



UNIVERSITAS
MERCU BUANA
—◦TERAKREDITASI UNGGUL◦—

**PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* TERHADAP
BODY IMAGE WANITA DEWASA AWAL PENGGUNA
MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DI JAKARTA**

SKRIPSI

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Mutmainah
46120010006

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA MERUYA
JAKARTA BARAT**

2024



**PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* TERHADAP
BODY IMAGE WANITA DEWASA AWAL PENGGUNA
MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DI JAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana

Strata 1 (S-1) Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi

Universitas Mercu Buana

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Mutmainah

46120010006

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA MERUYA
JAKARTA BARAT**

2024

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Nama : Mutmainah
NIM : 46120010006
Program Studi : Program Studi Psikologi
Judul : “Pengaruh *Social Comparison* Terhadap *Body Image* Wanita Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram Di Jakarta”

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 20 Agustus 2024



Mutmainah

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Mutmainah
NIM : 46120010006
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Social Comparison terhadap Body Image Wanita Dewasa awal pengguna media sosial Instagram di Jakarta

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Yenny, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0324048702

Ketua Penguji : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 1021118602

Penguji 1 : Ahmad Naufalul Umam, M.Si. ()
NIDN : 0308069001

Jakarta, 4 September 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas Rahmat dan Kuasa-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir saya. Laporan penelitian ini dibuat sebagai upaya memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi dalam Fakultas Psikologi di Universitas Mercu Buana. Tanpa bantuan dari berbagai pihak tentunya saya tidak akan bisa menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan maksimal, oleh karena itu saya ingin berterima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Warandani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog. selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Yenny, S.Psi, M.Psi.Psi., selaku Dosen Pembimbing yang dengan penuh kesabaran, keikhlasan dan kasih, serta meluangkan banyak waktu dalam memberikan segala bentuk arahan serta masukan untuk kebaikan selama proses pengerjaan hingga rampungnya Tugas Akhir dengan baik dan maksimal.
5. Ibu Dr. Istiqomah, M.Si selaku dosen reviewer sekaligus expert judgement yang membantu memberikan segala masukan kepada penulis untuk melakukan yang terbaik terhadap penulisan Laporan Tugas Akhir
6. Ibu Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog selaku ketua sidang yang telah memberikan banyak arahan, masukan serta membantu menyempurnakan penelitian ini.
7. Bapak Naufalul Umam, M.Si selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas ketersediaannya dalam meluangkan waktu untuk memberikan arahan serta masukan terhadap segala kekurangan yang ada pada Tugas Akhir ini.

8. Kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu pengetahuannya kepada penulis selama masa perkuliahan
9. Kepada Orang Tua Tercinta. Terima kasih selalu sudah mendoakan, mendukung, membimbing, menemani, berjuang tanpa lelah, memberikan semangat, dan memberikan motivasi untuk penulis. Terima kasih selalu ada untuk penulis.
10. Kepada Adelia Putri, Shely Mulianny, Nazwa Alia, Nur Azmi Husnaini, Varah Kaniayu Zabina, dan seluruh teman angkatan 2020 dari Jurusan Psikologi Universitas Mercu Buana yang sudah menemani dan membantu penulis di masa perkuliahan selama ini.
11. Kepada Abang, selaku kekasih penulis. Terima kasih atas semua support yang diberikan kepada penulis dari awal perkuliahan hingga akhir dan telah banyak waktu luang yang diberikan untuk menghibur penulis.
12. Kepada seluruh subjek yang bersedia mengisi kuesioner dan menjadi subjek dalam penelitian saya sehingga saya dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan baik.
13. Yang terpenting, terima kasih kepada diri sendiri yang sudah bisa kuat, tegar, sabar, dan bertahan sampai di titik ini. Terima kasih sudah mencoba berani dalam menghadapi segala tantangan dan hal-hal baru selama perkuliahan. Tetap semangat dan berusaha untuk memperjuangkan cita-cita yang diinginkan.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kesalahan dalam penyusunan Tugas Akhir ini. Dengan ini maka penulis mengucapkan permintaan maaf yang sedalam-dalamnya. Harapan peneliti agar skripsi ini dapat membawa banyak maaf bagi para pembaca baik, khususnya dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari.

Jakarta, 20 Agustus 2024



Mutmainah

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mutmainah
NIM : 46120010006
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Social Comparison* Terhadap *Body Image* Wanita Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram Di Jakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah sayayang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 20 Agustus 2024

Yang menyatakan,


Mutmainah

ABSTRAK

Nama : Mutmainah
NIM : 46120010006
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Social Comparison* Terhadap *Body Image*
Wanita Dewasa Awal Pengguna Media Sosial
Instagram Di Jakarta
Pembimbing : Yenny, S.Psi, M.Psi.Psi

Wanita dewasa awal sebagai pengguna instagram terbanyak rentan melakukan social comparison yang dapat berpengaruh terhadap bagaimana persepsi mereka untuk body imagenya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh *social comparison* terhadap *body image* wanita dewasa awal pengguna media sosial instagram di Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 275 responden yang merupakan wanita pengguna media sosial instagram di Jakarta dengan rentang usia 18 hingga 25 tahun. Teknik pengambilan data yaitu menggunakan non probability sampling. Hasil analisis dengan metode analisis regresi linier menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara social comparison dengan body image wanita dewasa awal pengguna instagram di Jakarta.

Kata Kunci : *Social Comparison, Body Image, Wanita Dewasa Awal*

ABSTRACT

Nama : Mutmainah
NIM : 46120010006
Study Program : Psikologi
Title Dissertation Report : The Influence of Social Comparison on the Body Image of Early Adult Women Using Instagram Social Media in Jakarta
Counsellor : Yenny, S.Psi, M.Psi.Psi

Early adult women as the largest Instagram users are prone to social comparison which can affect their perception of their body image. The purpose of this study was to determine whether there is an influence of social comparison on the body image of early adult women who use Instagram social media in Jakarta. This study uses a quantitative approach. The subjects in this study were 275 respondents who were female Instagram social media users in Jakarta with an age range of 18 to 25 years. The data collection technique used non probability sampling. The results of the analysis using the linear regression analysis method showed that there was a positive influence between social comparison and the body image of early adult women who use Instagram in Jakarta.

Keywords: *Social Comparison, Body Image, Early Adult Women*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat praktis.....	7
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 <i>Body Image</i>	8
2.1.1 Pengertian <i>Body Image</i>	8
2.1.2 Aspek <i>Body Image</i>	9
2.1.3 Faktor yang mempengaruhi <i>Body Image</i>	10
2.2 <i>Social Comparison</i>	11
2.2.1 Pengertian <i>Social Comparison</i>	11
2.2.2 Aspek <i>Social Comparison</i>	12
2.2.3 Jenis-Jenis <i>Social Comparison</i>	13

2.3 Penelitian Terdahulu.....	13
2.4 Dinamika <i>Social Comparison</i> Terhadap <i>Body Image</i> Wanita Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram	19
2.5 Kerangka Berpikir	20
2.6 Hipotesis	20
BAB III	21
METODE PENELITIAN.....	21
3.1 Desain Penelitian	21
3.2 Populasi dan Sampel	21
3.2.1 Populasi.....	21
3.2.2 Sampel	22
3.3 Definisi Operasional.....	22
3.3.1 <i>Body Image</i>	22
3.3.2 <i>Social Comparison</i>	22
3.4 Instrumen Penelitian.....	23
3.4.1 Skoring dan Norma <i>Social Comparison</i> dan <i>Body Image</i>	23
3.4.2 Alat Ukur <i>Body Image</i>	23
3.4.3 Alat Ukur <i>Social Comparison</i>	24
3.5 Uji Alat Ukur.....	25
3.5.1 Uji Validitas.....	25
3.5.2 Uji Reliabilitas	26
3.6 Analisis Data	27
3.6.1 Analisis Deskriptif.....	27
BAB IV	28
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	28
4.1 Gambaran Umum Subjek	28
4.1.1 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Usia	28
4.1.2 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Domisili.....	29
4.2 Analisis Statistik Deskriptif.....	29
4.2.1 Deskriptif <i>Body Image</i>	29
4.2.2 Deskriptif <i>Social Comparison</i>	30
4.3 Kategorisasi Skor Variabel Penelitian.....	30

4.3.1 Kategorisasi <i>Social Comparison</i>	31
4.3.2 Kategorisasi <i>Body Image</i>	31
4.4 Uji Asumsi Klasik.....	32
4.4.1 Uji Normalitas.....	32
4.4.2 Uji Homogenitas	34
4.4.3 Uji Linearitas	34
4.4.4 Uji Heteroskedastisitas	35
4.5 Uji Hipotesis.....	36
4.5.1 Uji Korelasi.....	36
4.5.2 Uji Korelasi Antar Dimensi	37
4.5.3 Uji Regresi	39
4.6 Pembahasan	41
BAB V.....	44
KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
5.1 Kesimpulan.....	44
5.2 Keterbatasan Penelitian	45
5.3 Saran.....	45
5.3.1 Saran Teoritis.....	45
DAFTAR PUSAKA.....	46
LAMPIRAN.....	52



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Perhitungan G-Power 1	25
Tabel 3.2 Skoring Dan Norma <i>Social Comparison</i> Dan <i>Body Image</i> 1.....	26
Tabel 3.3 Blue Print Skala <i>The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire</i> 1	27
Tabel 3.4 Blue Print Skala <i>Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measureproposed</i> (INCOM) 1	28
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas 1.....	29
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas CFA 1.....	31
Tabel 3.7 Hasil Analisis Item Alat Ukur <i>Body Image</i> 1	32
Tabel 3.8 Hasil Analisis Item Alat Ukur <i>Social Comparasion</i> 1	33
Tabel 3.9 Hasil Uji Realibilitas 1.....	34
Tabel 4. 1 Frekuensi Usia 1.....	35
Tabel 4.2 Hasil Uji Kriteria Domisili 1.....	36
Tabel 4.3 Hasil Uji Deskriptif Statistik <i>Body Image</i> 1	36
Tabel 4.4 Hasil Uji Deskriptif Statistik <i>Social Comparison</i> 1.....	37
Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi Skor 1.....	38
Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Skor Variabel <i>Social Comparison</i> 1	38
Tabel 4.7 Hasil Kategorisasi Skor Variabel <i>Body Image</i> 1.....	39
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov 1	40
Tabel 4.9 Hasil Uji Homogenitas Variabel 1.....	42
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas 1	42
Tabel 4.11 Hasil Uji Heteroskedastisitas 1	43
Tabel 4. 12 Pedoman Interpretasi Uji Durbin-Watson 1.....	44
Tabel 4.13 Hasil Uji Autokorelasi 1	45
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi 1	45
Tabel 4.15 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana 1.....	47
Tabel 4.16 Hasil Uji <i>Goodness of Fit</i> 1	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner.....	52
Lampiran 2 Blue Print Alat Ukur Social Comparison	58
Lampiran 3 TABULASI DATA PENELITIAN	61

