	9,35	2,76	0,298	24%
3	<i>Physical appearance</i>	10,10	2,58	0,279	21%
4	<i>Weight</i>	6,56	1,98	0,215	17%
5	<i>Body fat</i>	8,86	2,32	0,126	10%
Total					100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek yang memiliki koefisien beta paling besar terletak pada aspek *body shape* dengan nilai beta sebesar 0,299 dengan presentase sebesar 26%.

2) Citra Tubuh

Variabel citra tubuh memiliki 5 aspek, yaitu *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body area satisfaction*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified weight*. Berikut tabel presentase aspek dalam citra tubuh:

Tabel 4.15 Aspek Dominan pada CT

Urutan	Aspek	Mean	Standar Deviasi	Koefisien Beta (Standarized)	Presentase
1	<i>Appearance evaluation</i>	12,03	1,91	0,744	26%
2	<i>Body area satisfaction</i>	11,77	1,76	0,732	24%
3	<i>Overweight preoccupation</i>	11,53	2,16	0,562	22%
4	<i>Appearance orientation</i>	12,68	1,70	0,671	21%
5	<i>Self-classified weight</i>	8,25	1,50	0,339	4%
Total					100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek yang memiliki koefisien beta paling besar terletak pada aspek *appearance evaluation* dengan nilai beta sebesar 0,744 dengan presentase sebesar 26%.

C. Pembahasan

1. Tingkat Perbandingan Sosial pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram

Menurut Schaefer & Thompson (2014), definisi perbandingan sosial adalah kecenderungan seseorang untuk mengevaluasi penampilan fisik

dengan cara membandingkannya dengan orang lain. Terdapat lima aspek fisik yang menjadi objek pembandingan saat seseorang melakukan perbandingan sosial, yakni penampilan fisik, berat tubuh, bentuk tubuh, ukuran tubuh, dan lemak tubuh.

Berdasarkan data hasil analisis deskriptif dari 100 orang mahasiswi Psikologi UIN Malang pengguna Instagram, mayoritas berada pada tingkat perbandingan sosial dengan kategori sedang dengan jumlah 71 mahasiswi (71%), kemudian 8 orang (8%) berada pada tingkat perbandingan sosial kategori tinggi, lalu sisanya berada pada tingkat perbandingan sosial rendah dengan total 21 orang (21%). Hal ini menunjukkan bahwa perbandingan sosial merupakan hal yang umum terjadi di kalangan mahasiswi pengguna media sosial, khususnya Instagram.

Sebagaimana dijelaskan oleh Fardouly dkk. (2017) dalam penelitiannya terhadap 160 mahasiswi di Australia, perempuan saat ini lebih banyak membandingkan penampilan mereka dengan orang lain di media sosial daripada di media tradisional seperti televisi ataupun majalah. Frekuensi perbandingan yang lebih besar melalui media sosial ini dikarenakan di zaman sekarang gambar di media sosial lebih mudah diakses di ponsel yang mereka genggam setiap saat.

Fitur-fitur pada media sosial seperti pengguna lain yang menyukai atau mengomentari gambar, dapat membuat perbandingan sosial melalui media sosial lebih berpengaruh daripada perbandingan secara langsung dalam hal citra tubuh, hal ini dikarenakan ketika melihat foto seseorang seperti teman/selebgram/keluarga di Instagram, jumlah "suka" dan komentar positif tentang penampilan orang tersebut dapat memperkuat daya tarik orang yang menjadi target perbandingan sosial yang menyebabkan kepuasan penampilan yang lebih rendah bagi pembanding dibandingkan ketika seseorang melihat target perbandingan secara langsung.

Dari hasil analisis deskriptif tersebut, dapat diketahui bahwa mayoritas mahasiswi membandingkan dirinya sendiri dengan orang lain

di Instagram. Meskipun demikian, mereka melakukannya dengan frekuensi yang tidak terlalu sering, yang menunjukkan bahwa meskipun ada kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain, hal itu tidak dilakukan secara intens. Faktor yang dapat mempengaruhi tingkat perbandingan sosial berada pada kategori sedang bisa dikarenakan mereka memahami bahwa foto-foto yang ada di Instagram tidak selalu mencerminkan kenyataan, namun masih terdorong untuk membandingkan diri dengan orang lain. Pengguna instagram menggunakan platform sebagai hiburan dan koneksi sosial, tetapi masih merasa sedikit terpengaruh ketika melihat penampilan orang lain yang dianggap lebih baik. Tingkat perbandingan sosial yang sedang menunjukkan bahwa mereka masih melakukan perbandingan dengan orang lain, tetapi tidak sampai ke titik di mana hal ini sangat membebani mental atau emosional mereka.

Berikutnya, sebanyak 21 orang tergolong dalam kategori perbandingan sosial rendah. Individu dalam kelompok ini cenderung jarang membandingkan diri mereka dengan orang lain di Instagram. Faktor yang bisa menyebabkan hal ini diantaranya adalah karena mereka menyadari bahwa konten-konten seperti foto ataupun video yang di posting di Instagram seringkali sudah dikurasi dan disunting sehingga mereka tidak mencerna mentah-mentah apa yang dilihat dan menjadi lebih kritis dalam memahami bahwa apa yang diposting di Instagram tidak selalu mencerminkan realitas. Selain itu, mereka lebih memilih mengikuti akun-akun yang tidak berfokus pada penampilan seperti akun selebgram atau artis, dan lebih banyak mengonsumsi konten hiburan seperti postingan lucu atau membuka Instagram untuk mencari informasi, sehingga mengurangi kecenderungan untuk melihat foto yang memperlihatkan penampilan seseorang yang kemudian mengurangi frekuensi membandingkan penampilan fisik. Dengan tingkat perbandingan sosial yang rendah, individu merasa lebih nyaman dengan diri mereka sendiri dan lebih berfokus pada konten yang mereka

nikmati sehingga mengurangi fokus pada perbandingan fisik dengan orang lain.

Selanjutnya, 8 orang lainnya berada pada tingkat perbandingan sosial kategori tinggi, yang berarti individu dalam kelompok ini sering membandingkan diri mereka sendiri dengan orang lain di Instagram. Hal ini bisa dikatakan wajar karena menurut Sheldon et. al (2019) Instagram sebagai platform media sosial yang berbasis visual mendorong penggunaannya untuk membagikan foto-foto yang "sempurna," sehingga menciptakan lingkungan yang sangat kompetitif dalam hal penampilan fisik. Banyak pengguna Instagram cenderung hanya membagikan momen terbaik dan penampilan yang sudah dipoles, baik melalui penggunaan filter, pengeditan, maupun pose yang dipersiapkan dengan matang. Hal ini menciptakan gambaran yang tidak realistis dan sering kali memicu orang lain untuk membandingkan diri mereka dengan standar "kesempurnaan" yang sulit dicapai. Fitur-fitur seperti filter dan aplikasi pengeditan wajah atau tubuh memungkinkan pengguna untuk menampilkan versi diri yang lebih ideal, sehingga menambah tekanan bagi orang lain yang melihatnya untuk menyesuaikan diri dengan standar kecantikan yang tidak realistis.

Selain itu, eksposur berlebihan terhadap selebriti dan influencer yang sering kali memamerkan penampilan menarik juga meningkatkan perbandingan sosial. Orang biasa mungkin merasa tertekan karena merasa tidak mampu mencapai tingkat penampilan atau kehidupan tersebut. Di sisi lain, budaya "likes" dan jumlah pengikut juga berperan dalam validasi sosial, membuat seseorang merasa lebih dihargai jika memiliki penampilan yang menarik. Akibatnya, individu yang terjebak dalam perbandingan sosial kategori tinggi dapat memicu rasa tidak aman, rendah diri, hingga gangguan citra tubuh seperti *body dysmorphia*.

Penelitian ini juga menguji pengaruh usia terhadap variabel perbandingan sosial, dimana hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.868 (> 0.05), sehingga dapat

disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara usia terhadap variabel perbandingan sosial pada kelompok usia yang diteliti. Kedua kelompok usia ini (18-19 tahun dan 20-21 tahun) berada pada fase kehidupan yang serupa, yakni duduk di bangku perkuliahan dan sama-sama berada pada tahap dewasa awal. Pada tahap ini, mereka memiliki kebutuhan dan minat sosial yang mirip, termasuk dalam penggunaan media sosial untuk mengekspresikan diri dan membandingkan penampilan, seperti kebutuhan untuk bersosialisasi dan keinginan untuk tampil menarik di mata teman sebaya. Karena karakteristik perkembangan dan lingkungan yang serupa, perbedaan usia yang kecil antara 18-19 dan 20-21 tahun tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap perbandingan sosial.

Tingkat perbandingan sosial pada mahasiswi psikologi pengguna instagram di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tentu dipengaruhi oleh beberapa aspek yang diantaranya adalah *physical appearance, weight, body shape, body size, & body fat*. Berdasarkan hasil analisis aspek pembentuk utama perbandingan sosial, diketahui bahwa aspek *body shape* merupakan aspek yang paling dominan dalam membentuk perbandingan sosial mahasiswi pengguna Instagram. Aspek *body shape* ini menjadi salah satu aspek yang kerap kali dibandingkan oleh individu, terutama ketika mereka merasa bentuk tubuh mereka tidak sesuai dengan standar kecantikan yang dominan. Perbandingan ini sangat terlihat dalam konteks gender, dimana perempuan cenderung membandingkan bentuk tubuh mereka dengan perempuan lain yang dianggap memiliki tubuh lebih ideal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswi pengguna instagram di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki perbandingan sosial tingkat sedang, sehingga dapat diartikan bahwa mahasiswi pengguna instagram cenderung membandingkan dan menilai bentuk tubuh mereka dengan foto maupun video di platform Instagram, namun hal tersebut tidak dilakukan secara berlebihan.

2. Tingkat Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram

Menurut Cash and Pruzinky (2002), citra tubuh adalah sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif. Berdasarkan data hasil analisis deskriptif dari 100 orang mahasiswi Psikologi UIN Malang pengguna Instagram, mayoritas berada pada tingkatan citra tubuh dengan kategori sedang dengan jumlah 62 orang (62%), kemudian untuk kategori tinggi terdapat 38 orang (38%) yang termasuk dalam tingkat citra tubuh tinggi.

Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswi sudah cukup memiliki pandangan yang baik tentang tubuh mereka, meskipun belum sepenuhnya positif. Pada tingkat ini, individu terkadang merasa tidak puas dengan fisiknya, namun hal tersebut tidak mengganggu hidupnya. Individu dengan citra tubuh sedang cenderung menyadari kelebihan fisiknya, tetapi masih memiliki beberapa ketidakpuasan. Ada saat-saat dimana individu merasa kurang percaya diri terhadap penampilan fisiknya terutama ketika berada di sekitar orang-orang yang mereka anggap lebih menarik. Namun pada sebagian besar waktu, individu merasa nyaman dengan diri sendiri dan puas dengan bagaimana mereka terlihat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri (2021) terhadap 141 wanita yang menjadi member pada salah satu tempat kebugaran jasmani di kota Pekanbaru yang menyatakan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat citra tubuh dengan kategori sedang, dimana individu dengan tingkat citra tubuh sedang berarti masih merasa ada sedikit ketidakpuasan terhadap tubuhnya namun hal tersebut tidak terlalu mengganggu dirinya dan individu tersebut masih merasa nyaman dengan penampilan fisiknya.

Berikutnya, 38 orang termasuk pada tingkat citra tubuh kategori tinggi. Individu yang termasuk pada tingkat citra tubuh tinggi memiliki persepsi yang sangat positif dan sehat tentang tubuh mereka. Orang-orang dengan citra tubuh tinggi cenderung merasa nyaman, percaya diri,

dan puas dengan penampilan fisik mereka, serta mampu menghargai tubuh mereka tanpa terlalu terpengaruh oleh standar kecantikan eksternal atau media sosial. Secara keseluruhan, tingkat citra tubuh yang tinggi menunjukkan individu memiliki pandangan yang positif tentang tubuh mereka. Mereka merasa nyaman dengan fisik mereka sendiri dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan eksternal untuk memenuhi standar kecantikan tertentu.

Penelitian ini juga menguji pengaruh usia terhadap variabel citra tubuh, dimana hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.949 (> 0.05), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara usia terhadap variabel citra tubuh pada kelompok usia yang diteliti. Hal ini dikarenakan kelompok usia 18 hingga 21 tahun termasuk dalam fase dewasa awal, yang berlangsung dari usia 18 hingga 25 tahun (Santrock, 2012). Pada tahap ini, perkembangan fisik pada wanita mencapai puncaknya, dan mahasiswi pada umumnya berada pada fase usia ini. Karena dewasa awal juga terkait dengan tugas perkembangan seperti memilih pasangan hidup, individu pada fase ini cenderung lebih memperhatikan penampilan. Jadi, kedua kelompok usia tersebut masih dalam rentang dewasa awal, sehingga tidak terdapat pengaruh signifikan antara kedua kelompok usia tersebut terhadap variabel citra tubuh.

Tingkat citra tubuh pada mahasiswi psikologi pengguna instagram di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tentu dipengaruhi oleh beberapa aspek yang diantaranya adalah *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *overweight preoccupation*, *self-classified weight*, & *body areas satisfaction*. Berdasarkan hasil analisis aspek pembentuk utama citra tubuh dapat diketahui bahwa aspek *appearance evaluation* merupakan aspek yang paling dominan dalam membentuk citra tubuh mahasiswi Psikologi UIN Malang pengguna Instagram.

Aspek *appearance evaluation* ini berkaitan dengan evaluasi seseorang mengenai tubuhnya, bagaimana ia menilai penampilannya sendiri, seperti "saya merasa percaya diri dengan penampilan saya"

ataupun sebaliknya. Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat diartikan bahwa mahasiswi pengguna instagram yang memiliki citra tubuh tingkat tinggi terbukti menilai penampilan mereka secara positif. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswi psikologi pengguna instagram di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki citra tubuh tingkat sedang, sehingga dapat diartikan bahwa mahasiswi Psikologi UIN Malang pengguna instagram cenderung menilai dan menghargai penampilan mereka dengan cukup baik.

3. Hubungan Antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram

Berdasarkan hasil uji korelasi pearson dapat diketahui bahwa hipotesis yang menyatakan “terdapat hubungan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram” diterima. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan negatif antara perbandingan sosial dengan citra tubuh, dimana nilai signifikansi untuk kedua variabel adalah 0.000 dan arah hubungan kedua variabel ditunjukkan oleh koefisien korelasi Pearson yaitu -0.352, menandakan bahwa hubungan antara kedua variabel adalah negatif. Hasil koefisien korelasi yang negatif memiliki arti bahwa variabel perbandingan sosial dan variabel citra tubuh memiliki hubungan yang berbanding terbalik, dengan kata lain semakin tinggi tingkat perbandingan sosial maka semakin rendah tingkat citra tubuh yang dimiliki, dan semakin rendah tingkat perbandingan sosial maka semakin tinggi citra tubuh seseorang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lasmi & Coralia (2018) terhadap 97 wanita yang sedang melakukan diet di Kota Bandung yang menyatakan bahwa semakin tinggi perbandingan sosial dalam hal penampilan maka semakin rendah citra tubuhnya. Hal tersebut dapat diartikan bahwa perbandingan sosial dalam hal penampilan dapat menjadi prediktor bagi ketidakpuasan tubuh dan menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas perbandingan penampilan maka semakin tinggi pula individu akan merasakan

ketidakpuasan tubuh. Sebaliknya, semakin rendah intensitas perbandingan penampilan maka semakin rendah pula individu akan merasakan ketidakpuasan tubuh.

Perbandingan sosial dalam hal penampilan di Instagram merupakan bentuk evaluasi diri yang nantinya akan memberikan dampak terhadap bagaimana penilaian seseorang mengenai tubuhnya. Menurut Schafer (2018) pengguna Instagram cenderung merasa iri hati setelah membandingkan dirinya dengan orang lain (teman, lingkungan sosial, orang asing) sehingga menimbulkan dampak negatif seperti citra tubuh negatif, harga diri rendah, atau bahkan depresi.

Ketika individu membandingkan dirinya dengan orang lain terutama dengan mereka yang memiliki penampilan fisik yang lebih baik, contohnya dengan teman sebaya yang menurutnya lebih menarik dibanding mereka, maka individu tersebut akan merasa kurang percaya diri dan tidak puas dengan penampilan fisiknya. Selain itu, perbandingan sosial juga dapat membuat individu merasa bahwa mereka tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada, sehingga mereka akan merasa tidak cukup baik dan kurang percaya diri. Oleh karena itu, perbandingan sosial yang berlebihan dapat menyebabkan individu mengalami ketidakpuasan citra tubuh.

Perbandingan sosial dengan orang terdekat (*in-group*) dapat memiliki dampak negatif yang berbeda dibandingkan perbandingan dengan artis atau figur publik (*out-group*). Dalam perbandingan *in-group*, seseorang lebih cenderung merasa bahwa standar yang mereka lihat lebih realistis dan seharusnya bisa dicapai, sehingga ketika merasa tertinggal atau tidak sesuai, rasa cemas dan tekanan sosial dapat meningkat. Ketika seseorang membandingkan diri dengan teman, keluarga, atau rekan, mereka cenderung merasa lebih tertekan untuk memenuhi standar kelompoknya karena adanya kedekatan emosional dan keterkaitan sosial. Harapan atau standar penampilan yang dimiliki orang-orang di sekitar bisa terasa lebih nyata dan lebih sulit diabaikan, sehingga tekanan untuk "menyamai" mereka sering kali lebih kuat. Hal

ini dapat menimbulkan perasaan minder, cemas, atau ketidakpuasan terhadap diri sendiri, terutama jika seseorang merasa tertinggal atau tidak sesuai dengan standar kelompok tersebut. Sebaliknya, ketika seseorang membandingkan diri dengan *public figure* seperti *selebgram*, mereka biasanya menganggap standar tersebut sebagai sesuatu yang jauh dan meski ideal, lebih mudah disadari sebagai sesuatu yang sulit dicapai oleh orang biasa. Meski perbandingan dengan *selebgram* tetap bisa menimbulkan ketidakpuasan, sering kali efeknya lebih berjarak dan tidak sebesar perbandingan dengan *in-group*.

Dalam konteks penggunaan Instagram, perbandingan sosial dapat terjadi ketika individu melihat postingan penampilan orang terdekat yang menurutnya lebih menarik yang kemudian membandingkannya dengan diri sendiri, sehingga mereka akan merasa kurang percaya diri dan tidak puas dengan penampilan fisiknya. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk menyadari bahwa perbandingan sosial dapat berdampak negatif pada citra tubuh dan mencari cara untuk mengurangi kegiatan membandingkan diri sendiri dengan orang lain, misalnya dengan cara *unfollow* akun-akun yang membuat individu merasa tidak percaya diri akan penampilan fisiknya dan berhenti melihat postingan serupa dengan memilih opsi “tidak tertarik/*not interested*” pada titik tiga di pojok kanan atas foto di Instagram ketika muncul perasaan negatif seperti perasaan tidak puas akan tubuh sendiri.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil :

1. Tingkat perbandingan sosial pada mahasiswi Psikologi UIN Malang pengguna Instagram berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa perbandingan sosial merupakan hal yang umum terjadi di kalangan mahasiswi pengguna media sosial, khususnya Instagram. Meskipun demikian, mereka melakukannya dengan frekuensi yang tidak terlalu sering, yang menunjukkan bahwa meskipun ada kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain, hal itu tidak dilakukan secara intens.
2. Tingkat citra tubuh pada mahasiswi Psikologi UIN Malang pengguna Instagram berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswi sudah cukup memiliki pandangan yang baik tentang tubuh mereka.
3. Hasil dari uji korelasi pearson diperoleh koefisien korelasi sebesar - 0.352 yang berarti terdapat hubungan signifikan negatif antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram. Hasil koefisien korelasi yang negatif memiliki arti bahwa variabel perbandingan sosial dan variabel citra tubuh memiliki hubungan yang berbanding terbalik, dengan kata lain semakin tinggi tingkat perbandingan sosial maka semakin rendah tingkat citra tubuh yang dimiliki, dan semakin rendah tingkat perbandingan sosial maka semakin tinggi citra tubuh seseorang.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan mahasiswi psikologi UIN Malang pengguna Instagram dapat menyaring konten-konten yang dilihat di Instagram, tidak langsung membandingkan diri sendiri dengan foto yang dilihat di Instagram. Selain itu, diimbau untuk lebih mencintai diri sendiri terlepas dari berapapun berat dan tinggi badan yang dimiliki. Diharapkan untuk menyadari bahwa setiap orang memiliki keunikan dan mensyukuri kondisi tubuh sebagai langkah penting dalam meningkatkan citra tubuh.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian berikutnya bisa dilakukan dengan memperluas populasi, tidak hanya terbatas pada mahasiswi psikologi, tetapi juga melibatkan mahasiswi dari berbagai jurusan atau universitas lain untuk melihat apakah ada perbedaan hasil berdasarkan latar belakang pendidikan atau lingkungan akademik, dan dapat mempertimbangkan metode kualitatif, seperti wawancara mendalam atau studi kasus untuk menggali lebih dalam pengalaman individu terkait perbandingan sosial dan citra tubuh supaya dapat memberikan wawasan yang lebih kaya tentang dinamika psikologis yang terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimah, L. A. N., & Widodo, P. B. (2023). *Hubungan Antara Social Comparison dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Pengguna Instagram di Universitas Diponegoro* [Other, Undip]. <https://eprints2.undip.ac.id/id/eprint/11716/>
Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (t.t.). Diambil 3 Januari 2024, dari <https://survei.apjii.or.id/>
- Atmoko, B. D. (2012). *Instagram Handbook: Tips Fotografi Ponsel*. Media Kita. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=823489>
- Buunk, A. P., & Gibbons, F. X. (2007). Social comparison: The end of a theory and the emergence of a field. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 102(1), 3–21. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2006.09.007>
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (Ed.). (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Darmadi, H., & Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=3853401903693647269&hl=en&oi=scholar>
- Dreisbach, S. (2011). *Shocking Body-Image News: 97% of Women Will Be Cruel to Their Bodies Today*. Glamour. <https://www.glamour.com/story/shocking-body-image-news-97-percent-of-women-will-be-cruel-to-their-bodies-today>
- Fardouly, J., Pinkus, R. T., & Vartanian, L. R. (2017). The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in

- women's everyday lives. *Body Image*, 20, 31–39.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.11.002>
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fox, J., & Vendemia, M. A. (2016). Selective Self-Presentation and Social Comparison Through Photographs on Social Networking Sites. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 19(10), 593–600.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0248>
- Ghaznavi, J., & Taylor, L. D. (2015). Bones, body parts, and sex appeal: An analysis of #thinspiration images on popular social media. *Body Image*, 14, 54–61.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.03.006>
- Guyer, J. J., & Vaughan-Johnston, T. I. (2018). Social Comparisons (Upward and Downward). Dalam V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Ed.), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (hlm. 1–5). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1912-1
- Kemendikbud, Pdd. (2020). *Statistik Pendidikan Tinggi Tahun 2020: Vol. Kelima*. Sekretaris Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Kim, J. W., & Chock, T. M. (2015). Body image 2.0: Associations between social grooming on Facebook and body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 48, 331–339. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.009>
- Lasmi, N. S., & Coralia, F. (2018). Perbandingan Penampilan Sebagai Prediktor Ketidakpuasan Tubuh Pada Wanita Yang Diet Di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 0, Article 0. <https://doi.org/10.29313/.v0i0.11741>

- Mansfield, L. (2011). (t.t.). *4 Fit, Fat and Feminine?. Women and Exercise: The Body, Health and Consumerism*, 5, 81.
- Natari, D. A. M. (2016). *Studi Deskriptif Mengenai Body Image pada Wanita Usia Dewasa Awal yang Aktif Menggunakan Media Sosial di Kota Bandung* [Thesis, Fakultas Psikologi (UNISBA)].
<http://repository.unisba.ac.id:8080/xmlui/handle/123456789/4250>
- Nevid, J. S., Rathus, S., A., & Beverly, G. (2014). *Psikologi Abnormal* (9 ed.). Erlangga.
- Putri, S. H. (2021). *Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri pada Wanita*.
- Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2014). The development and validation of the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R). *Eating Behaviors*, 15(2), 209–217. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.01.001>
- Schilder, P. (1950). *The Image and Appearance of the Human Body: Studies in the Constructive Energies of the Psyche*. International Universities Press.
- Wahyuni, G. A. K. T. E., & Wilani, N. M. A. (2019). Hubungan antara Komparasi Sosial dengan Citra Tubuh pada Remaja Laki-Laki di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 176–185.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon/Faksimile: 0341-558916
Laman: psikologi.uin-malang.ac.id, email: fpsl@uin-malang.ac.id

Nomor: 2141 /FPsi/PP.00.9/09/2024

11 September 2024

Hal : Jawaban Izin Penelitian Skripsi

Kepada:

**Yth. Wakil Dekan Bidang Akademik
Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
di tempat.**

Assalamu'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh

Menindaklanjuti surat Saudara Nomor: 2111/FPsi.1/PP.00.9/09/2024 tanggal 3 September 2024 tentang Izin Penelitian Skripsi, kami memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang kepada:

Nama : Tifa Sahara Rohma
NIM : 200401110202
Judul Skripsi : Hubungan antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi Psikologi UIN Malang Pengguna Instagram
Dosen Pembimbing : 1. Hilda Halida, M.Psi., Psikolog
2. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si., Psikolog

Demikian surat agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh

Dekan,



Rifa Hidayah

Tembusan:

1. Wakil Dekan 2 dan 3;
2. Para Ketua Prodi;
3. Kabag. Tata Usaha.

Lampiran 2 Skala Penelitian

Kuesioner

Petunjuk Pengisian Skala

1. Isilah identitas Anda

Nama (Inisial) :

Usia :

Media Sosial yang digunakan (boleh lebih dari satu) :

- ☐ Instagram
- ☐ Tiktok
- ☐ Twitter
- ☐ Facebook
- ☐ Yang lain (tuliskan disini): ...

2. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan yang telah disediakan kemudian pilih jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri Anda, dengan ketentuan :

SS : Bila Anda Sangat Setuju dengan pernyataan

S : Bila Anda Setuju dengan pernyataan

TS : Bila Anda Tidak Setuju dengan pernyataan

STS : Bila Anda Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan

Periksalah jawaban Anda dan jangan sampai ada yang terlewat

Jawablah sejujur mungkin dan yang paling sesuai dengan diri Anda. Tidak ada jawaban yang benar atau salah dalam pernyataan dibawah ini.

Contoh:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya memakai riasan wajah untuk meningkatkan penampilan		√		

Usahakan agar tidak ada pernyataan yang anda lewatkan. Selamat mengerjakan dan terima kasih.

SKALA PERBANDINGAN SOSIAL

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya cenderung membandingkan warna kulit saya dengan teman di Instagram				
2.	Saya cenderung membandingkan postur badan saya dengan teman di Instagram				
3.	Saya merasa gaya berpakaian saya lebih buruk daripada teman saya di instagram				
4.	Saya berpikir wajah teman saya di Instagram lebih menarik dibandingkan wajah saya				
5.	Saya seringkali membandingkan berat badan saya dengan teman yang lebih gemuk di Instagram				
6.	Saya seringkali membandingkan berat badan saya dengan teman yang lebih kurus di Instagram				
7.	Saya cenderung menilai diri sendiri kurus ketika melihat postingan selebriti di instagram				
8.	Saya cenderung menilai diri sendiri gemuk ketika melihat postingan selebriti di instagram				
9.	Kadangkala saya membandingkan bentuk hidung saya dengan teman di Instagram				
10.	Kadangkala saya membandingkan bentuk perut saya dengan teman di Instagram				
11.	Kadangkala saya menilai bentuk pipi saya dengan teman di Instagram				
12.	Saya cenderung menilai bentuk wajah saya (secara keseluruhan) dengan saudara/keluarga yang seumuran di Instagram				
13.	Adakalanya saya membandingkan tinggi badan diri sendiri dengan tinggi badan teman di instagram				
14.	Adakalanya saya membandingkan besar/kecilnya badan saya dengan selebriti di instagram				
15.	Ketika saya melihat foto teman di Instagram, saya merasa lebih tinggi/pendek dibanding mereka				
16.	Seringkali saya menilai panjang badan saya dengan keluarga yang lebih tinggi/lebih pendek di instagram				
17.	Kadangkala saya membandingkan lemak di perut saya dengan selebriti di Instagram				
18.	Kadangkala saya membandingkan lemak di pipi saya dengan foto teman di Instagram				
19.	Saya merasa memiliki lebih banyak lemak di bagian paha dibandingkan teman saya di Instagram				
20.	Saya merasa memiliki sedikit lemak di bagian paha dibandingkan teman saya di Instagram				

SKALA CITRA TUBUH

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Secara keseluruhan, penampilan saya menarik				
2.	Saya merasa penampilan saya kurang menarik				
3.	Saya bersyukur dengan kondisi tubuh saya saat ini				
4.	Saya merasa percaya diri dengan penampilan saya				
5.	Saya acuh terhadap penampilan				
6.	Penting bagi saya untuk selalu tampil menarik				
7.	Saya selalu merawat wajah dengan menggunakan produk skincare				
8.	Saya tidak peduli dengan mix & match outfit untuk pergi ke kampus				
9.	Saya menyukai bagian wajah saya				
10.	Saya tidak suka melihat wajah saya sendiri				
11.	Saya menyukai kaki saya yang jenjang				
12.	Saya tidak suka kaki saya yang besar				
13.	Saya sadar harus menjaga berat badan saya tetap pada kategori normal				
14.	Sempat terpikirkan untuk melakukan diet sehat guna menjaga berat badan saya				
15.	Saya mengatur pola makan saya				
16.	Saya berolahraga untuk menjaga berat badan saya				
17.	Berat badan saya berada pada kategori normal				
18.	Berat badan saya tidak berada dalam kategori normal				
19.	Saya merasa tinggi jika dibandingkan dengan teman-teman				
20.	Dibandingkan dengan teman-teman saya, saya merasa kurang tinggi				

Lampiran 3 Tabulasi Data

A. Perbandingan Sosial

x 1	x 2	x 3	x 4	x 5	x 6	x 8	x 9	x 1 0	x 1 1	x 1 2	x 1 3	x 1 4	x 1 5	x 1 6	x 1 7	x 1 8	x 1 9	x 2 0	tot alX
3	3	1	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	47
2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	48
2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	4	2	64
2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	2	62
3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	49
4	4	3	4	3	2	2	1	2	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	50
3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	45
3	3	2	2	1	1	1	1	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	2	47
3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	2	3	4	2	58
3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	1	51
1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	25
2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	42
2	2	3	3	1	1	2	1	1	2	1	3	2	3	3	2	2	3	2	39
2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	44
3	3	3	2	2	4	3	4	4	2	3	2	4	2	2	4	2	4	4	57
3	3	3	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	45
2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	41
1	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	1	2	1	1	3	2	3	2	43
1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	23
4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	61
3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	41
2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	48
3	3	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	32
3	3	2	2	2	4	4	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	50
3	3	2	3	2	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	1	1	1	4	41
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
2	3	3	4	3	3	4	2	4	3	2	2	3	1	1	3	3	3	2	51
2	4	2	4	4	4	4	1	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	1	62
4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	62
2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	47
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
3	3	3	4	3	2	2	4	3	2	4	1	1	2	2	3	2	2	2	48
2	2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	3	2	3	3	1	37

2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	40
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	4	2	2	55
2	3	2	2	2	4	3	1	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	45
2	2	1	1	1	1	1	2	1	4	2	1	1	1	2	2	4	1	2	2	32
3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	57
4	4	2	3	4	1	1	1	1	2	4	3	3	2	3	1	1	1	1	3	44
2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	48
3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	49
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40
2	3	1	2	2	2	3	1	3	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	37
2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	42
2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	25
3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	1	37
2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	39
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	2	1	3	2	3	2	2	3	3	3	47
3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	46
4	4	4	4	1	1	1	3	4	1	4	4	1	1	1	4	1	1	1	1	45
3	3	2	3	3	4	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	4	1	1	50
3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	44
1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	3	2	2	3	1	1	1	1	1	30
3	4	4	3	4	1	1	3	3	3	4	4	1	2	3	2	2	2	2	3	52
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	55
3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	50
3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	1	1	49
1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	4	1	1	30
1	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	47
2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	56
3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	1	3	1	3	1	2	2	45
3	3	2	3	1	3	2	1	1	1	2	3	1	2	1	1	1	2	1	1	34
1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	24
3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	4	1	1	47
4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	4	2	2	57
1	1	3	3	1	2	3	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	42
3	2	3	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	50
4	2	4	4	2	3	1	4	1	3	3	3	3	3	2	1	3	1	3	3	50

1	2	2	2	2	2	3	1	3	1	2	2	2	2	2	3	1	3	1	37
3	4	2	4	3	3	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	4	1	50
1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	24
2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	42
2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	42
2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	47
3	3	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	62
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	46
2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	33
1	2	2	2	1	2	3	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	40
4	4	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	44
2	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	28
3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	48
3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	51
2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	43
1	3	4	2	1	1	3	1	1	1	3	4	3	3	2	2	3	3	2	43
3	4	2	3	2	2	3	1	1	1	3	3	3	1	2	3	2	4	1	44
3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	46
3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	56
2	3	2	2	2	3	3	1	4	2	2	4	3	4	3	4	3	3	2	52
3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	48
3	2	3	3	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	46
1	1	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	3	3	1	2	2	3	2	35
1	3	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	63
2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	52

B. Citra Tubuh

y 1	y 2	y 3	y 4	y 5	y 6	y 7	y 8	y 9	y 10	y 11	y 12	y 13	y 14	y 15	y 16	y 17	y 18	y 19	tot alY
4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	2	4	3	3	4	4	4	66
3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	57
3	3	2	2	3	4	4	3	2	3	3	2	4	4	4	2	2	2	3	55
2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	2	3	3	3	1	51
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	55
2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	49
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	55

4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	4	4	1	3	66
4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	70
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	2	4	3	4	2	3	2	1	58
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	55
2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	1	3	4	3	3	3	3	1	59
2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	52
3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	54
4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	61
3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	2	2	3	3	1	59
3	3	3	3	3	4	4	1	4	2	3	4	3	1	4	4	4	4	2	59
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	54
3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2	4	2	2	50
2	1	4	2	3	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	1	1	57
2	2	4	4	3	4	3	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	2	3	61

*merah: unfavorable

Lampiran 4 Uji Validitas

A. Perbandingan Sosial

		Correlations																				totalX
										x1	x1	x1	x1	x1	x1	x1	x1	x1	x1	x2		
		x1	x2	x3	x4	x5	x6	x7	x8	x9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	
x 1	Pears on	1	.57	.36	.42	.43	.37	.19	-.08	.28	.26	.37	.33	.14	.21	.33	.11	.11	.11	.34	.518**	
	Correl		9**	9**	0**	6**	9**	7*	41	9**	2**	6**	1**	8**	7	6*	3**	4	7*	46**		
	ation																					
	Sig. (2-tailed)		.00	.00	.00	.00	.00	.04	.68	.00	.00	.00	.00	.00	.14	.03	.00	.25	.05	.21		.00
x 2	Pears on	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	.680**	
	Correl																					
	ation																					
	Sig. (2-tailed)		.00	.00	.00	.00	.06	.87	.00	.02	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.05	.00	.00	.00		.09
x 3	Pears on	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	.594**	
	Correl																					
	ation																					
	Sig. (2-tailed)		.00	.00	.00	.00	.07	.12	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00	.01	.03	.00	.14		.00

x 4	Pears on	.4 20	.3 9	.6 0	1	.4 3	.3 1	.1 0	.1 4	.3 6	.3 6	.3 1	.4 6	.3 3	.2 1	.2 0	.2 5	.1 9	.2 4	.2 6	.0 6	.548**
	Correl ation	**	4**	9**		1**	6**	2	3	2**	1**	0**	5**	8**	0*	9*	1*	9*	4*	2**	6	
	Sig. (2- tailed)	.0 00	.0 0 0	.0 0		.0 0 0	.0 0 1	.3 1 2	.1 5 6	.0 0 0	.0 0 2	.0 0 0	.0 0 0	.0 0 1	.0 3 6	.0 3 7	.0 1 2	.0 4 7	.0 1 4	.0 0 8	.5 1 3	.000
	N	10 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	100
x 5	Pears on	.4 36	.5 9	.3 0	.4 3	1	.5 3	.2 2	.1 8	.3 2	.4 3	.4 0	.4 5	.3 2	.3 6	.2 5	.4 1	.2 9	.3 2	.2 8	.2 7	.637**
	Correl ation	**	9**	4**	1**		7**	4*	2	3**	1**	6**	6**	4**	2**	1*	5**	8**	3**	2**	0**	
	Sig. (2- tailed)	.0 00	.0 0 0	.0 0 2	.0 0		.0 0 0	.0 2 5	.0 7 0	.0 0 1	.0 0 0	.0 0 0	.0 0 0	.0 0 0	.0 0 1	.0 0 2	.0 1 0	.0 0 3	.0 0 1	.0 0 5	.0 0 7	.000
	N	10 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	100
x 6	Pears on	.3 79	.5 1	.2 9	.3 1	.5 3	1	-	.5 0	.3 9	.5 0	.4 1	.2 4	.2 9	.4 8	.3 7	.3 0	.4 6	.4 8	.5 3	.1 9	.679**
	Correl ation	**	5**	8**	6**	7**			1**	6**	0**	1**	5*	5**	4**	2**	3**	6**	5**	1**	9*	
	Sig. (2- tailed)	.0 00	.0 0 0	.0 0 3	.0 0 1	.0 0		.8 7 0	.0 0 0	.0 0 0	.0 0 0	.0 0 0	.0 1 4	.0 0 3	.0 0 0	.0 0 0	.0 0 2	.0 0 0	.0 0 0	.0 0 0	.0 4 8	.000
	N	10 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	1 0 0	100
x 7	Pears on	.1 97	-	.0 3	.1 0	.2 2	-	1	.0 1	.0 4	.0 4	.1 7	.1 1	.0 6	.1 7	.1 4	.0 3	-	-	-	.3 2	.185
	Correl ation	*	1 7	5	2	4*	1 7		7	4	7	5	8	4	5	0	6 7	8 3	5 9	2 9	7**	
	Sig. (2- tailed)	.0 49	.8 6 7	.7 2 9	.3 1 2	.0 2 5	.8 7 0		.8 6 8	.6 6 4	.6 4 4	.0 8 1	.2 4 2	.5 2 8	.0 8 2	.1 6 4	.7 2 4	.3 9 2	.6 0 2	.7 7 4	.0 0 1	.065

	N	10 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	100
x 8	Pears on Correlation	- .041	.283**	.165	.148	.1521**	.07	1	.197*	.534**	.267**	.221*	.256*	.630**	.442**	.277**	.655**	.522**	.613**	- .117	.570**
	Sig. (2-tailed)	.683	.004	.101	.105	.000	.008		.005	.000	.007	.000	.002	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.004	.000
	N	10 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	100
x 9	Pears on Correlation	.289**	.222*	.453**	.362**	.396**	.044	.197*	1	.478**	.567**	.415**	.246*	.286**	.200**	.295**	.366**	.461**	.254*	.351	.595**
	Sig. (2-tailed)	.004	.006	.000	.001	.000	.604	.005		.000	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.001	.000
	N	10 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	100
x 10	Pears on Correlation	.262**	.446**	.401**	.361**	.500**	.074	.543**	.478**	1	.488**	.474**	.444**	.493**	.462**	.416**	.769**	.520**	.500	.105	.756**
	Sig. (2-tailed)	.009	.000	.000	.000	.000	.604	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.105	.000
	N	10 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	100
x 11	Pears on Correlation	.296**	.348**	.340**	.301**	.401**	.175	.266**	.567**	.468**	1	.471**	.437**	.419**	.491**	.400**	.505**	.350**	.703**	.332**	.698**

[illegible]

N		10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
x	Pears	.1	.4	.2	.2	.2	.5	-	.6	.2	.5	.3	.3	.3	.5	.4	.4	.5	.5	1	-	.658**
1	on	24	0	8	6	8	3	.0	9	5	0	3	7	2	9	8	2	9	4		.0	
9	Correl		6**	2**	2**	2**	1**	2	3**	4*	4**	8**	4**	6**	4**	2**	8**	1**	7**		6	
	ation							9													3	
	Sig.	.2	.0	.0	.0	.0	.0	.7	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0		.5	.000
	(2-	18	0	0	0	0	0	7	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0		3	
	tailed)		0	4	8	5	0	4	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0		3	
N		10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
x	Pears	.3	.1	.1	.0	.2	.1	.3	-	.3	.1	.3	.1	.1	.2	.1	.2	.0	.1	-	1	.324**
2	on	46	6	5	6	7	9	2	.1	1	5	2	6	1	4	6	0	3	4	.0		
0	Correl	**	6	1	6	0**	9*	7**	1	8**	9	3**	1	0	1*	5	1*	5	1	6		
	ation							7												3		
	Sig.	.0	.0	.1	.5	.0	.0	.0	.2	.0	.1	.0	.1	.2	.0	.1	.0	.7	.1	.5		.001
	(2-	00	9	3	1	0	4	0	4	0	1	0	1	7	1	0	4	2	6	3		
	tailed)		8	3	3	7	8	1	8	1	5	1	0	7	6	1	5	7	2	3		
N		10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
t	Pears	.5	.6	.5	.5	.6	.6	.1	.5	.5	.7	.6	.6	.6	.7	.6	.6	.6	.7	.6	.3	1
o	on	18	8	9	4	3	7	8	7	9	5	9	8	6	1	7	8	7	1	5	2	
t	Correl	**	0**	4**	8**	7**	9**	5	0**	5**	6**	8**	0**	1**	4**	8**	9**	5**	4**	8**	4**	
a	ation																					
I	Sig.	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	
	(2-	00	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	tailed)		0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
N		10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

y	Pears	-	.0	-	-	.2	.1	.2	1	.0	.1	.2	-	.1	.2	.1	.0	-	.0	.0	-	.248*
8	on	.0	6	.1	.1	6	2	0		1	9	2	.1	4	6	1	6	.2	2	5	.0	
	Correl	32	2	3	2	0**	5	3*		3	4	7*	6	6	4**	7	3	6	7	6	7	
	ation			3	2								7				2**			9		
	Sig.	.7	.5	.1	.2	.0	.2	.0		.8	.0	.0	.0	.1	.0	.2	.5	.0	.7	.5	.4	.013
	(2-	49	4	8	2	0	1	4		9	5	2	9	4	0	4	3	0	8	7	3	
	tailed)		1	7	6	9	4	3		7	3	3	7	7	8	8	5	8	6	8	5	
	N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
y	Pears	.4	.3	.3	.4	.3	.2	.2	.0	1	.3	.1	.1	.1	.0	.3	.2	.3	.0	-	.0	.602**
9	on	21	3	2	9	0	8	1	1		3	9	9	4	2	3	5	7	9	.0	5	
	Correl	**	8**	8**	1**	9**	3**	7*	3		8**	6	7*	9	2	0**	3*	5**	1	2	3	
	ation																		2			
	Sig.	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.8		.0	.0	.0	.1	.8	.0	.0	.0	.3	.8	.6	.000	
	(2-	00	0	0	0	0	0	3	9		0	5	4	3	2	0	1	0	6	3	0	
	tailed)		1	1	0	2	4	0	7		1	1	9	8	7	1	1	0	8	1	0	
	N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
y	Pears	.3	.3	.3	.3	.3	.2	.2	.1	.3	1	.1	.2	.1	.0	.1	.1	.3	.2	-	.0	.589**
1	on	37	3	3	9	4	3	8	9	3		3	4	5	9	8	1	4	3	.1	5	
0	Correl	**	4**	4**	0**	7**	3*	0**	4	8**		2	9*	9	7	7	4	4**	0*	3	0	
	ation																		6			
	Sig.	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0		.1	.0	.1	.3	.0	.2	.0	.0	.1	.6	.000	
	(2-	01	0	0	0	0	1	0	5	0		9	1	1	3	6	5	0	2	7	2	
	tailed)		1	1	0	0	9	5	3	1		0	3	3	9	3	7	0	1	6	2	
	N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
y	Pears	.2	.2	.2	.2	.0	-	.1	.2	.1	.1	1	.1	-	-	.1	-	.0	.0	.4	.3	.436**
1	on	51	2	0	5	4	.0	2	2	9	3		9	.0	.1	5	.0	6	2	6	2	
1	Correl	*	5*	8*	3*	0	3	2	7*	6	2		1	0	2	0	6	4	6	2**	8**	
	ation					6								9	6		8					
	Sig.	.0	.0	.0	.0	.6	.7	.2	.0	.0	.1		.0	.9	.2	.1	.5	.5	.7	.0	.0	.000
	(2-	12	2	3	1	9	1	2	2	5	9		5	2	1	3	0	2	9	0	0	
	tailed)		5	8	1	5	9	7	3	1	0		7	7	3	6	3	6	6	0	1	

N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
y Pears	.2	.3	.3	.2	-	-	.0	-	.1	.2	.1	1	-	-	.1	.0	.1	.1	.0	.2	.365**
1 on	25	0	6	8	.0	.0	7	.1	9	4	9		.1	.2	5	5	3	9	5	5	
2 Correl	*	7**	7**	6**	4	0	8	6	7*	9*	1		4	9	8	3	8	2	9	1*	
ation					0	4		7					4	6**							
Sig.	.0	.0	.0	.0	.6	.9	.4	.0	.0	.0	.0		.1	.0	.1	.5	.1	.0	.5	.0	.000
(2-	25	0	0	0	9	6	4	9	4	1	5		5	0	1	9	7	5	5	1	
tailed)		2	0	4	1	5	2	7	9	3	7		3	3	7	8	0	6	7	2	
N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
y Pears	-	-	-	.0	.2	.1	.0	.1	.1	.1	-	-	1	.4	.3	.1	.0	-	-	-	.284**
1 on	.0	.0	.1	4	7	5	7	4	4	5	.0	.1		9	0	9	9	.1	.0	.2	
3 Correl	25	3	2	2	9**	3	9	6	9	9	0	4		4**	9**	8*	6	0	1	4	
ation		2	1								9	4						8	5	6*	
Sig.	.8	.7	.2	.6	.0	.1	.4	.1	.1	.1	.9	.1		.0	.0	.0	.3	.2	.8	.0	.004
(2-	02	4	3	7	0	2	3	4	3	1	2	5		0	0	4	4	8	8	1	
tailed)		9	1	6	5	8	6	7	8	3	7	3		0	2	9	0	3	1	4	
N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
y Pears	-	.0	-	-	.3	.2	.1	.2	.0	.0	-	-	.4	1	.2	.3	-	-	-	-	.250*
1 on	.0	0	.1	.0	9	4	5	6	2	9	.1	.2	9		9	0	.1	.3	.1	.1	
4 Correl	02	3	7	5	5**	2*	4	4**	2	7	2	9	4**		7**	5**	2	3	2	7	
ation			7	4							6	6**					2	2**	5	0	
Sig.	.9	.9	.0	.5	.0	.0	.1	.0	.8	.3	.2	.0	.0		.0	.0	.2	.0	.2	.0	.012
(2-	87	7	7	9	0	1	2	0	2	3	1	0	0		0	0	2	0	1	9	
tailed)		5	8	1	0	5	6	8	7	9	3	3	0		3	2	8	1	6	1	
N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
y Pears	.1	.1	.1	.2	.2	.3	.2	.1	.3	.1	.1	.1	.3	.2	1	.5	.1	-	.0	-	.534**
1 on	70	6	5	0	5	2	7	1	3	8	5	5	0	9		4	3	.2	2	.0	
5 Correl		7	7	9*	9**	7**	7**	7	0**	7	0	8	9**	7**		1**	2	0	9	2	
ation																		1*	1		

y	Pears	.0	.0	-	-	-	-	-	.0	-	-	.4	.0	-	-	.0	-	-	-	1	.5	.161
1	on	66	6	.0	.0	.1	.0	.1	5	.0	.1	6	5	.0	.1	2	.1	.0	.1		4	
9	Correl		4	8	1	7	7	7	6	2	3	2**	9	1	2	9	9	4	7		8**	
	ation			3	5	9	0	2		2	6			5	5		7*	7	9			
	Sig.	.5	.5	.4	.8	.0	.4	.0	.5	.8	.1	.0	.5	.8	.2	.7	.0	.6	.0		.0	.109
	(2-	16	2	1	8	7	9	8	7	3	7	0	5	8	1	7	4	4	7		0	
	tailed)		8	2	3	5	2	6	8	1	6	0	7	1	6	4	9	1	5		0	
	N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
y	Pears	.2	.2	.1	.2	-	-	-	-	.0	.0	.3	.2	-	-	-	-	.0	.0	.5	1	.296**
2	on	17	3	2	2	.0	.1	.0	.0	5	5	2	5	.2	.1	.0	.1	5	9	4		
0	Correl	*	1*	1	0*	4	4	8	7	3	0	8**	1*	4	7	2	6	4	5	8**		
	ation					1	3	1	9					6*	0	1	9					
	Sig.	.0	.0	.2	.0	.6	.1	.4	.4	.6	.6	.0	.0	.0	.0	.8	.0	.5	.3	.0		.003
	(2-	30	2	2	2	8	5	2	3	0	2	0	1	1	9	3	9	9	4	0		
	tailed)		1	9	8	4	6	4	5	0	2	1	2	4	1	7	3	2	6	0		
	N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
t	Pears	.6	.6	.4	.6	.5	.4	.4	.2	.6	.5	.4	.3	.2	.2	.5	.3	.4	.2	.1	.2	1
o	on	22	4	1	6	1	6	8	4	0	8	3	6	8	5	3	5	4	4	6	9	
t	Correl	**	1**	1**	2**	3**	0**	8**	8*	2**	9**	6**	5**	4**	0*	4**	5**	9**	6*	1	6**	
	ation																					
l	Sig.	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.0	.1	.0	
Y	(2-	00	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	
	tailed)		0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	4	2	0	0	0	3	9	3	
	N	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 5 Uji Reliabilitas

A. Perbandingan Sosial

Reliability Statistics	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.919	19

B. Citra Tubuh

Reliability Statistics	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.756	19

Lampiran 6 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.26989035
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positive	.044
	Negative	-.037
Test Statistic		.044
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 7 Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Citra Tubuh * Perbandingan Sosial	Between Groups	(Combined)	1373.047	35	39.230	1.423	.110
		Linearity	387.837	1	387.837	14.07 0	.000
		Deviation from Linearity	985.210	34	28.977	1.051	.422
	Within Groups		1764.193	64	27.566		
	Total		3137.240	99			

Lampiran 8 Uji Hipotesis

Correlations

		Perbandinga n Sosial	Citra Tubuh
Perbandingan Sosial	Pearson Correlation	1	-.352**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Citra Tubuh	Pearson Correlation	-.352**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 9 Uji Tambahan

a) Pengaruh Usia terhadap Perbandingan Sosial

Group Statistics

	usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
PB	18-19 tahun	68	44.1324	9.45359	1.14642
	20-21 tahun	32	44.5000	11.90012	2.10366

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
PB	Equal variances assumed	2.642	.107	-.167	98	.868	-.36765	2.20602	-4.74543 4.01014
	Equal variances not assumed			-.153	50.102	.879	-.36765	2.39576	-5.17943 4.44413

b) Pengaruh Usia terhadap Citra Tubuh

Group Statistics

	usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
CT	18-19 tahun	68	56.2353	5.76432	.69903
	20-21 tahun	32	56.3125	5.42061	.95824

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference Lower Upper
CT	Equal variances assumed	.593	.443	-.064	98	.949	-.07721	1.21289	-2.32974 2.48415
	Equal variances not assumed			-.065	64.342	.948	-.07721	1.18611	-2.29209 2.44648

c) Aspek Dominan pada Variabel Perbandingan Sosial

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
perbandingan_sosial	79.6400	18.50117	100
physical_appearance	10.1000	2.58003	100
weight	6.5600	1.98642	100
body_shape	9.3800	2.76625	100
body_size	9.3500	2.76111	100
body_fat	8.8600	2.32257	100

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2.132E-14	.000		.000	1.000
	physical_appearance	2.000	.000	.279	73573528.39	.000
	weight	2.000	.000	.215	48966990.85	.000
	body_shape	2.000	.000	.299	63381411.37	.000
	body_size	2.000	.000	.298	73207383.34	.000
	body_fat	1.000	.000	.126	23823217.55	.000

a. Dependent Variable: perbandingan_sosial

d) Aspek Dominan pada Variabel Citra Tubuh

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
citra_tubuh	104.2700	10.66179	100
appearance_evaluation	12.0300	1.91462	100
appearance_orientation	12.6800	1.70489	100
body_area_satisfaction	11.7700	1.76300	100
overweight_preoccupation	11.5300	2.16704	100
self_clsified_weight	8.2500	1.50000	100

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	3.197E-14	.000		.000	1.000
	appearance_evaluation	2.000	.000	.359	177982456.8	.000
	appearance_orientation	2.000	.000	.320	187664689.9	.000
	body_area_satisfaction	2.000	.000	.331	167345450.9	.000
	overweight_preoccupation	2.000	.000	.407	236055961.0	.000
	self_clsified_weight	1.000	.000	.141	78611270.24	.000

a. Dependent Variable: citra_tubuh