

**PENGARUH KOMPARASI SOSIAL DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP
KETIDAKPUASAN TUBUH REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 8
SEMARANG**

SKRIPSI

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata

Satu (S1)

Psikologi (S.Psi)



Keumala Rizqi

1907016161

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2023

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini

Judul : PENGARUH KOMPARASI SOSIAL DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP
KETIDAKPUASAN TUBUH REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 8
SEMARANG
Penulis : Keumala Rizqi
NIM : 1907016161
Jurusan : Psikologi

Telah diuji dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu psikologi.

Semarang, 20 September 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Wening Wihartati, S.Psi., M.Psi.
NIP. 197711022006042800



Penguji II

Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si
NIP. 197304271996031000

Penguji III

Dewi Khurun Aini, MA
NIP. 198605232018012000

Penguji IV

Lucky Ade Sessiani, M.Psi.
NIP. 198512022019032010

Pembimbing I

Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si
NIP. 197304271996031000

Pembimbing II

Lainatul Mudzkiyyah M.Psi., Psikolog
NIP.

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Keumala Rizqi

NIM : 1907016161

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**PENGARUH KOMPARASI SOSIAL DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP
KETIDAKPUASAN TUBUH REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 8
SEMARANG**

Secara keseluruhan merupakan hasil penelitian/karya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 18 September 2023

Pembuat Pernyataan



Keumala Rizqi

NIM. 1907016161

PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut :


Judul : PENGARUH KOMPARASI SOSIAL DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP
KETIDAKPUASAN TUBUH REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 8
SEMARANG

Nama : Keumala Rizqi
NIM : 1907016161
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,


Dr. Baidi Bukhori, M.Si
NIP 19730427 199603 1001

Semarang, 29 Agustus 2023
Yang bersangkutan


Keumala Rizqi
NIM : 1907016161

PERSETUJUAN PEMBIMBING



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi naskah skripsidengan judul sebagai berikut :

Judul : PENGARUH KOMPARASI SOSIAL DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP
KETIDAKPUASAN TUBUH REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 8
SEMARANG

Nama : Keumala Rizqi
NIM : 1907016161
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi, Psikolog
NIP

Semarang, 29 Agustus 2023
Yang bersangkutan

Keumala Rizqi
NIM : 1907016161

KATA PENGANTAR

Segala puji ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya kepada semua manusia. Sholawat dan salam senantiasa teriring kepada Nabi Muhammad SAW yang kita nantikan syafaatnya di hari akhir kelak.

Terucap syukur, Alhamdulillah, atas ridho Allah SWT dan dukungan berbagai pihak peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana (S1) dalam bidang keilmuan Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang dengan judul “Pengaruh Komparasi Sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Ketidakpuasan Tubuh Remaja Putri di SMA Negeri 8 Semarang”.

Tak dapat dipungkiri, penelitian ini bukanlah penelitian yang sempurna. Kesulitan dan hambatan yang dialami selama proses penelitian dapat teratasi dengan baik berkat dukungan dan bimbingan dari dosen pembimbing dan berbagai pihak yang turut memberi dukungan kepada peneliti. Maka dari itu, peneliti ingin mengungkapkan rasa terima kasih sebanyak-banyak kepada :

1. Allah SWT, atas segala karunia-Nya yang telah diberikan kepada peneliti sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M.Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag selaku Dekan Fakultas Psikologi Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.

4. Bapak Dr. Baidi Bukhori, M.Si selaku wakil dekan I Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang sekaligus dosen pembimbing I, dan Ibu Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing II sekaligus dosen wali yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dukungan, dan penguatan selama proses penyusunan skripsi berlangsung.
5. Jajaran dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah ikhlas memberikan ilmu dan bimbingan selama masa perkuliahan.
6. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo yang telah memberikan pelayanan dan memfasilitasi proses perkuliahan dengan baik.
7. Keluarga tercinta, kedua orang tua saya Ayah Deddy Mulyadi, Mamah Fifi Kamalia, Kakak Dzulfiqar Mazin, dan Adik Nazrey Nyak Ali.
8. Ibu Satya Ika Rini, seluruh civitas akademik, dan siswi SMA Negeri 8 Semarang yang telah berkontribusi dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
9. Muhammad Faisal Asyrofi.
10. Ibu Khaerul Ummah dan Juwita Dastla.
11. Sahabat saya, Aisyah Najma Millatina, Lana Yusriatul Muna, Fina Syifaatu Makhshush, Aqilla Fadia Haya, dan Risma Aprilia.
12. Treasure.

13. Teman-teman Will of D dan psikologi 2019 yang telah kebersamai selama proses perkuliahan.
14. Kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semarang, 25 Agustus 2023

Pembuat Pernyataan



Keumala Rizqi

NIM. 1907016161

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Dosen pembimbing I Bapak Dr. Baidi Bukhori, M.Si dan dosen pembimbing II sekaligus dosen wali Ibu Lainatul Mudzkiyyah M.Psi., Psikolog yang telah memberikan arahan, bimbingan, dukungan, dan penguatan selama proses studi berlangsung.
2. Kedua orang tua, Bapak Deddy Mulyadi dan Ibu Fifi Kamalia.
3. Pihak SMA Negeri 8 Semarang yang telah memberi kesempatan dan kemudahan selama proses penelitian.
4. Seluruh pihak yang telah berkontribusi serta memberikan dukungan dalam proses penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Sebagai penutup, peneliti ingin mengucapkan rasa terima kasih kepada pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini dan berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kegunaan yang luas bagi banyak orang.

Semarang, 25 Agustus 2023

Pembuat Pernyataan



Keumala Rizqi

NIM. 1907016161

MOTTO

C'est la vie

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
KATA PENGANTAR	vi
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT.....	xviii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Keaslian Penelitian	11
BAB II : KAJIAN TEORI.....	19
A. Ketidakpuasan Tubuh.....	19
1. Definisi Ketidakpuasan Tubuh	19
2. Aspek Ketidakpuasan Tubuh.....	20
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Ketidakpuasan Tubuh.....	22
4. Ketidakpuasan Tubuh dalam Prespektif Islam	28
B. Komparasi Sosial.....	31
1. Definisi Komparasi Sosial	31
2. Aspek Komparasi Sosial.....	33

3.	Faktor-Faktor yang Memengaruhi Komparasi Sosial.....	35
4.	Komparasi Sosial dalam Prespektif Islam	38
C.	Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	39
1.	Definisi Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram.....	39
2.	Aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	41
3.	Faktor-Faktor yang Memengaruhi Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram.....	41
4.	Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Prespektif Islam	43
D.	Pengaruh antara Komparasi Sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh.....	45
E.	Hipotesis.....	47
BAB III : METODE PENELITIAN		49
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	49
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	50
1.	Variabel Penelitian.....	50
2.	Definisi Operasional	50
C.	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	52
1.	Lokasi Penelitian.....	52
2.	Waktu Penelitian.....	52
D.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	53
1.	Populasi.....	53
2.	Sampel	53
3.	Teknik Sampling.....	54
E.	Teknik Pengumpulan Data	54
F.	Validitas, Daya Diskriminasi Aitem, dan Reliabilitas	57

1. Validitas	57
2. Daya Diskriminasi Aitem	61
3. Reliabilitas	62
G. Analisis Data	64
1. Uji Asumsi	64
2. Uji Hipotesis	65
BAB IV : PEMBAHASAN	67
A. Hasil Penelitian	67
1. Deskripsi Subjek	67
2. Kategorisasi Variabel	69
3. Hasil Uji Asumsi	74
4. Hasil Uji Hipotesis	77
B. Pembahasan	84
BAB V : PENUTUP	94
A. Kesimpulan	94
B. Saran	94
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN	113
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	141

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pengaruh Komparasi Sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Ketidakpuasan Tubuh	47
Gambar 4.2 Persebaran Subjek Berdasarkan Kategori Usia	67
Gambar 4.3 Persebaran Subjek Berdasarkan Kategori Kelas	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Likert	55
Tabel 3.2 Skala Ketidakpuasan Tubuh.....	55
Tabel 3.3 Skala Komparasi Sosial	56
Tabel 3.4 Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram.....	57
Tabel 3.5 Tabel <i>Blueprint</i> Skala Ketidakpuasan Tubuh Setelah Uji Validitas	59
Tabel 3.6 Tabel <i>Blueprint</i> Skala Komparasi Sosial Setelah Uji Validitas.....	60
Tabel 3.7 Tabel <i>Blueprint</i> Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Setelah Uji Validitas	61
Tabel 3.8 Tabel Reliabilitas	62
Tabel 3.9 Tabel Reliabilitas Skala Ketidakpuasan Tubuh	63
Tabel 3.10 Tabel Reliabilitas Skala Komparasi Sosial	63
Tabel 3.11 Tabel Reliabilitas Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	64
Tabel 4.1 Deskripsi Kategorisasi Tiap Variabel	69
Tabel 4.2 Kategorisasi Skor Variabel Ketidakpuasan Tubuh	70
Tabel 4.3 Kategorisasi Variabel Ketidakpuasan Tubuh.....	71
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Variabel Komparasi Sosial	71
Tabel 4.5 Kategorisasi Variabel Komparasi Sosial.....	72
Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	72
Tabel 4.7 Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	73
Tabel 4.8 Uji Normalitas.....	74
Tabel 4.9 Uji Linearitas Variabel Komparasi Sosial	75
Tabel 4.10 Uji Linearitas Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	76
Tabel 4.11 Uji Multikolinearitas	77
Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	78
Tabel 4.13 Hasil Uji Regresi Parsial	81
Tabel 4.14 Hasil Uji Regresi Simultan	82
Tabel 4.15 Hasil Uji Koefisien Determinasi	83

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Blue Print</i> Penelitian.....	113
Lampiran 2 Uji Skala Penelitian	120
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	126
Lampiran 4 Deskripsi Data	134
Lampiran 5 Uji Asumsi dan Hipotesis	136
Lampiran 6 Uji Normalitas	136
Lampiran 7 Uji Linearitas	136
Lampiran 8 Uji Multikolinearitas.....	137
Lampiran 9 Uji Regresi Parsial	137
Lampiran 10 Uji Regresi Simultan	138
Lampiran 11 Uji Koefisien Determinasi	138
Lampiran 12 Dokumentasi	139
Lampiran 13 Surat Perizinan.....	140

**PENGARUH KOMPARASI SOSIAL DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP
KETIDAKPUASAN TUBUH REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 8
SEMARANG**

KEUMALA RIZQI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian kausalitas dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala ketidakpuasan tubuh, skala komparasi sosial, dan skala intensitas penggunaan media sosial Instagram. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 182 siswi SMA Negeri 8 Semarang yang berada di kelas 10 dan 11 dan jumlah populasi sebanyak 376 melalui teknik pengambilan sampling *cluster random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komparasi sosial secara signifikan berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, intensitas penggunaan media sosial berpengaruh secara signifikan terhadap ketidakpuasan tubuh dengan nilai signifikansi $0,022 < 0,05$, dan secara simultan komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram memengaruhi ketidakpuasan tubuh secara signifikan dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dan berkontribusi sebesar 42,6%.

Kata kunci : ketidakpuasan tubuh, komparasi sosial, intensitas penggunaan media sosial Instagram.

**THE IMPACT OF SOCIAL COMPARISON AND THE INTENSITY OF
SOCIAL MEDIA INSTAGRAM USAGE ON GIRLS BODY
DISSATISFACTION IN SMA NEGERI 8 SEMARANG**

KEUMALA RIZQI

ABSTRACT

This study intends to empirically investigate how social comparison and Instagram usage impact girls dissatisfaction with their bodies in SMA Negeri 8 Semarang. This research is a causal study that employs data collection techniques involving a body dissatisfaction scale, a social comparison scale, and a scale measuring the intensity of Instagram social media usage. 182 female students from grades 10 and 11 at SMA Negeri 8 Semarang became the study's subjects, and they were chosen by random from a population of 376 through cluster sampling methods. According to the study's findings, social comparison has a significant effect on body dissatisfaction, with a significance value of $0.000 < 0.05$. With a significance value of 0.022 ($p < 0.05$), Instagram social media usage intensity also has a significant impact on body dissatisfaction. With a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a contribution of 42.6%, simultaneously social comparison and the intensity of Instagram usage have a significant impact on body dissatisfaction.

Keyword : body dissatisfaction, social comparison, the intensity of social media Instagram usage.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa yang diwarnai dengan perubahan. Menurut Santrock (2011: 17) masa remaja adalah tahap perkembangan yang dimulai sekitar usia 10-12 tahun dan berlangsung sampai usia 18 tahun. Peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa ditandai dengan perubahan fisik yang cepat dan dimulainya perkembangan seksual. Di sisi lain, Hurlock (1980) (dalam Fhadila, 2018: 18) mengartikan masa remaja sebagai masa perubahan, di mana remaja mengalami perubahan sikap dan perilaku seiring berubahnya kondisi fisik. Perubahan fisik menjadi perubahan yang paling mudah dikenali pada remaja. Pertambahan tinggi yang cepat, perkembangan seks sekunder, berkembangnya organ-organ reproduksi, berubahnya komposisi tubuh, serta perubahan sirkulasi dan sistem pernafasan yang berkaitan dengan kekuatan dan stamina tubuh menjadi ciri khas perubahan perkembangan fisik yang dialami remaja (Batubara, 2016:23). Perubahan fisik yang dialami baik laki-laki maupun perempuan pada masa remaja membuatnya menaruh perhatian lebih pada citra tubuhnya (Hogan & Strasburger, 2008: 251). Menurut Reel dkk. (2015: 149) citra tubuh adalah konstruk yang bersifat multidimensi, yang meliputi cara individu berpikir, mempersepsikan, merasakan, dan bertindak terhadap tubuhnya, baik secara positif ataupun negatif.

Masa remaja menjadi periode penting dalam kehidupan yang memiliki dampak signifikan pada kesehatan tubuh dan perkembangan citra diri remaja yang disebabkan jenis dan besarnya transisi yang terjadi pada usia ini (Reel dkk., 2015: 149). Perubahan fisik yang terjadi pada remaja sering kali membuat mereka merasa tidak puas atau memiliki pandangan yang negatif terhadap penampilan tubuh mereka. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Richards dkk. (1990: 316) menunjukkan bahwa tingkat ketidakpuasan tubuh berkorelasi dengan usia, di mana remaja perempuan yang mencapai masa pubertas cenderung mengalami ketidakpuasan akan tubuh mereka.

Menurut Erickson (dalam Jahja, 2011: 95) remaja berada dalam tahap perkembangan psikososial yang disebut identitas versus difusi peran yang terjadi pada usia 12-18 tahun. Pada fase ini, terjadi transformasi fisik dan psikologis yang menyerupai orang dewasa dalam aspek biologis. Di sisi lain, William Kay (dalam Jahja, 2011: 238) mengungkapkan salah satu tugas perkembangan remaja adalah menerima keadaan fisik beserta keberagaman kualitas yang dimilikinya. Keberhasilan dalam menerima keadaan fisik memunculkan kepuasan akan bentuk tubuh. Pada kenyataannya, tak semua remaja mampu menerima keadaan tubuhnya. Hampir setengah remaja perempuan (46%) dan bahkan 26% remaja laki-laki merasa tidak puas dengan tubuh mereka (bentuk dan ukuran tubuh). Sementara itu, hanya 12% remaja perempuan dan 16% yang menyukai penampilan mereka (Hogan & Strasburger, 2008: 521).

Peneliti telah melakukan pra riset dalam bentuk kuisisioner yang disebar kepada 32 siswa kelas 10 SMA Negeri 8 Semarang, namun hanya siswa perempuan yang menunjukkan adanya indikasi ketidakpuasan tubuh. Penelitian tersebut dilaksanakan pada 13 Februari 2023 dan dari 18 siswi diperoleh data sebagai berikut :

Sebanyak 78% responden merasa tidak puas akan tubuhnya. 83% siswi merasa bahwa tubuh orang lain lebih baik ketimbang tubuhnya sendiri. Hampir seluruh siswi kelas 10.10 (89%) merasa memiliki tubuh yang ideal adalah hal yang penting. 44% siswi kelas 10.10 memilih menggunakan masker karena merasa malu saat bertemu orang lain. Sebanyak 67% siswi merasa lebih senang mengenakan pakaian longgar untuk menutupi bentuk tubuhnya. Terdapat 50% siswi yang merasa malas untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang melibatkan orang lain. Dari 18 siswi kelas 10.10, 5 diantaranya melakukan diet ketat untuk mendapatkan bentuk tubuh yang diinginkan (28%) dan sebanyak 17% siswi sering menimbang berat badannya. Hasil pra riset di atas menunjukkan sebagian besar siswi yang berada di kelas 10.10 merasa tidak puas akan tubuhnya serta terdapat sejumlah responden yang menunjukkan perilaku-perilaku yang mengindikasikan ketidakpuasan tubuh.

Stice dan Shaw (2002: 985) mendefinisikan ketidakpuasan tubuh sebagai persepsi negatif dan perasaan tidak puas terhadap bagian tubuh tertentu. Kesadaran akan penilaian orang lain terhadap penampilan fisik membuat remaja menaruh perhatian lebih pada tubuhnya. Merasa tidak

puas akan tubuhnya karena tidak sesuai dengan tubuh ideal membuat remaja melakukan berbagai upaya untuk mewujudkan bentuk tubuh yang sesuai dengan standar dimasyarakat. Mengurangi porsi makan, mendaftarkan diri ke tempat kebugaran, hingga melakukan perawatan wajah dilakukan untuk memperoleh tubuh sempurna. Namun, sering kali perilaku tersebut menyebabkan kerugian bagi individu sehingga menimbulkan perilaku makan tidak teratur, gangguan makan, hingga depresi (Presnell dkk., 2004: 390). Didukung dengan pendapat Thompson dan Kent (dalam Gilbert dan Miles, 2002: 3) ketika seseorang mengalami ketidakpuasan tubuh, mereka beresiko mengalami tekanan dan gangguan psikologis.

Media sosial menjadi alat komunikasi yang digemari karena kemudahan yang ditawarkan dalam berinteraksi, memperoleh informasi, sekaligus mengekspresikan diri. *We Are Social* (dalam Widi, 2023) melaporkan pada Januari 2023 jumlah pengguna media sosial di Indonesia menyentuh angka 167 juta atau setara dengan 60,4% dari populasi masyarakat di Indonesia. Angka tersebut membuktikan kuatnya eksistensi media sosial di tengah masyarakat. Data yang dilansir dari Kominfo menunjukkan bahwa 79,5% pengguna media sosial adalah remaja (Neti dkk., 2019: 87). Hal ini menunjukkan sebagian besar pengguna media sosial di Indonesia merupakan remaja.

Memiliki sebanyak 99,9 juta pengguna menjadikan Indonesia sebagai negara keempat dengan jumlah pengguna aktif Instagram

terbanyak di dunia (Fajri Muttaqien dkk., 2022: 372). Data tersebut membuktikan Instagram masih menjadi aplikasi yang disukai di tengah munculnya berbagai media sosial baru. Instagram mengusung konsep visual (*image based focus*) di mana fokus utama aplikasi ini adalah unggahan berbentuk foto atau video. Sebagaimana pendapat Fardouly dkk. (2018: 1389) yang menggambarkan Instagram sebagai media sosial yang sangat menyoroti penampilan. Berfokus pada aspek visual membuat pengguna Instagram berlomba-lomba untuk menampilkan sisi terbaik dirinya. Instagram memungkinkan penggunanya untuk menampilkan gambaran diri yang ideal melalui fitur di dalamnya (Rahardjo & Mulyani, 2020: 30).

Survei yang dilakukan kepada 18 remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang menunjukkan bahwa sebanyak 56% responden memilih TikTok sebagai aplikasi yang paling sering digunakan dan 27% responden memilih Instagram sebagai aplikasi yang paling sering dipakai. Sisanya memilih Twitter sebagai aplikasi yang sering digunakan (17%). Dalam sehari, sebanyak 83% responden menghabiskan waktunya untuk berselancar di media sosial selama lebih dari 3 jam. Hasil survei di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengakses media sosial lebih dari tiga jam dalam sehari dan aplikasi Tiktok membuktikan popularitasnya dengan menjadi aplikasi yang paling banyak digunakan oleh responden.

Menurut Sulistyio dkk. (2022: 139), kehadiran media sosial dapat menimbulkan ketidakpuasan tubuh dikarenakan penyajian informasi dalam bentuk foto atau video yang dengan mudah memengaruhi individu, terlebih terhadap persepsi akan penampilan. Cohen dkk. (2017: 186) mengungkapkan bahwa media sosial yang menekankan pada aspek penampilan, seperti Facebook dan Instagram lebih berkaitan dengan permasalahan citra tubuh pada remaja putri dibandingkan dengan media sosial lainnya. Diperkuat dengan temuan Griffiths dkk. (2018: 6) yang menunjukkan bahwa media sosial yang berpusat pada gambar, seperti Facebook, Instagram, dan Snapchat lebih terkait dengan ketidakpuasan tubuh dan gejala gangguan makan dibandingkan media sosial lain yang tidak berpusat pada gambar, seperti Wordpress.

Media menjadi salah satu faktor yang memengaruhi gambaran bentuk tubuh remaja perempuan. Sebagaimana pendapat Keery dkk. (2004: 244), orang tua, teman sebaya, dan media turut memengaruhi gambaran tubuh ideal remaja. Nichter dan Nichter (1991: 271) mengungkapkan kecantikan perempuan digambarkan dengan memiliki tubuh ramping. Memiliki bobot tubuh yang ringan menjadi suatu atribut utama untuk mencapai fisik yang menarik. Selain internalisasi media mengenai tubuh ideal, tekanan yang berasal dari orang sekitar untuk memiliki tubuh kurus turut menyebabkan munculnya ketidakpuasan tubuh (Sunartio dkk., 2012: 158). Paparan media serta tekanan sosial yang dihadapkan pada remaja perempuan membuatnya merasa semakin tidak

puas dengan kondisi tubuhnya sehingga memunculkan perilaku membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain. Selaras dengan pendapat Littleton dan Ollendick (2003: 54-55) individu yang memiliki ketidakpuasan tubuh cenderung tidak nyaman dengan kondisi tubuhnya, memiliki harga diri yang rendah, membandingkan dirinya dengan orang lain, dan rentan mengalami emosi negatif, serta menyebabkan kebiasaan makan yang tidak normal, seperti makan terlalu banyak, melewatkan waktu makan, dan mengonsumsi makanan yang tidak sehat.

Perbandingan sosial atau *social comparison* merupakan teori yang dikemukakan oleh Festinger (dalam Fitzsimmons Craft dkk., 2015: 4), menurutnya tiap individu memiliki keinginan intrinsik untuk menilai diri sendiri dengan cara membandingkan diri dengan orang lain. Scheier dan Carver (1983: 217) berpendapat bahwa perbandingan sosial terjadi secara otomatis atau tidak disengaja.

Individu yang melakukan perbandingan sosial akan mengevaluasi kondisi tubuhnya dengan memproyeksikan karakteristik orang lain kepada dirinya. Sering kali individu terlibat dalam proses evaluatif dan perbandingan sosial yang dapat merugikan diri sendiri terlebih dalam berat badan dan penampilan. Secara khusus, individu terutama perempuan membuat perbandingan kontras ke atas (*upward comparison*) ketika membandingkan diri mereka dengan standar kecantikan dan merasa buruk akan dirinya sendiri sebagai resikonya (Dijkstra dkk., 2011: 198). Apabila perilaku membandingkan ini kerap dilakukan dapat menyebabkan

ketidakpuasan pada tubuhnya (Tylka & Sabik, 2010: 27). Didukung oleh pendapat Grogan (2008: 117), perbandingan sosial yang merugikan dapat disebabkan oleh representasi media mengenai gambaran ideal sehingga memicu munculnya ketidakpuasan tubuh.

Penggambaran media akan tubuh ideal membuat remaja mudah membandingkan diri mereka dengan sosok yang mereka lihat di media sosial, khususnya media sosial Instagram. Brahmini (2017) (dalam Brahmini & Supriyadi, 2019: 111) mengungkapkan, sosok lain seperti artis, teman sebaya, hingga orang yang tidak dikenal di media sosial Instagram dijadikan sebagai figur pembanding oleh remaja perempuan dalam membandingkan bentuk tubuhnya. Hendrickse dkk. (2017: 97) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa individu yang lebih banyak terlibat dalam perbandingan terkait penampilan di Instagram mengalami dorongan yang lebih intens untuk menjadi kurus dan cenderung mengalami ketidakpuasan tubuh. Selain itu, mengikuti akun kesehatan dan kebugaran di Instagram secara signifikan berkorelasi positif dengan internalisasi tubuh ideal kurus dan dorongan menjadi kurus. Kemudian, mengikuti akun selebriti di Instagram juga berkorelasi positif dan signifikan dengan internalisasi tubuh ideal kurus dan pengawasan tubuh (Cohen dkk., 2017: 185).

Penggunaan media sosial dalam frekuensi yang sering juga memiliki andil dalam menimbulkan ketidakpuasan tubuh. Selaras dengan penelitian yang dilakukan Levine dan Murnen (2009: 16) paparan media

mengenai gambaran tubuh yang tidak realistis, seperti perempuan bertubuh langsing dan laki-laki dengan tubuh berotot, yang berlangsung secara terus menerus secara signifikan dapat memengaruhi perkembangan dan pemeliharaan gambaran tubuh untuk sesuai dengan gambaran tubuh ideal.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti ingin mengkaji lebih jauh mengenai komparasi sosial, intensitas penggunaan media sosial Instagram, dan ketidakpuasan tubuh dengan subjek yang merupakan remaja siswi SMA Negeri 8 Semarang. Sehingga dalam penelitian ini, peneliti mengangkat judul “Pengaruh Komparasi Sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Ketidakpuasan Tubuh Remaja Putri”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang disusun berdasarkan uraian latar belakang penelitian adalah sebagai berikut :

- a. Apakah terdapat pengaruh komparasi sosial terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang?
- b. Apakah terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri SMA Negeri 8 Semarang?
- c. Apakah terdapat pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri SMA Negeri 8 Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang disusun berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut :

- a. Menguji secara empiris pengaruh komparasi sosial terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.
- b. Menguji secara empiris pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.
- c. Menguji secara empiris pengaruh komparasi sosial dan penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh. Serta dapat memberikan sumbangsih dalam ilmu psikologi, khususnya mengenai komparasi sosial, intensitas penggunaan media sosial Instagram, dan ketidakpuasan tubuh. Diharapkan penelitian ini dapat dikaji lebih lanjut sesuai keterbaharuan ilmu pengetahuan di masa mendatang.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pihak Sekolah

Memberikan pemahaman bagi para civitas akademik SMA Negeri 8 Semarang mengenai komparasi sosial, intensitas penggunaan media sosial Instagram, dan ketidakpuasan tubuh sehingga dapat menjadi pertimbangan dalam meningkatkan kualitas pendidikan.

b. Bagi Siswa

Memberikan pemahaman bagi siswi SMA Negeri 8 Semarang mengenai pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh. Dengan penelitian ini, siswi SMA Negeri 8 Semarang dapat meminimalisir perilaku membandingkan diri dengan orang lain dan menggunakan media sosial secara bijak sehingga siswi SMA Negeri 8 dapat merasa cukup akan kondisi tubuhnya.

E. Keaslian Penelitian

Terdapat penelitian sebelumnya yang telah meneliti ketidakpuasan tubuh, komparasi sosial, dan intensitas penggunaan media sosial, antara lain :

Kesatu, Scully dkk. (2020) dalam penelitiannya dengan judul *“Social Comparisons on Social Media : Online Appearance-Related Activity And Body Dissatisfaction In Adolescent Girls”* menungkapkan hasil temuannya mengenai ketidakpuasan tubuh. Penelitian dengan 210 responden perempuan ini menunjukkan banyaknya waktu yang dihabiskan untuk terlibat dalam perbandingan sosial secara luring berkorelasi signifikan dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja perempuan. Penelitian ini juga menemukan bahwa remaja perempuan sering kali membandingkan

tubuhnya dengan selebritis, diikuti dengan teman dekat, teman jauh, dan keluarga.

Kesamaan penelitian di atas dengan penelitian ini terletak pada variabel yang digunakan, yaitu komparasi sosial dan ketidakpuasan tubuh serta kelompok perempuan yang menjadi subjek penelitian. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini hanya melibatkan subjek remaja putri yang berada di SMA Negeri 8 Semarang. Selain itu, peneliti juga menambahkan variabel lain yakni, intensitas penggunaan media sosial Instagram sebagai variabel X2.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Ridha Tantriloka Prameswari (2020) dengan judul “Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Akhir Perempuan (Studi Tentang *Physical Appearance*)”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif berbentuk regresi non-eksperimental dengan subjek sebanyak 155 remaja akhir perempuan. Hasil penelitian ini menunjukkan perbandingan sosial mengenai penampilan fisik berpengaruh positif terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja akhir. Semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan maka semakin tinggi pula ketidakpuasan tubuh yang dialami. Begitupun sebaliknya. Hasil penelitian ini menunjukkan komparasi sosial berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh sebesar 31,5% dan sisanya 68,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kesamaan variabel yang digunakan dapat ditemui dalam penelitian ini, yaitu komparasi sosial sebagai variabel independen (X) dan

ketidakpuasan tubuh sebagai variabel dependen (Y). Meskipun penelitian ini juga melibatkan subjek perempuan, variasi muncul dalam kisaran usia yang dipilih. Perbedaan lain juga ditemukan pada kriteria subjek. Tidak hanya itu, peneliti juga menambahkan variabel lain, yakni intensitas penggunaan media sosial Instagram sebagai variabel X2, yang tidak terdapat dipenelitian sebelumnya.

Ketiga, Afiya Dianar Najla dan Uun Zulfiana (2022) dalam penelitiannya dengan judul “Pengaruh *Social Comparison terhadap body Dissatisfaction* pada Laki-laki Dewasa Awal Pengguna Instagram”. Penelitian ini menggunakan metode non-eksperimen dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan regresi linier sederhana sebagai teknik analisis. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh positif antara perbandingan sosial dengan ketidakpuasan tubuh pada laki-laki dewasa awal pengguna Instagram. Penelitian dengan 300 subjek yang berusia 20-30 tahun ini mengindikasikan semakin sering individu membandingkan diri dengan orang lain maka semakin tinggi pula ketidakpuasan akan tubuhnya.

Kesamaan topik yang digunakan ditemui dalam penelitian ini. Walaupun variabel yang digunakan seupa, tetapi terdapat perbedaan dalam pemilihan responden. Penelitian ini mefokuskan pada subjek remaja putri yang berada di SMA Negeri 8 Semarang. Selain itu, peneliti juga menambahkan variabel lain, yaitu intensitas penggunaan media sosial Instagram sebagai variabel X2.

Keempat, penelitian dengan judul “*Instagram Use and Body Dissatisfaction : The Mediating Role of Upward Social Comparison with Peers and Influencers among Young Females*” dilakukan oleh Pedalino dan Camerini (2022). Penelitian yang melibatkan 291 remaja perempuan ini menemukan hasil di mana hubungan antara mengakses Instagram mengenai penampilan orang lain dan ketidakpuasan tubuh, diukur dari kurangnya apresiasi tubuh, sepenuhnya dimediasi oleh perbandingan penampilan ke atas media sosial *influencers*.

Kesamaan topik yang digunakan ditemukan dalam penelitian ini, yaitu penggunaan media sosial Instagram dan ketidakpuasan tubuh. Kesamaan subjek juga terlihat dalam penelitian ini. Meskipun terdapat beberapa kesamaan, peneliti menggunakan rentang usia yang berbeda serta meninjau penggunaan media sosial Instagram berdasarkan intensitas penggunaannya. Kemudian, peneliti tidak melibatkan prediktor apresiasi tubuh seperti penelitian sebelumnya. Selain itu, peneliti menggunakan variabel komparasi sosial sebagai X1.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Vuong dkk. (2021) dengan judul “*Social Media Use and Body Dissatisfaction in Adolescent : The Moderating Role of Thin-and Muscular-Ideal Internalisation*”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik analisis regresi linear berganda. Penelitian yang dilakukan kepada 1200 remaja Australia yang berada di kelas 7 hingga kelas 10 dan mengungkapkan hasil bahwa penggunaan media sosial terkait penampilan berpengaruh secara positif

dan signifikan dengan ketidakpuasan tubuh pada anak laki-laki dan perempuan. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa internalisasi ideal tubuh kurus dan berotot berkorelasi positif dan signifikan dengan ketidakpuasan tubuh pada anak perempuan dan laki-laki.

Penggunaan topik dan aplikasi media sosial yang digunakan menjadi kesamaan dalam penelitian ini. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menguji dua aplikasi media sosial (Instagram dan Snapchat), penelitian ini hanya menggunakan Instagram sebagai aplikasi yang akan diteliti. Selain itu, peneliti tidak melibatkan anak laki-laki sebagai subjek penelitian. Peneliti juga menggunakan variabel komparasi sosial sebagai variabel tambahan X1.

Keenam, Engeln dkk. (2020) melakukan penelitian dengan judul "*Compare to Facebook, Instagram Use Causes More Appearance Comparison and Lower Body Dissatisfaction In Collage Women*". Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan melibatkan 308 perempuan sebagai partisipan. Hasil penelitiannya mengungkapkan partisipan mengalami penurunan kepuasan tubuh setelah mengakses Instagram. Temuan lainnya juga menunjukkan, setelah mengakses Instagram partisipan lebih memikirkan tentang penampilan secara signifikan dibandingkan dengan partisipan pengguna *Facebook*.

Kesamaan dalam penelitian ini ditemukan pada topik yang diangkat serta subjek yang digunakan. Meskipun subjek yang digunakan adalah perempuan, tetapi terdapat perbedaan pada pemilihan rentang usia.

Kemudian, penelitian ini membatasi media sosial yang diteliti, yaitu hanya pada aplikasi Instagram. Selain itu, peneliti menggunakan variabel komparasi sosial sebagai variabel X1.

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya yang telah disebutkan, persamaan yang ditemui terletak pada penggunaan topik ketidakpuasan tubuh. Sejumlah penelitian melibatkan faktor lainnya, seperti umpan balik teman sebaya mengenai penampilan dan suasana hati. Kebaharuan dalam penelitian ini terletak pada fokus penelitian yang ingin mengkaji pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh secara bersama-sama. Kemudian, peneliti melibatkan responden remaja putri yang merupakan siswa di SMA Negeri 8 Semarang. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa penelitian yang akan dilaksanakan merupakan karya asli dari peneliti dengan mengacu pada berbagai sumber penelitian serupa. Lebih lanjut, perbandingan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan dapat dilihat melalui tabel berikut :

No	Judul Penelitian	Peneliti & Tahun	Perbandingan	
			Persamaan	Perbedaan
1.	<i>Social Comparisons on Social Media : Online Appearance-Related Activity And Body Dissatisfaction In Adolescent Girls</i>	M. Scully, L. Swords, and E. Nixon (2020)	<ul style="list-style-type: none"> • Komparasi Sosial. • Ketidakpuasan Tubuh. • Penggunaan subjek perempuan 	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang. • Intensitas penggunaan media sosial Instagram sebagai X2.
2.	Pengaruh	Ridha	<ul style="list-style-type: none"> • Komparasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Rentang umur

	Perbandingan Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Akhir Perempuan (Studi Tentang <i>Physical Appearance</i>)	Tantriloka Prameswari (2020)	Sosial. <ul style="list-style-type: none"> • Ketidakpuasan Tubuh. • Penggunaan subjek perempuan. 	subjek. <ul style="list-style-type: none"> • Lokasi penelitian. • Penambahan intensitas penggunaan media sosial Instagram sebagai X2
3.	Pengaruh <i>Social Comparison</i> terhadap <i>body Dissatisfaction</i> pada Laki-laki Dewasa Awal Pengguna Instagram	Afiya Dianar Najla dan Uun Zulfiana (2022)	<ul style="list-style-type: none"> • Komparasi sosial. • Ketidakpuasan tubuh. 	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek penelitian. • Lokasi penelitian. • Penambahan intensitas penggunaan media sosial Instagram sebagai X2.
4.	<i>Instagram Use and Body Dissatisfaction : The Mediating Role of Upward Social Comparison with Peers and Influencers among Young Females</i>	Federica Pedalino dan Anne-Linda Camerini (2022)	<ul style="list-style-type: none"> • Penggunaan media sosial Instagram. • Ketidakpuasan tubuh. • Subjek perempuan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rentang usia subjek. • Lokasi penelitian. • Metode analisis. • Menggunakan komparasi sosial sebagai X1.
5.	<i>Social Media Use and Body Dissatisfaction in Adolescent : The Moderating Role of Thin- and Muscular-Ideal Internalisation</i>	An. T. Vuong, Hannah K. Jarman, Jo R. Doley dan Sian A. McLean (2021)	<ul style="list-style-type: none"> • Penggunaan media sosial • Ketidakpuasan tubuh 	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek penelitian. • Lokasi penelitian. • Media sosial difokuskan pada aplikasi Instagram • Penambahan komparasi sosial sebagai X1.
6.	<i>Compare to Facebook,</i>	Renee Engeln,	<ul style="list-style-type: none"> • Penggunaan media sosial. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rentang usia subjek.

	<i>Instagram Use Causes More Appearance Comparison and Lower Body Dissatisfaction In Collage Women</i>	Ryan Loach, Megan N. Imundo, dan Anne Zola (2020)	<ul style="list-style-type: none">• Ketidakpuasan tubuh.• Subjek perempuan.	<ul style="list-style-type: none">• Lokasi penelitian.• Media sosial difokuskan pada aplikasi Instagram• Penambahan komparasi sosial sebagai X1.
--	--	--	--	--

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Ketidakpuasan Tubuh

1. Definisi Ketidakpuasan Tubuh

National Eating Disorders Association (2003) mendefinisikan ketidakpuasan tubuh sebagai persepsi yang keliru terhadap bentuk tubuh, meyakini bahwa orang lain lebih menarik, merasa bentuk tubuh menjadi penyebab kegagalan pribadi, merasa malu, cemas akan bentuk tubuh, serta merasa tidak nyaman dengan kondisi tubuh yang dimiliki (dalam Sunartio dkk., 2012: 158). Di sisi lain, Ogden (2010: 100) mengungkapkan definisi ketidakpuasan tubuh sebagai suatu perasaan tidak senang yang dimiliki individu atas tubuhnya sendiri yang dipicu oleh perbedaan persepsi tubuh yang dimiliki dengan standar tubuh ideal.

Pendapat lainnya diungkapkan oleh Cash dan Pruzinsky (2002: 269), mereka mengartikan ketidakpuasan tubuh sebagai bentuk evaluasi diri yang negatif, meliputi penilaian negatif akan ukuran tubuh, bentuk tubuh, dan berat badan. Hall (2009: 1) memandang ketidakpuasan tubuh sebagai evaluasi subjektif terhadap bagian tubuh yang bersifat negatif. Menurut Rosen dkk. (1995: 263) ketidakpuasan tubuh merupakan pemikiran negatif individu yang sulit untuk diubah dalam menilai penampilan fisiknya dan adanya perasaan malu akan kondisi fisik ketika berada di lingkungan sosial. Selaras dengan

pendapat Sumali dkk. (2008: 49) ketidakpuasan tubuh disebabkan adanya ketidaksesuaian kondisi tubuh yang sesungguhnya dengan tubuh ideal.

Menurut Grogan (2021: 3), gambaran tubuh yang dimiliki individu ditentukan oleh pengalaman sosial yang dialaminya sebab gambaran tubuh bersifat fleksibel dan terbuka sehingga mudah berubah seiring dengan beragam informasi yang diterima. Didukung oleh pendapat Prima & Sari (2015: 18) ketidakpuasan tubuh merupakan hasil kombinasi dari pengalaman individu serta interaksi individu dengan lingkungan. Cooper dkk. (1987: 491) mengungkapkan bahwa indikasi ketidakpuasan tubuh dapat dilihat ketika seseorang membandingkan gambaran tubuhnya dengan orang lain, memiliki orientasi citra tubuh yang berlebihan, persepsi diri akan bentuk tubuh, dan adanya perubahan pada tubuh yang signifikan.

Berdasarkan kumpulan definisi di atas ketidakpuasan tubuh dapat diartikan sebagai pemikiran negatif individu atas tubuhnya yang disebabkan oleh adanya perbedaan gambaran tubuh ideal dengan bentuk tubuh yang sebenarnya sehingga menimbulkan perasaan tidak puas akan kondisi tubuh yang dimilikinya.

2. Aspek Ketidakpuasan Tubuh

Terdapat lima aspek ketidakpuasan tubuh menurut Rosen dkk. (1995: 264) yakni :

- a. Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh baik secara keseluruhan atau pada area tertentu.
- b. Perasaan malu akan bentuk tubuh saat berada di ruang publik.
- c. *Body checking*.

Ketidakpuasan tubuh yang dialami individu membuatnya memeriksa bentuk tubuhnya, seperti menimbang berat badan dan memastikan penampilannya di depan cermin dalam waktu yang sering.

- d. Kamufase tubuh.

Individu yang tidak puas dengan tubuhnya akan merasa lebih nyaman apabila menyembunyikan keadaan tubuhnya dengan pakaian atau riasan.

- e. Menghindari kontak sosial dan fisik dengan orang lain.

Cash dan Pruzinsky (2002: 151) mengungkapkan aspek-aspek ketidakpuasan tubuh, antara lain :

- a. Kognitif

Komponen kognitif ketidakpuasan tubuh meliputi keyakinan dan pandangan individu mengenai bentuk dan penampilan tubuh.

- b. Afektif

Bagian afektif dari ketidakpuasan tubuh mengacu pada perasaan individu mengenai bentuk dan penampilan tubuhnya,

serta puas atau tidaknya seseorang akan kondisi fisik yang dimilikinya.

c. Perilaku

Aspek perilaku ketidakpuasan tubuh merupakan respon yang diberikan individu terhadap ketidakpuasan akan bentuk tubuh dan penampilannya.

Menurut Sarwer dkk. (1998: 653) ketidakpuasan tubuh meliputi tiga aspek, yang pertama berat badan, kedua tinggi badan, dan terakhir bentuk tubuh tertentu. Misalnya pada perempuan terletak pada bagian perut, pinggul, payudara, paha, lengan, dan betis ; sedangkan pada laki-laki terletak pada bagian perut, dada, lengan, dan bahu.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menggunakan aspek-aspek ketidakpuasan tubuh yang dikembangkan oleh Rosen dan Reiter (1995), meliputi evaluasi tubuh yang bersifat negatif, merasa malu akan tubuh yang dimiliki dalam situasi sosial, *body checking*, kamufase tubuh, dan menghindari aktivitas dan kontak fisik dengan orang lain.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Ketidakpuasan Tubuh

Rosen dan Reiter (1995) mengungkapkan faktor yang turut memengaruhi ketidakpuasan tubuh, antara lain :

a. Jenis Kelamin

Salah satu faktor yang memengaruhi ketidakpuasan tubuh adalah perbedaan jenis kelamin. Perempuan lebih cenderung mengalami ketidakpuasan tubuh dibandingkan laki-laki. Sebagaimana pendapat Croll (2005: 155) sekitar 50-88% remaja perempuan memandang tubuhnya secara negatif, serta sebanyak 85% remaja perempuan mengkhawatirkan penampilan mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Wood (1996: 95) menunjukkan sekitar 55% remaja perempuan dan 35% remaja laki-laki memiliki keinginan untuk mengubah bentuk atau ukuran tubuhnya. Didukung oleh pendapat Stice dan Whitenton (dalam Presnell dkk., 2004: 389), hampir 25% remaja perempuan secara klinis menunjukkan tingkat ketidakpuasan tubuh yang signifikan. Chen dan Jackson (2012: 9) mengungkapkan bahwa anak perempuan memiliki kecenderungan untuk membandingkan dan mendiskusikan penampilan mereka dengan teman sebaya, hal inilah yang dapat menjadikan anak perempuan lebih cenderung merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya.

b. Usia

Pubertas menjadi karakteristik perkembangan remaja dalam masa transisi menuju dewasa. Pada masa ini perubahan fisik begitu terlihat pada remaja. Perubahan bentuk dan berat badan yang dialami remaja selama masa pubertas dapat menyebabkan ketidakpuasan tubuh. Hughes dkk. (2018: 1)

mengungkapkan bahwa ketidakpuasan tubuh yang terjadi akibat berubahnya bentuk tubuh dan berat badan menjadi pemicu perilaku untuk mengubah bentuk tubuh individu.

c. Media Massa

Media massa turut andil dalam mempresentasikan standar tubuh ideal di tengah masyarakat. Melalui iklan atau majalah media menampilkan gambar atau model dengan bentuk tubuh ideal yang dapat menyebabkan timbulnya perasaan tidak puas bagi individu yang melihatnya. Menurut Brown dan Tiggemann (2016: 38) representasi media melalui gambar selebritas dengan tubuh ideal dan menarik dapat menimbulkan penilaian negatif bagi individu terhadap penampilannya.

d. Keluarga

Faktor keluarga juga berperan dalam munculnya ketidakpuasan tubuh. Hasil penelitian Field dkk. (2001); Stice dan Whitenton (2002) menunjukkan bahwa orang tua yang menganjurkan anaknya untuk melakukan diet dapat meningkatkan ketidakpuasan tubuh pada perempuan (dalam Presnell dkk., 2004: 390). Didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Lwin dan Malik (2012: 77), kritik yang berasal dari keluarga mengenai berat badan berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh terlebih pada anak perempuan.

e. Hubungan Interpersonal

Ejekan yang dilontarkan teman sebaya terhadap penampilan individu dapat meningkatkan ketidakpuasan tubuh pada remaja, khususnya remaja putri (Schaefer & Blodgett, 2014: 600). Selaras dengan pendapat Jones (2001) ejekan yang dilontarkan oleh teman sebaya mengenai penampilan fisik memiliki andil dalam menimbulkan ketidakpuasan tubuh selama pertengahan sekolah karena penampilan dianggap sebagai jalan untuk menjadi populer dan diterima oleh orang lain (Schaefer & Blodgett, 2014: 605).

Cash dan Pruzinsky (2002: 79) mengungkapkan faktor-faktor yang meliputi ketidakpuasan tubuh :

a. Jenis Kelamin

Santrock (2011: 356) mengungkapkan pada masa pubertas umumnya perempuan cenderung merasa tidak puas akan tubuhnya dibandingkan laki-laki karena kenaikan berat badan. Kenaikan berat badan pada tubuh remaja perempuan disebabkan oleh penambahan massa lemak pada tubuhnya. Sedangkan remaja laki-laki merasa lebih puas akan tubuhnya akibat penambahan berat badan yang disebabkan oleh meningkatnya massa otot (Prima & Sari, 2015:19).

b. Media Massa

Melalui tayangan televisi atau sampul majalah standar tubuh ideal dibentuk oleh media massa dan diinternalisasi oleh masyarakat luas. Bentuk penampilan ideal yang dipaparkan media

massa menjadi suatu standar yang harus dipenuhi untuk mendapat pengakuan dari masyarakat. Didukung oleh pendapat Maimunah dan Yohana (2021: 226) umumnya, individu dengan penampilan sesuai standar ideal lebih mampu menarik perhatian dibandingkan individu yang tidak memilikinya. Tidak terpenuhinya kriteria ideal menjadi salah satu penyebab ketidakpuasan tubuh (Santoso dkk., 2019: 56).

c. Hubungan Interpersonal

Menurut Paxton dkk. (2006: 547) adanya tekanan sosial yang diberikan oleh keluarga atau teman sebaya untuk menjadi langsing dan memiliki tubuh ideal berkontribusi dalam memicu ketidakpuasan tubuh. Selaras dengan pendapat Amarina dan Laksmiwati (2021: 3) respon yang diberikan oleh orang di sekitar cenderung memengaruhi perasaan dan pandangan individu mengenai penampilan fisiknya.

Menurut Ogden (2010: 188) ketidakpuasan tubuh dipengaruhi oleh empat hal :

a. Usia

Pada usia remaja, perempuan lebih memperhatikan bentuk tubuhnya dibandingkan dengan rentang usia lainnya yang disebabkan terjadi perubahan tubuh sempurna di masa pubertas. Menginjak usia remaja, terlebih perempuan, lebih sensitif terkait

dengan tubuhnya sehingga memunculkan ketidakpuasan pada tubuhnya.

b. Media Sosial

Media sosial mempresentasikan standar kecantikan dengan visual menawan dan tubuh ramping yang kemudian diyakini oleh masyarakat sebagai hal yang harus dicapai. Standar kecantikan yang dipotret oleh media sosial diinternalisasi sebagai standar yang harus dimiliki oleh setiap individu. Thompson dkk. (2004: 295) mengemukakan bahwa penggunaan media sosial dapat menimbulkan ketidakpuasan tubuh melalui internalisasi standar kecantikan dan memunculkan perilaku membandingkan diri sendiri dengan orang lain.

c. Budaya

Setiap negara memiliki penggambaran yang berbeda akan tubuh ideal. Namun, pada umumnya seseorang yang memiliki kulit yang putih, memiliki sedikit lemak, dan bertubuh kurus dianggap memiliki tubuh yang ideal dan memenuhi standar yang beredar dimasyarakat.

d. Lingkungan

Lingkungan yang terbuka dan menjunjung tinggi keberagaman lebih memiliki pandangan positif, menerima, dan menghargai perbedaan individu, terutama perbedaan kondisi tubuh. Sedangkan lingkungan yang tertutup cenderung memiliki

pandangan negatif terhadap individu yang berbeda atau tidak sesuai dengan standar ideal di masyarakat.

Anggrainy (2022) mengungkapkan faktor yang memengaruhi ketidakpuasan tubuh, yakni, komparasi sosial, penggunaan Instagram yang sangat intens, kecanduan menggunakan Instagram, dan rendahnya *self-compassion*.

Kesimpulan yang dapat ditarik berdasarkan pemaparan di atas adalah ketidakpuasan tubuh dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, meliputi jenis kelamin, usia, media massa atau media sosial, lingkungan keluarga, hubungan sosial, kelas sosial, komparasi sosial, intensitas penggunaan media sosial, adiksi penggunaan Instagram, dan rendahnya *self-compassion*.

4. Ketidakpuasan Tubuh dalam Prespektif Islam

Setiap individu memiliki kecenderungan untuk tidak pernah merasa puas dalam berbagai hal. Salah satunya adalah ketidakpuasan akan bentuk tubuh. Perasaan tidak pernah merasa cukup membuat manusia lupa akan betapa banyaknya kenikmatan yang telah diterimanya. Islam mengkaji hal tersebut dalam Al-Qur'an surat Ghafir ayat 64 yang berbunyi :

اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ قَرَارًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً
 وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُورَكُمْ وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ
 ذَٰلِكُمْ اللَّهُ رَبُّكُمُ فَتَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ ﴿٦٤﴾

“Allah-lah yang menjadikan bumi bagi kamu tempat menetap dan langit sebagai atap, dan membentukmu lalu membungkuskan rupamu serta memberi kamu rezeki dengan sebagian yang baik-baik. Yang demikian itu adalah Rabbmu, Maha Agung Allah, Rabb Semesta Alam.” (Q.S Ghafir: 64).

Berdasarkan tafsir Imam Ibnu Katsir dalam bukunya Tafsir Ibnu Katsir, Allah SWT telah menciptakan bumi bagi manusia dalam keadaan yang stabil, luas, dan datar sehingga manusia dapat hidup di atasnya, dapat bekerja di dalamnya, serta dapat berjalan di segala sisi-sisinya. Allah SWT juga telah mengokohkannya dengan gunung-gunung supaya bumi tidak bergoyang-goyang dan menjadikan langit sebagai atap yang terjaga bagi alam. Allah telah menciptakan manusia dalam bentuk yang paling baik dan memberikan anugerah kepada manusia dengan rupa yang paling sempurna dan sebaik-baiknya serta memberikan rezeki dalam bentuk makanan dan minuman di bumi. Maha Kuasa Allah yang telah menciptakan manusia dengan sempurna, memberi tempat tinggal, dan mencukupkan rezekinya. Dialah Sang Pencipta dan Pemberi Rezeki (Fida & Katsir, 2017: 65).

Ayat ini menegaskan bahwa Allah sebagai Sang Pencipta telah menciptakan alam semesta bagi manusia sebagai tempat tinggal

yang nyaman sehingga manusia dapat hidup di dunia dengan baik dengan ketersediaan alam yang Allah cukupkan untuk makan dan minum. Allah juga telah menciptakan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya dan menganugerahi manusia dengan rupa yang sempurna. Limpahan anugerah yang diberikan Allah kepada manusia menjadi bukti betapa besar kuasa-Nya dan murah hati-Nya kepada makhluk-Nya.

Pada dasarnya setiap manusia menginginkan kesempurnaan dalam berbagai hal, penampilan fisik, materi, kecerdasan, dan hal-hal lainnya. Sifat manusia yang tak mudah puas membuatnya terus menerus melakukan upaya untuk mencapai kepuasan diri. Manusia disibukkan untuk mencapai kesempurnaan diri hingga lupa dengan betapa banyak nikmat yang telah diberikan Allah kepadanya. Keinginannya untuk menjadi sempurna dalam penampilan fisik membuat manusia melakukan berbagai cara untuk memiliki tubuh dan wajah yang sesuai dengan keinginannya sedangkan Allah telah menciptakan manusia tanpa kurang suatu apa pun.

Firman Allah di atas menegaskan betapa Allah telah mencukupkan segala yang manusia butuhkan. Tempat tinggal, makanan, hingga penampilan fisik. Anugerah yang tidak terduga dari Sang Pencipta menjadi pengingat bagi diri kita untuk senantiasa bersyukur. Individu yang mampu bersyukur atas segala yang melekat

pada dirinya akan merasa puas dan cukup terhadap dirinya dan apa yang dimilikinya.

B. Komparasi Sosial

1. Definisi Komparasi Sosial

Komparasi sosial dicetuskan oleh Festinger (1954: 138), ia mendefinisikan komparasi sosial sebagai proses membandingkan diri yang dilakukan secara subjektif terhadap orang lain yang sesuai dengan standar mereka mengenai kemampuan dan pendapat yang dimiliki. Komparasi sosial menurut Dijkstra dkk. (2011: 195) adalah kecenderungan yang dimiliki individu untuk melakukan perbandingan dengan orang lain mengenai keadaan, prestasi, dan pengalaman yang dimiliki. Sedangkan Jones (2001: 646) mengartikan komparasi sosial sebagai konsep evaluasi diri melalui perbandingan diri dengan orang lain sehingga menimbulkan penilaian secara kognitif. Penampilan fisik menjadi atribut yang sering dibandingkan oleh individu. Menurut Wheeler dan Miyake (1992: 763) hal yang sering dibandingkan oleh individu adalah penampilan, keterampilan sosial, kemampuan, masalah akademik, gaya hidup, dan kepribadian.

Komparasi sosial dikelompokkan menjadi dua jenis, yakni *upward comparison* dan *downward comparison*. Perbandingan ke atas (*upward comparison*) mengacu pada perbandingan sosial yang dilakukan dengan membandingkan diri dengan sosok yang dianggap lebih baik atau superior. Sedangkan perbandingan yang dilakukan terhadap seseorang yang lebih buruk atau inferior dinamakan

downward comparison. Menurut Festinger (1952) seseorang cenderung melakukan *upward comparison* (dalam Husni, 2014: 209).

Perbandingan ke atas dilakukan untuk menjadi inspirasi dan memfasilitasi upaya perbaikan diri (Buunk dkk., 1990: 1246). Sebaliknya, perbandingan ke bawah dilakukan sebagai cara untuk membuat diri sendiri merasa lebih baik melalui perbandingan dengan orang lain yang kurang beruntung atau lebih tidak beruntung (Wills, 1981: 268). Studi yang dilakukan Scheier dan Carver (1983: 205) menunjukkan bahwa individu tertarik secara khusus dengan perbandingan sosial untuk mengevaluasi dirinya. Perbandingan tidak hanya bermanfaat untuk mengevaluasi masa lalu dan masa kini tetapi juga untuk memprediksi prospek di masa depan (Suls dkk., 2002: 162).

Hasil yang berbeda ditunjukkan dalam studi yang dilakukan oleh Wheeler dan Miyake (1992: 765) mengenai perbandingan sosial pada atribut fisik. Secara signifikan subjek merasa lebih baik setelah melakukan perbandingan ke bawah dan secara signifikan merasa lebih buruk setelah melakukan perbandingan ke atas. Dengan kata lain, dalam hal penampilan fisik individu cenderung merasa buruk setelah melakukan perbandingan ke atas dan merasa lebih baik setelah melakukan perbandingan ke bawah.

Berdasarkan paparan ahli di atas, komparasi sosial dapat diartikan sebagai perilaku membandingkan yang dilakukan yang menjadi bahan

evaluasi diri sehingga individu dapat memperbaiki diri untuk menjadi lebih baik.

2. Aspek Komparasi Sosial

Jones (2001: 650) mengungkapkan aspek-aspek komparasi sosial dalam penampilan fisik, yakni :

- a. *Height* (tinggi badan)
- b. *Weight* (berat badan)
- c. *Shape/Build* (bentuk tubuh)
- d. *Face* (wajah)

Festinger (1954) membagi aspek komparasi sosial ke dalam tiga bagian :

- a. *Evaluate Opinions And Abilities Accurately*

Menurut Festinger (1954: 117) setiap individu memiliki dorongan untuk menilai pendapat dan kemampuannya sendiri.

Jones dan Gerald (1967) mengungkapkan bahwa untuk mencapai keberfungsian secara efektif, individu perlu mengetahui kapasitas dan keterbatasannya sendiri dan mampu memberikan pendapat secara akurat terhadap objek dan orang lain (dalam V. Wood, 1989: 231).

Lebih jauh, dua hal ini dijelaskan lebih mendetail sebagai berikut :

- a) *Ability* (kemampuan), individu membandingkan kemampuannya dengan orang lain sebagai upaya peningkatan

kualitas diri untuk lebih baik. Dorongan untuk meningkatkan kemampuan dilakukan individu untuk mempersempit jarak yang dimilikinya dengan orang lain sehingga perbedaan dirinya dan orang menjadi lebih sedikit.

b) *Opinion* (pendapat), pendapat menjadi ukuran perbandingan, di mana individu melakukan perbandingan melalui persepsi orang lain. Apabila opini yang diutarakan orang lain mengenai standar ideal dan citra dirinya berbeda dengan dirinya, individu lebih cenderung mengubah pendapatnya menjadi mendekati atau sesuai pendapat orang lain, begitupun sebaliknya. Hal ini menunjukkan perubahan pendapat relatif mudah terjadi ketimbang perubahan kemampuan.

b. *Evaluate Through Comparisons With Other People*

Pada aspek ini melalui orang lain individu melakukan perbandingan sebagai bentuk evaluasi dirinya. Individu tidak hanya membandingkan dirinya dengan individu lain tetapi juga sekelompok orang dan membandingkan kelompoknya sendiri dengan kelompok lain (V. Wood, 1989: 243).

c. *Prefer To Compare With Similar Other*

Menurut Festinger (1954: 120) individu cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang serupa atau bermanfaat baginya sehingga menghasilkan evaluasi diri yang akurat mengenai kemampuan dan pendapatnya. Festinger (1954:

121) menambahkan evaluasi diri menjadi lebih stabil dan akurat ketika perbandingan dilakukan dengan sosok yang memiliki kemiripan dengannya.

Di sisi lain, Schaefer dan Thompson (2014: 211) mengungkapkan aspek perbandingan fisik, yaitu :

- a. *Physical appearance* (penampilan)
- b. *Weight* (berat badan)
- c. *Body shape* (bentuk tubuh)
- d. *Body size* (ukuran tubuh)
- e. *Body fat* (lemak tubuh)

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menggunakan aspek-aspek komparasi sosial dalam penampilan fisik yang dikembangkan oleh Jones (2001) yaitu, fitur wajah, bentuk tubuh, tinggi badan, berat badan.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Komparasi Sosial

Komparasi sosial dipengaruhi beberapa faktor menurut Djikstra dkk. (2011: 198-199) antara lain :

- a. Internalisasi media

Gambaran sempurna yang ditampilkan media sosial dapat menimbulkan perasaan untuk membandingkan diri. Munculnya perasaan 'berbeda' dengan apa yang dilihat di media menjadi penyebab mengapa seseorang melakukan perbandingan sosial.

- b. Kedekatan dengan sosok yang dibandingkan

Semakin individu mengalami kedekatan secara psikologis dengan sosok pembanding menjadikan individu lebih mudah mengidentifikasi diri secara akurat dalam melakukan perbandingan sosial.

c. Jenis kelamin

Secara umum, perempuan lebih cenderung melakukan komparasi sosial karena adanya tuntutan untuk memiliki penampilan yang sempurna ketimbang laki-laki. Studi yang dilakukan oleh Strahan dkk. (2006: 215) menunjukkan ketika diminta mendeskripsikan penampilannya, laki-laki cenderung membuat perbandingan ke bawah dari pada perbandingan ke atas sehingga menghasilkan deskripsi yang lebih positif ketimbang negatif, sedangkan perempuan sebaliknya.

d. Harga diri

Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung tidak terlibat dalam perbandingan sosial dan merasa puas akan penampilan mereka dibandingkan dengan individu dengan harga diri yang rendah. Penelitian yang dilakukan Putra (2018: 206) membuahkan hasil bahwa perbandingan sosial dapat menurunkan harga diri. Didukung dengan penelitian yang dilakukan Jones dan Buckingham (2005: 1170) ketika dihadapkan umpan balik negatif, individu dengan harga diri rendah cenderung menggeneralisasi emosi negatif sehingga

mereka juga merasa lebih buruk tentang dirinya sendiri daripada individu dengan individu dengan harga diri yang tinggi.

Menurut Sunartio dkk. (2012) komparasi sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain :

a. Keluarga

Sebesar 46.2% responden memilih keluarga sebagai sosok yang sering membandingkan tubuh wanita lain dengan tubuh responden (Sunartio dkk., 2012: 166). Didukung dengan pendapat Tylka dan Sabik (2010: 19) perilaku komparasi dilakukan individu sebagai bentuk evaluasi diri yang dipengaruhi oleh sosok signifikan yang memiliki jenis kelamin yang sama dengan individu, dalam hal ini perempuan, seperti anak perempuan, ibu saudara perempuan, teman perempuan.

b. Teman

Berdasarkan penelitian Sunartio dkk. (2012: 166), sebesar 40.6% pengaruh yang diberikan teman dalam memengaruhi individu untuk membandingkan dirinya.

Penjabaran di atas merujuk pada suatu kesimpulan di mana internalisasi media, kedekatan dengan sosok pembanding, jenis kelamin, harga diri, keluarga, dan teman menjadi faktor yang memengaruhi komparasi sosial.

4. Komparasi Sosial dalam Prespektif Islam

Komparasi sosial merupakan proses individu dalam menilai dirinya sendiri melalui perbandingan dengan orang lain. Salah satu hal yang kerap kali dibandingkan oleh individu adalah penampilan fisik. Pada umumnya, individu membandingkan dirinya dengan sosok lain yang dianggap lebih baik dari dirinya. Islam sebagai agama yang sempurna turut membahas mengenai komparasi sosial. Dalam suatu riwayat diceritakan : Yahya bin Yahya dan Qutaibah bin Sa'id mengatakan kepada kami (Qutaibah berkata Al Mughirah bin Abdurrahman Al Hizami menceritakan kepada kami. Sedangkan Yahya berkata Al Mughirah bin Abdurrahman Al Hizami mengabarkan kepada kami dari Abu Az-Zinad, dari Al A'raj, dari Abu Hurairah, bahwa Rasulullah SAW bersabda :

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:
 انظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلَ مِنْكُمْ، وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ،
 فَهُوَ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ. (مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ).

“Bila salah seorang dari kalian melihat orang yang diberi kelebihan harta dan bentuk fisiknya, maka hendaklah dia melihat orang yang lebih rendah darinya dimana dia diberi kelebihan di atasnya”. (HR Muslim No. 2963) (dalam Imam An-Nawawi, 2011: 432-433).

Hadist ini mengajarkan untuk melihat kondisi seseorang yang tidak lebih tinggi agar kita senantiasa bersyukur atas apa yang telah Allah berikan. Rasulullah menganjurkan untuk melihat ke bawah

untuk menghindarkan diri dari perasaan sombong dan dengki akan pencapaian atau penampilan orang lain yang dapat menimbulkan perilaku merendahkan orang lain juga diri sendiri.

Dalam perspektif islam, perbandingan ke atas dilakukan dengan orientasi pada akhirat sehingga melalui perbandingan ke atas individu dapat meningkatkan motivasi dalam beribadah dan beramal soleh sedangkan perbandingan ke bawah dilakukan kepada hal-hal yang bersifat duniawi sebagai pengingat untuk selalu merasa cukup dan menghindarkan diri dari perbuatan yang menyebabkan kerugian bagi orang lain maupun diri sendiri.

C. Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

1. Definisi Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

APA (*American Psychology Association*) mendefinisikan intensitas dengan beberapa pengertian ; (1) sebagai suatu nilai kuantitatif dari stimulus atau sensasi, (2) kekuatan dari suatu perilaku (dorongan atau emosi), (3) kekuatan kinerja individu dalam beberapa kegiatan atau bidang dengan mengacu pada satu atau lebih atribut seperti, gairah, komitmen, usaha, ketegasan, dan fokus perhatian (Kyes, 2012: 549). Intensitas diartikan sebagai suatu jumlah dari satu pengindraan yang berhubungan dengan kadar penggunaannya (Chaplin, 2014: 254). Menurut Kaloh (dalam Wahyuni & Harmaini, 2017: 23) mengartikan intensitas sebagai suatu frekuensi yang dilakukan individu dalam melakukan suatu kegiatan dengan rasa senang yang mendasari perilaku tersebut.

Sosial media didefinisikan oleh Carr dan Hayes (2015: 50) sebagai media berbasis internet yang memberi kesempatan bagi penggunanya untuk berinteraksi dan menunjukkan diri dengan berbagai kalangan yang memperoleh nilai dari konten yang dibuat oleh pengguna dan persepsi interaksi dengan orang lain. Instagram menjadi salah satu media sosial yang paling banyak diunduh di tengah keberagaman media sosial yang ada saat ini. Instagram adalah aplikasi yang memberikan kesempatan pada penggunanya untuk mengedit hasil fotonya secara langsung sehingga menjadi suatu unggahan yang menarik dan dapat dibagikan kepada pengguna lainnya (Salomon, 2013: 408).

Middleton dkk. (2010:8) mengartikan intensitas penggunaan media sosial sebagai gabungan frekuensi penggunaan internet dengan berapa banyak waktu yang dihabiskan di dalamnya. Menurut Al Aziz (2020: 93) intensitas penggunaan media sosial sebagai sejauh mana minat dan perhatian individu dalam mengakses sosial media yang terlihat melalui kekuatan atau penghayatan dalam menggunakan sosial media. Manullang (2017: 481) mengungkapkan intensitas penggunaan media sosial sebagai sikap yang ditunjukkan oleh individu dalam menggunakan media sosial sebagai fasilitator dalam berinteraksi dengan orang lain atau mendapatkan informasi. Sedangkan, menurut Elisson, Steinfield, dan Lampe (2007), tingkat dan keterlibatan pengguna dengan media sosial merupakan definisi intensitas penggunaan media sosial (dalam Chu dkk., 2016: 3).

Simpulan yang dapat ditarik berdasarkan paparan teori di atas adalah intensitas penggunaan media sosial Instagram merupakan frekuensi dan lamanya waktu yang digunakan individu dalam mengakses media sosial dengan dasar rasa senang.

2. Aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Intensitas penggunaan media sosial dapat dilihat melalui dua aspek menurut Middleton dkk. (2010: 8), yaitu :

a. Frekuensi

Frekuensi dalam menggunakan media sosial ialah seberapa sering atau seberapa banyak individu mengakses aplikasi media sosial.

b. Durasi

Durasi menggunakan media sosial merupakan seberapa lama waktu yang dihabiskan individu untuk mengakses media sosial.

Berdasarkan teori di atas, peneliti menggunakan aspek-aspek intensitas penggunaan media sosial Instagram yang dikembangkan oleh Middleton (2010) yaitu, frekuensi dan durasi.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Middleton mengungkapkan faktor yang memengaruhi intensitas penggunaan media sosial Instagram :

a. Usia

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Middleton dkk. (2010: 20) menunjukkan bahwa usia berpengaruh secara signifikan dengan intensitas penggunaan internet dan media sosial. Pengguna dengan usia antara 18-24 tahun memiliki peluang tertinggi untuk menjadi pengguna media sosial dengan intensitas yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pengguna pada usia tersebut memiliki peluang hampir dua setengah kali lipat dari pengguna yang berusia 35-44 tahun.

b. Jenis Kelamin

Hasil penelitian Middleton dkk. (2010: 21) mengungkapkan bahwa perempuan memiliki peluang yang lebih rendah untuk menjadi pengguna intensif dibandingkan laki-laki. Berdasarkan data CIUS pada tahun 2007, perempuan memiliki sedikit perbedaan dengan laki-laki dalam tingkat pengalaman dalam menggunakan internet. Sebesar 72% pengguna laki-laki telah menggunakan internet selama 5 tahun atau lebih, dibandingkan 71% perempuan.

Hal ini selaras dengan temuan Hargittai dan Shafer (2006: 444). Penelitiannya menunjukkan bahwa perempuan cenderung menilai rendah diri mereka sendiri dalam hal persepsi keterampilan dalam menggunakan internet mereka. Efek gender tampaknya signifikan dengan tingkat keterampilan yang dimiliki. Hasil temuan lain dalam penelitian ini

menunjukkan berdasarkan kemampuan aktual, perempuan cenderung menilai keterampilan dalam menggunakan internet mereka lebih rendah daripada laki-laki. Penilaian diri perempuan yang lebih rendah terhadap penggunaan internet berpengaruh secara signifikan terhadap sejauh mana perilaku mereka dalam menggunakan internet dan jenis media sosial yang digunakan.

c. Pendidikan

Pengguna dengan latar belakang pendidikan pasca sekolah menengah memiliki pengaruh positif namun terbatas terhadap penggunaan media sosial yang intensif.

d. Pengalaman dalam menggunakan internet.

Pengguna yang berpengalaman dalam menggunakan internet atau media sosial menghabiskan lebih banyak waktu di internet dan menggunakan internet atau pun media sosial secara teratur sehingga pengguna yang berpengalaman cenderung berpeluang menjadi pengguna dengan intensitas tinggi.

4. Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Prespektif Islam

Tidak terelakkan, media sosial Instagram telah menjadi bagian dari keseharian individu saat ini. Kemudahan dalam mengakses Instagram membuat individu tanpa sadar menghabiskan waktunya untuk

menggunakan media sosial Instagram. Terkait penggunaan media sosial, islam turut membahasnya dalam suatu riwayat hadist :

حَدَّثَنَا الْمَكِّيُّ بْنُ إِبرَاهِيمَ، أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ سَعِيدٍ - هُوَ ابْنُ أَبِي هُرَيْرٍ - عَنْ أَبِيهِ، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ - رَضِيَ
 "بِعَمَّتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ". قَالَ عَبَّاسٌ اللهُ عَنْهُمَا - قَالَ قَالَ النَّبِيُّ ﷺ
 الْعَبْرِيُّ حَدَّثَنَا صَفْوَانُ بْنُ عَيْسَى، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ سَعِيدٍ بْنِ أَبِي هُرَيْرٍ، عَنْ أَبِيهِ، سَمِعْتُ ابْنَ عَبَّاسٍ، عَنْ
 النَّبِيِّ ﷺ مِثْلَهُ.

Dari Ibnu Abbas RA, dia berkata, “Rasulullah SAW bersabda,
 ‘Dua nikmat yang sering membuat manusia tertipu, yaitu sehat dan waktu senggang’”.

Abbas Al Anbari berkata, “Shafwan bin Isa menceritakan kepada kami dari Abdullah bin Sa’id bin Abi Hind, dari ayahnya, ‘Aku mendengar Ibnu Abbas dari Nabi SAW seperti itu.’” HR. Bukhari : 6412 – (dalam Asqalani, 2009: 2).

Hadist ini menyiratkan dua hal penting yang kerap kali dilalaikan oleh manusia yakni kesehatan dan waktu senggang. Kedua hal ini menjadi hal yang dapat melenakan individu tanpa disadari.

Kehadiran media sosial menjadikan individu lebih sering menghabiskan waktunya untuk menjalahi dunia maya. Sering kali individu menggunakan media sosial tak kenal waktu hingga menunda bahkan mengabaikan kegiatan lain. Waktu yang seharusnya dapat digunakan untuk melakukan berbagai kegiatan produktif habis untuk menatap layar media sosial.

Limpahan informasi di sosial media tak selalu memberikan kebermanfaatan bagi penggunanya. Tak jarang kehadiran sosial media

menampilkan sosok dengan bentuk tubuh ideal yang justru memicu perasaan iri, tak percaya diri, hingga tak puas akan tubuh pada penggunaannya. Penggunaan media sosial yang secara berlebihan dapat mengakibatkan individu larut dalam emosi negatif yang memengaruhinya dalam melihat dirinya sendiri sehingga memunculkan perilaku membandingkan yang dapat memantik ketidakpuasan tubuh.

Penggunaan media sosial secara berlebihan juga berdampak pada kondisi kesehatan, seperti terganggunya waktu tidur, lelah mata, hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Hadist di atas menjelaskan sekaligus menjadi pengingat untuk menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya sehingga tak ada waktu yang terbuang secara percuma sebab waktu yang sudah terlewati tak dapat terulang kembali.

D. Pengaruh antara Komparasi Sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh

Salah satu tugas perkembangan remaja adalah menerima bentuk fisiknya serta keberagaman yang ada pada dirinya. Ketidakberhasilan dalam menerima keadaan fisiknya akan memunculkan ketidakpuasan tubuh pada dirinya. Penggambaran standar kecantikan oleh media menjadi acuan yang diyakini oleh remaja, terlebih remaja perempuan, untuk memiliki tubuh sebagaimana yang ditampilkan media. Adanya suatu standarisasi kecantikan menyebabkan remaja membandingkan dirinya dengan sosok ideal hingga berupaya untuk mewujudkan bentuk tubuh ideal. Ketidaksesuaian bentuk tubuh sebenarnya dengan gambaran tubuh

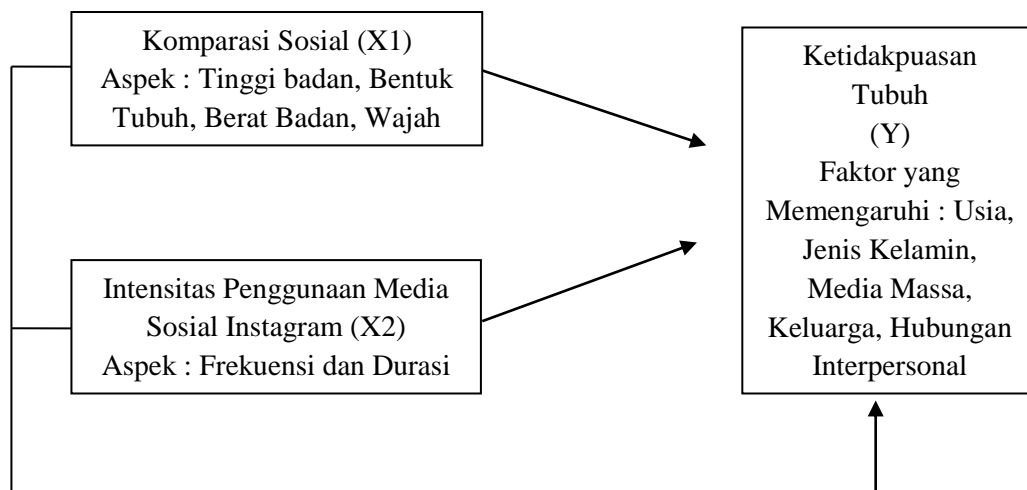
ideal dapat memicu munculnya ketidakpuasan tubuh. Perilaku membandingkan yang dilakukan terus menerus mampu meningkatkan ketidakpuasan tubuh pada individu.

Menurut Anggrainy (2022) salah satu faktor yang memengaruhi ketidakpuasan tubuh adalah komparasi sosial dan tingginya intensitas penggunaan media sosial. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Prameswari (2020), di mana temuannya menunjukkan bahwa komparasi sosial memengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh pada perempuan remaja akhir. Selaras dengan temuan Myers dan Crowther (2009: 690-692) yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara komparasi sosial dengan ketidakpuasan tubuh pada perempuan. Hal ini diakibatkan perempuan lebih cenderung merasa dievaluasi hanya berdasarkan penampilan mereka dan mendapatkan tekanan untuk memiliki tubuh yang langsing. Temuan lain juga didapati pada penelitian ini, dimana terdapat hubungan yang kuat antara perbandingan sosial dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja dibandingkan orang dewasa. Temuan ini menunjukkan bahwa individu yang melakukan perbandingan lebih rentan mengalami ketidakpuasan tubuh ketimbang individu yang tidak melakukan komparasi.

Saat ini sebagian besar waktu individu digunakan untuk mengakses sosial media. Suguhan aneka informasi media sosial memanjakan penggunaannya untuk terus tenggelam dalam dunia maya. Sajian figur ideal mendatangkan perasaan tidak puas akan tubuh yang dimiliki, khususnya

pada remaja. Penggunaan media secara intens memungkinkan remaja semakin merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya. Dengan kata lain, tingginya intensitas penggunaan media sosial beriringan dengan meningkatnya ketidakpuasan tubuh yang dialami. Penelitian yang dilakukan de Vries dkk. (2016) menunjukkan penggunaan media sosial dalam frekuensi yang sering dapat meningkatkan ketidakpuasan tubuh remaja, baik pada laki-laki maupun perempuan. Didukung oleh penelitian Maimunah dan Yohana (2021: 230), intensitas penggunaan media sosial berkorelasi positif dengan ketidakpuasan tubuh. Hasil penelitian ini menunjukkan semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial semakin tinggi pula kecenderungan terjadinya ketidakpuasan tubuh.

Gambar 2.1 Pengaruh Komparasi Sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Ketidakpuasan Tubuh



E. Hipotesis

Berdasarkan paparan rumusan masalah, tujuan, teori, dan landasan di atas maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah :

H₁ : Terdapat pengaruh komparasi sosial terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.

H₂ : Terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.

H₃ : Terdapat pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara variabel independen dan variabel dependen. Hasil penelitian ini membuahkan kesimpulan hubungan antar variabel serta pengaruh tiap-tiap variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat) yang disajikan dalam bentuk deskripsi dengan bantuan angka statistik. Jenis penelitian ini adalah penelitian kausalitas. Menurut Azwar (2018: 10) penelitian kausalitas merupakan penelitian yang digunakan untuk menarik kesimpulan dari hubungan sebab-akibat yang muncul dari variabel penelitian. Selaras dengan pendapat Nurlan (2019: 22) yang mengatakan penelitian kausal sebagai penelitian yang melihat penyebab dari suatu variabel tertentu mengenai hal-hal yang dapat memengaruhi variabel yang diteliti.

Pendekatan kuantitatif menjadi pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif mengkaji lebih jauh populasi dan sampel tertentu dengan menggunakan instrumen penelitian sebagai teknik pengumpulan data, yang kemudian akan dianalisis secara statistik untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013: 8). Sejalan dengan pendapat Azwar (2018: 5) pendekatan kuantitatif adalah metode penelitian yang mengolah data dalam bentuk angka dengan teknik analisis statistika.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Pada dasarnya, semua hal yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga memperoleh informasi terkait dinamakan variabel penelitian. Lebih jauh Sugiyono (2013: 38) mendefinisikan variabel penelitian sebagai suatu atribut dari suatu objek atau kegiatan yang bervariasi yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan menghasilkan suatu kesimpulan.

Variabel penelitian ini terbagi ke dalam dua macam, yakni variabel terikat (dependen) dan variabel bebas (independen). Variabel dependen (terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Sedangkan variabel independen (bebas) merupakan variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan (Sugiyono, 2013: 39).

Terdapat tiga variabel yang akan diukur pada penelitian ini yang terdiri dari dua variabel independen dan satu variabel dependen, yaitu :

- a. Variabel Dependen (Y) : Ketidakpuasan Tubuh
- b. Variabel Independen (X1) : Komparasi Sosial
- c. Variabel Independen (X2) : Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

2. Definisi Operasional

a. Ketidakpuasan Tubuh

Ketidakpuasan tubuh adalah perasaan tidak puas akan bentuk tubuh yang disebabkan oleh ketidaksesuaian antara kondisi fisik sebenarnya dengan gambaran tubuh ideal. Variabel ketidakpuasan tubuh diukur menggunakan skala ketidakpuasan tubuh yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek milik Rosen dan Rieter (1995), yakni penilaian tubuh yang negatif, adanya perasaan malu saat berada di area publik, *body checking*, kamuflase tubuh, dan menghindari kegiatan dan kontak fisik dengan orang lain

Tingginya skor yang didapatkan, menandakan semakin tingginya tingkat ketidakpuasan tubuh yang dialami oleh remaja putri. Sebaliknya, rendahnya skor yang diperoleh menandakan semakin rendahnya tingkat ketidakpuasan tubuh remaja putri.

b. Komparasi Sosial

Komparasi sosial merupakan perilaku membandingkan diri dengan objek tertentu sebagai upaya dalam penilaian diri. Variabel komparasi sosial akan diukur dengan skala komparasi sosial yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek komparasi sosial pada atribut fisik yang dikembangkan oleh Jones (2001) berupa, tinggi badan, berat badan, bentuk tubuh, dan wajah.

Semakin tinggi skor komparasi sosial yang didapatkan menandakan semakin tingginya tingkat komparasi sosial. Sedangkan, semakin rendah skor yang dihasilkan maka semakin rendah pula tingkat komparasi sosial.

c. Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Intensitas penggunaan media sosial Instagram adalah tingkat ketertarikan dan perhatian yang dicurahkan individu dalam menggunakan media sosial Instagram. Variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram diukur dengan menggunakan skala intensitas penggunaan media sosial Instagram yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek milik Middleton (2010) yang terdiri dari durasi dan frekuensi.

Tingginya skor yang didapatkan menandakan semakin tingginya tingkat intensitas penggunaan media sosial Instagram. Sebaliknya, apabila skor yang didapatkan rendah menandakan semakin rendahnya tingkat intensitas penggunaan media sosial Instagram.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian akan berlokasi di Jl. Raya Tugu, Tambakaji, Kecamatan Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa Tengah, 50185. Penelitian akan dilakukan secara *offline* bertempat di SMA Negeri 8 Semarang dengan media bantu *Google Form*.

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2023.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah daerah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2013: 80). Sedangkan, Azwar (2018: 109) menyebut populasi sebagai kelompok subjek yang akan mencakup generalisasi penelitian. Populasi meliputi semua karakteristik yang ada pada objek atau subjek yang akan diteliti, dan tidak terbatas pada jumlah individu yang terdapat di dalamnya (Sugiyono, 2013: 80). Selaras dengan pendapat Azwar (2018: 109), populasi dapat mencakup karakteristik-karakteristik individual.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 10 dan 11 di SMA Negeri 8 Semarang yang terdiri dari 180 siswi kelas 10 dan 196 siswi kelas 11, sehingga total populasi dalam penelitian ini adalah 376.

2. Sampel

Sampel merupakan representatif atau karakteristik yang dimiliki dari suatu populasi. Populasi dengan jumlah besar tidak memungkinkan peneliti untuk meneliti seluruh populasi secara satu per satu sehingga perlu menggunakan sampel untuk mewakili suatu populasi (Sugiyono, 2013: 81).

Berdasarkan pada populasi penelitian ini, maka penentuan jumlah sampel yang digunakan penelitian ini mengacu pada tabel sampel milik Issac dan Michael (dalam Mulyatiningsing, 2011: 19) dengan tingkat

kesalahan yang digunakan yakni 5%. Berdasarkan tabel yang digunakan dengan jumlah populasi 376 maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 182 responden dan seluruh sampel merupakan siswi SMA Negeri 8 Semarang yang berada di kelas 10 dan 11.

3. Teknik Sampling

Pada dasarnya teknik pengambilan sampel dibagi ke dalam dua kelompok, yakni *probability* sampling dan *non-probabilty* sampling (Azwar, 2018: 114). Pengambilan sampel dengan cara probalitas memberikan peluang yang sama besar pada subjek dalam suatu populasi untuk menjadi sampel (Azwar, 2018: 114). Sedangkan disebut *non-probability* sampling apabila anggota dalam populasi memiliki peluang yang tidak diketahui untuk menjadi sampel (Azwar, 2018: 124).

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *cluster random sampling*. Teknik pengambilan sampel dengan cara *cluster* tidak dilakukan lewat randomisasi populasi secara individual melainkan dengan menentukan secara random subjek mana yang akan merepresentasikan populasi (Azwar, 2018: 123).

E. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan variabel psikologis sehingga diperlukan suatu instrumen yang dapat mengukur suatu sikap atau perilaku. Skala perilaku dirancang untuk mengungkap sikap setuju dan tidak setuju, pro dan kontra, atau positif dan negatif (Azwar, 2018: 137).

Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala likert. Skala likert berisikan pernyataan-pernyataan sikap mengenai objek sikap yang terdiri dari dua macam, yaitu pernyataan yang *favorabel* (mendukung atau memihak pada objek sikap atau perilaku) dan pernyataan *non-favorable* (tidak mendukung objek sikap atau perilaku).

Pada penelitian ini akan digunakan tiga alat ukur untuk mengukur tiap-tiap variabel, yaitu ketidakpuasan tubuh, komparasi sosial, dan intensitas penggunaan media sosial Instagram yang dikembangkan oleh peneliti. Tiap instrumen disusun menggunakan skala likert genap, yakni opsi jawaban yang disediakan tidak memiliki pilihan netral. Terdapat empat opsi jawaban disediakan dalam penelitian ini dengan kriteria penilaian yang berbeda pada tiap jawabannya, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 3.1 Skala Likert

Favorable		Unfavorable	
Sangat Sesuai	4	Sangat Sesuai	1
Sesuai	3	Sesuai	2
Tidak Sesuai	2	Tidak Sesuai	3
Sangat Tidak Sesuai	1	Sangat Tidak Sesuai	4

Adapun skala yang digunakan sebagai berikut :

1) Skala Ketidakpuasan Tubuh

Tabel 3.2 Skala Ketidakpuasan Tubuh.

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penilaian tubuh yang negatif	Memiliki penilaian negatif akan tubuh secara menyeluruh	1,9	4,10	4
		Memiliki penilaian negatif akan bagian	11,15	6,16	4

		tubuh tertentu			
2	Adanya perasaan malu ketika berada di lingkungan sosial	Merasa tidak percaya diri dan rendah diri akan tubuh yang dimiliki	5,17	18,2	4
		Merasa penampilannya akan dinilai oleh orang lain	13,3	8,12	4
3	<i>Body checking</i>	Memastikan tidak ada kekurangan pada bagian tubuh secara terus-menerus	7,23	14,34	4
		Memeriksa bagian tubuh yang kurang menarik secara terus-menerus	29,31	20,24	4
4	Kamuflase tubuh	Menyamarkan bagian tubuh yang dirasa kurang dengan pakaian atau riasan	21,25	22,36	4
		Melakukan usaha untuk merubah bagian tubuh yang dirasa kurang sebagai usaha penyamaran	33,35	26,32	4
5	Menghindari kegiatan dan kontak fisik dengan orang lain	Merasa malas untuk beraktifitas yang melibatkan orang lain	27,37	28,30	4
		Menghindari kontak fisik dengan orang lain	19,39	38,40	4
Total					40

2) Skala Komparasi Sosial

Tabel 3.3 Skala Komparasi Sosial

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Tinggi badan	Membandingkan tinggi badan yang dimiliki dengan orang lain.	41,47,51,53	44,50,56,58	8
2.	Berat Badan	Membandingkan berat badan yang dimiliki dengan orang lain.	45,55,57,71	42,54,48,59	8

3.	Bentuk Tubuh	Membandingkan bentuk tubuh yang dimiliki dengan orang lain.	43,49,61,69	46,52,64,66	8
4.	Wajah	Membandingkan wajah yang dimiliki dengan orang lain.	65,67,70,63	60,62,68,72	8
Total					32

3) Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Tabel 3.4 Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Durasi (<i>duration</i>)	Berapa lama waktu yang dihabiskan dalam bermain Instagram	77,79,81,85,87,91	74,78,84,88,92,96	12
2	Frekuensi (<i>frequency</i>)	Seberapa sering individu mengakses Instagram.	73,75,83,89,93,95	76,80,82,86,90,94	12
Total					24

F. Validitas, Daya Diskriminasi Aitem, dan Reliabilitas

1. Validitas

Sebelum mengukur variabel yang hendak diteliti diperlukan instrumen penelitian yang dapat dipercaya sehingga perlu dilakukan pengujian validitas dan reliabilitasnya (Sugiyono, 2013: 30). Instrumen penelitian perlu disusun secara tepat sehingga mampu mengukur variabel secara akurat. Ketepatan instrumen untuk mengukur apa yang seharusnya diukur dinamakan validitas (Sugiyono, 2013: 121).

Instrumen yang telah dikonstruksi aspeknya berdasarkan teori tertentu, selanjutnya akan dikonsultasikan dengan para ahli (Sugiyono, 2013: 125). Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan

pengujian validitas isi dimana validitas didasarkan pada pendapat dari ahli (*judgement experts*) oleh dua dosen pembimbing. Selaras dengan pendapat (Azwar, 2012: 42) validitas isi adalah validitas yang dinilai melalui pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional yang dilakukan oleh panel yang berkompeten atau *expert judgement*. Validitas isi menunjukkan sejauh mana aitem dalam suatu instrumen dapat mencerminkan keseluruhan atribut sampel yang diukur (Matondang, 2009: 90) melalui penilaian oleh para ahli (Yusup, 2018: 18). Instrumen yang telah disusun akan divalidasi hingga didapati hasil aitem penelitian yang gugur dan diterima. Kemudian aitem yang diterima disusun menjadi instrumen penelitian untuk mengukur variabel penelitian ini.

Uji coba aitem dilakukan kepada 31 siswi SMA Negeri 8 Semarang yang berada di kelas 10. Penentuan valid atau tidaknya aitem yang akan digunakan bersandar pada pendapat Azwar (2012: 95), yakni kriteria untuk memilih validitas aitem ditentukan berdasarkan korelasi aitem total dengan batasan $r_{iy} \geq 0,30$. Suatu aitem dianggap memiliki validitas yang memuaskan apabila mencapai koefisien korelasi setidaknya 0,30. Begitupun sebaliknya.

a) Uji Validitas Skala Ketidakpuasan Tubuh

Skala ketidakpuasan tubuh yang tersusun dari 40 aitem pernyataan telah disebar dan diisi oleh 31 siswi SMA Negeri 8 Semarang. Pengujian skala ketidakpuasan tubuh memperoleh

hasil sebanyak 28 aitem dikatakan valid dan 12 aitem dikatakan tidak valid. Rincian aitem tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.5 Tabel *Blueprint* Skala Ketidakpuasan Tubuh Setelah Uji Validitas

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penilaian tubuh yang negatif	Memiliki penilaian negatif akan tubuh secara menyeluruh	1,9*	4,10	4
		Memiliki penilaian negatif akan bagian tubuh tertentu	11,15*	6,16	4
2	Adanya perasaan malu ketika berada di lingkungan sosial	Merasa tidak percaya diri dan rendah diri akan tubuh yang dimiliki	5,17*	18,2	4
		Merasa penampilannya akan dinilai oleh orang lain	13,3*	8,12*	4
3	<i>Body checking</i>	Memastikan tidak ada kekurangan pada bagian tubuh secara terus-menerus	7*,23	14,34	4
		Memeriksa bagian tubuh yang kurang menarik secara terus-menerus	29*,31	20,24*	4
4	Kamuflase tubuh	Menyamarkan bagian tubuh yang dirasa kurang dengan pakaian atau riasan	21,25*	22,36	4
		Melakukan usaha untuk merubah bagian tubuh yang dirasa kurang sebagai usaha penyamaran	33,35*	26,32	4
5	Menghindari kegiatan dan kontak fisik dengan orang lain	Merasa malas untuk beraktifitas yang melibatkan orang lain	27,37	28,30	4
		Menghindari kontak fisik dengan orang lain	19,39*	38,40*	4
Total					40

*: aitem gugur

b) Uji Validitas Skala Komparasi Sosial

Skala komparasi sosial yang terdiri dari 32 aitem pernyataan telah disebar dan diisi oleh 31 siswi SMA Negeri 8 Semarang sehingga memperoleh hasil sebanyak 24 aitem dikatakan valid dan 8 aitem dikatakan tidak valid. Rincian aitem tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.6 Tabel *Blueprint* Skala Komparasi Sosial Setelah Uji Validitas

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Tinggi badan	Membandingkan tinggi badan yang dimiliki dengan orang lain.	41*,47,51*,53*	44*,50,56*,58	8
2	Berat Badan	Membandingkan berat badan yang dimiliki dengan orang lain.	45,55,57,71	42*,54,48,59	8
3	Bentuk Tubuh	Membandingkan bentuk tubuh yang dimiliki dengan orang lain.	43,49,61,69	46,52,64,66	8
4	Wajah	Membandingkan wajah yang dimiliki dengan orang lain.	65*,67,70,63*	60,62,68,72	8
Total					32

*: aitem gugur

c) Uji Validitas Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

Instagram

Skala intensitas penggunaan media sosial Instagram yang terdiri dari 24 aitem pernyataan telah disebar kepada 31 siswi SMA Negeri 8 Semarang yang berada di kelas 10 dan diperoleh hasil sebanyak 14 aitem dikatakan valid dan 10 aitem dikatakan

tidak valid. Rincian aitem tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.7 Tabel *Blueprint* Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Setelah Uji Validitas

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Durasi (<i>duration</i>)	Berapa lama waktu yang dihabiskan dalam bermain Instagram	77,79,81*,85,87,91*	74*,78,84,88*,92*,96*	12
2	Frekuensi (<i>frequency</i>)	Seberapa sering individu mengakses Instagram.	73,75*,83,89,93,95	76*,80*,82,86,90,94*	12
Total					24

*: aitem gugur

2. Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem atau yang sering disebut sebagai validitas aitem, mengukur sejauh mana aitem tersebut mampu mengidentifikasi perbedaan antara individu atau sekelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012: 80). Kriteria pemilihan aitem berdasar pada kolerasi total, umumnya batasan yang digunakan adalah $r_{ix} \geq 0.30$. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan (Azwar, 2012: 86). Aitem dengan koefisien kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah. Suatu instrumen dapat dikatakan baik apabila daya beda aitem yang dimiliki semakin tinggi. Pada penelitian ini daya beda aitem akan diuji dengan

corrected item-total correlation dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Aitem dapat diterima atau dapat digunakan apabila hasil pengujian menunjukkan nilai ≥ 0.3 .

3. Reliabilitas

Reliabel adalah keajegan alat ukur yang digunakan dalam penelitian. Instrumen yang telah disusun kemudian diuji reliabilitasnya. Reliabilitas dalam penelitian akan diuji menggunakan *internal consistency*, yaitu hasil satu kali uji coba instrumen akan dianalisis untuk memprediksi reliabilitas instrumen (Sugiyono, 2013). Nilai reliabilitas bergerak 0-1. Tes dan skala psikologi menuntut koefisien reliabilitas yang sangat tinggi untuk dianggap memuaskan yakni berada pada kisaran $r_{xx} \approx 0.90$. (Azwar, 2018: 150).

Metode yang digunakan untuk mengukur reliabilitas penelitian ini adalah *Alfa Cronbach* (Sugiyono, 2018: 139). Penyimpulan hasil reliabilitas ditentukan setelah membandingkan r hitung dengan r tabel seperti tabel r hitung berikut :

Tabel 3.8 Tabel Reliabilitas

Interval r tabel	Tingkat Reliabilitas
0,00-0,20	Kurang Reliabel
0,21-0,40	Agak Reliabel
0,41-0,60	Cukup Reliabel
0,61-0,80	Reliabel
0,81-1,00	Sangat Reliabel

Berdasarkan tabel di atas, dapat dikatakan reliabel apabila suatu aitem memperoleh nilai $r \geq 0,06$. Sedangkan, aitem dikatakan tidak

reliabel apabila memperoleh nilai $r < 0,60$. Berikut adalah hasil pengujian reliabilitas skala :

a) Reliabilitas Skala Ketidakpuasan Tubuh

Hasil pengujian reliabilitas skala ketidakpuasan tubuh menunjukkan nilai sebesar 0,928 yang mana nilai tersebut $> 0,60$. Dengan demikian skala ketidakpuasan tubuh dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas sangat tinggi.

Tabel 3.9 Tabel Reliabilitas Skala Ketidakpuasan Tubuh

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,928	28

b) Reliabilitas Skala Komparasi Sosial

Hasil pengujian reliabilitas skala komparasi sosial menunjukkan nilai sebesar 0,918 yang mana nilai tersebut $\geq 0,60$, sehingga skala komparasi sosial dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas sangat tinggi.

Tabel 3.10 Tabel Reliabilitas Skala Komparasi Sosial

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,918	24

c) Reliabilitas Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

Hasil pengujian reliabilitas skala intensitas penggunaan media sosial Instagram menunjukkan nilai

sebesar 0,858 yang mana nilai tersebut $\geq 0,60$, sehingga skala intensitas penggunaan media sosial Instagram dinyatakan dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas sangat tinggi.

Tabel 3.11 Tabel Reliabilitas Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,858	14

G. Analisis Data

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Normal atau tidaknya distribusi data dapat diketahui melalui uji normalitas (Sinambela dan Sinambela, 2021: 429). Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan aplikasi SPSS. Apabila hasil uji memperoleh nilai > 0.05 maka distribusi data dapat dikatakan normal, begitupun sebaliknya (Akbar, 2018: 38).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dibutuhkan dalam melihat hubungan antara variabel independen X dan variabel dependen Y adalah linear (Sinambela dan Sinambela, 2021: 435). Pengujian linearitas penelitian ini dibantu oleh aplikasi SPSS dengan menggunakan uji ANOVA. Suatu data dikatakan linear apabila hasil uji yang

diperoleh menunjukkan hasil signifikan > 0.05 . Sebagai mana pendapat Widana dan Muliani (2020: 53) terdapat hubungan yang linear antara kedua variabel apabila nilai *sig. deviation from linearity* melebihi 0.05. Begitupun sebaliknya.

c. Uji Multikolinieritas

Pengujian multikolinieritas menjadi syarat asumsi dalam analisis regresi. Tujuan pengujian multikolinieritas adalah menemukan korelasi antar variabel bebas (Sinambela & Sinambela, 2021: 433). Model regresi yang baik adalah ketika tidak terdapat hubungan antar variabel independen. Pengujian multikolinieritas pada penelitian ini akan dideteksi melalui uji nilai VIF (*Value Inflation Factor*). Apabila VIF lebih dari 10, maka terjadi multikolinieritas. Begitupun sebaliknya (Sinambela dan Sinambela, 2021: 433). Selain melalui VIF, multikolinieritas dapat dilihat melalui nilai *tolerance*. Nilai *tolerance* ≤ 0.10 menunjukkan adanya multikolinieritas (Ghozali, 2021: 157).

2. Uji Hipotesis

Menurut Sugiyono (2013: 64) jawaban sementara dari rumusan masalah penelitian dinamakan hipotesis. Hipotesis dalam penelitian ini akan diuji menggunakan metode regresi berganda. Hasil yang akan diperoleh dari metode regresi berganda adalah ada atau tidaknya pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen. (Sinambela dan Sinambela, 2021: 441). Dikatakan signifikan apabila

pengujian membuahkan nilai > 0.05 . Tingginya hasil persentase menandakan semakin kuatnya pengaruh antar variabel.

BAB IV

PEMBAHASAN

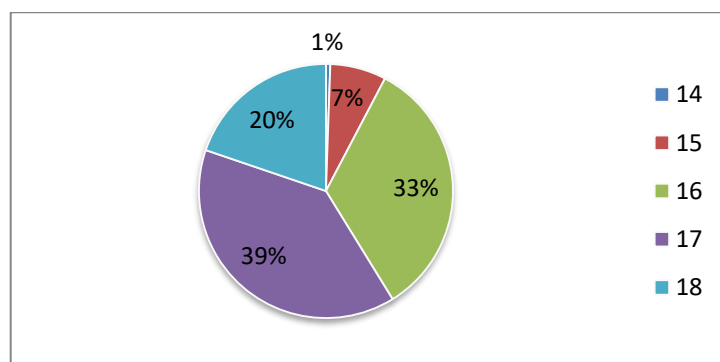
A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 376. Berlandaskan tabel sampel milik *Issac* dan *Michael* (dalam Mulyatiningsing, 2011: 19), sampel pada penelitian ini berjumlah 182 dengan estimasi *error* 5% sehingga remaja putri yang berada di kelas 10 dan 11 di SMA Negeri 8 Semarang menjadi subjek pada penelitian ini. Hasil pengolahan data yang telah dilakukan memperoleh deskripsi variabel ketidakpuasan tubuh, komparasi sosial, dan intensitas penggunaan media sosial Instagram pada siswi di SMA Negeri 8 Semarang sebagai berikut :

a. Berdasarkan Usia

Gambar 4.2 Persebaran Subjek Berdasarkan Kategori Usia



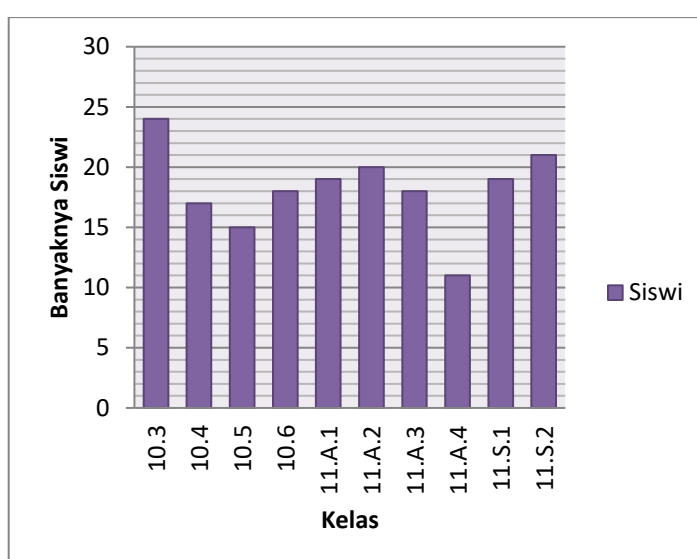
Grafik di atas menunjukkan terdapat 1 siswi (1%) yang berusia 14 tahun. Terdapat 13 siswi (7%) yang berusia 15 tahun dan 61 siswi (33%) yang berusia 16 tahun. Sebanyak 71

siswi (39%) berusia 17 tahun dan sisanya, yakni 36 siswi (20%) berusia 18 tahun.

b. Berdasarkan Kelas

Grafik di bawah menunjukkan persebaran sampel yang terbagi berdasarkan kelas :

Gambar 4.3 Persebaran Subjek Berdasarkan Kategori Kelas



Jumlah keseluruhan responden yang merupakan siswi kelas 10 adalah 74 dengan rincian sebagai berikut : Terdapat 24 siswi yang berasal dari kelas 10.3. Sebanyak 17 responden yang merupakan siswi kelas 10.4. Pada kelas 10.5. Terdapat 15 siswi yang menjadi sampel pada penelitian ini dan 18 responden merupakan siswi yang berasal dari kelas 10.6.

Di sisi lain, total responden yang merupakan siswi kelas 11 adalah 108 yang terbagi ke dalam 6 kelas, yaitu 4 kelas IPA dan 2 Kelas IPS. Pada kelas IPA, sebanyak 19 siswi berasal dari kelas 11.A.1. Pada kelas 11.A.2, terdapat 20 siswi yang menjadi

responden pada penelitian ini. Terdapat 18 siswi yang berasal dari kelas 11.A.3 dan 11 siswi yang berasal dari kelas 11.A.4. Pada kelas IPS, terdapat 19 responden yang berasal dari kelas 11.S.1 dan terdapat 21 responden yang merupakan siswi kelas 11.S.2.

2. Kategorisasi Variabel

Terdapat tiga variabel dalam penelitian ini, yakni ketidakpuasan tubuh, komparasi sosial, dan intensitas penggunaan media sosial Instagram. Tiap-tiap variabel memiliki nilainya masing-masing sehingga perlu dilakukan kategorisasi variabel untuk mendeskripsikan tiap variabel. Masing-masing variabel akan dikelompokkan ke dalam tiga kategori, yakni rendah, sedang, dan tinggi dengan bantuan aplikasi SPSS 26. Rincian kategorisasi variabel adalah sebagai berikut :

Tabel 4.1 Deskripsi Kategorisasi Tiap Variabel

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Ketidakpuasan Tubuh	182	44	85	64,07	9,665
Komparasi Sosial	182	27	82	53,73	9,635
Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	182	17	50	33,69	5,573
Valid N (listwise)	182				

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa 44 merupakan nilai terendah dan 85 merupakan nilai tertinggi pada variabel Y atau ketidakpuasan tubuh. Kemudian, variabel ini memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 64,07 dan standar deviasi sebesar 9,665.

Berikutnya, pada variabel X1 atau komparasi sosial menunjukkan nilai terendah sebesar 27 dan nilai tertinggi sebesar 82 dengan rata-rata (*mean*) 53,73 dan standar deviasi sebesar 9,635.

Sementara itu, variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram (X2) memiliki nilai terendah sebesar 17 dan nilai tertinggi sebesar 50. Kemudian, rata-rata (*mean*) yang terdapat pada variabel ini adalah 33,69 dengan standar deviasi 5,573.

a. Kategorisasi Variabel Ketidakpuasan Tubuh

Tabel 4.2 Kategorisasi Skor Variabel Ketidakpuasan Tubuh

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1SD)$	< 54	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$	54-74	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	≥ 74	Tinggi

Mengacu pada pedoman pengelompokan dalam tabel di atas, dapat diketahui deskripsi skor ketidakpuasan tubuh yang akan diperoleh oleh siswi kelas 10 dan 11 SMA Negeri 8 Semarang. Subjek yang mendapatkan skor lebih dari 74 dinyatakan memiliki ketidakpuasan tubuh yang tinggi. Jika skor yang diperoleh subjek berkisar diangka 54-74 maka subjek dikatakan memiliki ketidakpuasan tubuh yang sedang, sedangkan apabila subjek memperoleh skor kurang dari 54 dapat dikatakan bahwa subjek memiliki ketidakpuasan yang rendah.

Persebaran respon dari variabel ketidakpuasan tubuh dirincikan dalam tabel berikut :

Tabel 4.3 Kategorisasi Variabel Ketidakpuasan Tubuh

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	15,9	15,9	15,9
	Sedang	115	63,2	63,2	79,1
	Tinggi	38	20,9	20,9	100,0
	Total	182	100,0	100,0	

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 29 remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang atau 15,9% siswi memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang rendah. 38 siswi atau, 20,9%, di SMA Negeri 8 Semarang menunjukkan tingkat ketidakpuasan tubuh yang tinggi, sementara 115, atau 63,2%, berada dalam tingkat ketidakpuasan tubuh yang sedang. Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang (63,2%) memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang sedang.

b. Kategorisasi Variabel Komparasi Sosial

Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Variabel Komparasi Sosial

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1SD)$	< 44	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$	44-63	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	≥ 63	Tinggi

Tabel di atas menunjukkan pedoman skor untuk variabel komparasi sosial siswi SMA Negeri 8 Semarang. Subjek dengan skor di bawah 44 dikatakan memiliki tingkat komparasi sosial yang rendah. Subjek dikatakan memiliki tingkat komparasi sosial dalam kategori sedang apabila mendapatkan skor di antara

44 sampai 63. Jika skor yang diperoleh lebih dari 63 maka dapat dinyatakan bahwa subjek memiliki komparasi sosial yang tinggi. Persebaran respon dari variabel komparasi sosial dirincikan dalam tabel berikut :

Tabel 4.5 Kategorisasi Variabel Komparasi Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	23	12,6	12,6	12,6
	Sedang	127	69,8	69,8	82,4
	Tinggi	32	17,6	17,6	100,0
	Total	182	100,0	100,0	

Dari tabel di atas terlihat bahwa 23 (12,6%) siswi SMA Negeri 8 Semarang memiliki tingkat perbandingan sosial yang rendah. 32 siswi atau 17,6% memiliki tingkat perbandingan sosial yang tinggi dan 127 siswi atau 69,8% memiliki tingkat perbandingan sosial yang sedang. Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang (69,8%) memiliki tingkat perbandingan sosial dalam kategori sedang.

c. Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial

Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1SD)$	< 28	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$	28-39	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	≥ 39	Tinggi

Tabel di atas merupakan pedoman kategorisasi variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram untuk mengetahui kategori pada tiap responden. Subjek yang memiliki nilai kurang dari 28 termasuk dalam kategori rendah. Jika subjek memperoleh skor di antara 28-39 , maka dapat dikatakan subjek memiliki intensitas penggunaan media sosial Instagram yang sedang. Subjek dapat dikatakan memiliki intensitas penggunaan Instagram yang tinggi apabila mendapatkan skor di atas 39. Persebaran respon dari variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram dirincikan dalam tabel berikut :

Tabel 4.7 Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	22	12,1	12,1	12,1
	Sedang	127	69,8	69,8	81,9
	Tinggi	33	18,1	18,1	100,0
	Total	182	100,0	100,0	

Persebaran respon siswi di SMA Negeri 8 Semarang terlihat pada tabel 4.7. Terdapat 22 remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang atau 12,1% siswi menunjukkan tingkat intensitas penggunaan media sosial yang rendah. 18,1% remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang (33 siswi) memiliki tingkat intensitas penggunaan media sosial yang tinggi. 122 siswi (69,8%) memiliki tingkat intensitas penggunaan media sosial Instagram yang sedang.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang (69,8%) memiliki intensitas penggunaan media sosial Instagram dalam kategori sedang.

3. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi pada suatu data. Suatu data dikatakan normal jika nilai probabilitas atau *Asymp sig* lebih dari 0.05 (Sarwono, 2018: 30). Hasil pengujian normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.8 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		182
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,05207975
Most Extreme Differences	Absolute	,046
	Positive	,046
	Negative	-,031
Test Statistic		,046
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.

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan *one-sample* Kolmogorov-Smirnov diperoleh nilai signifikansi 0,200 atau $p > 0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Pengujian linearitas digunakan untuk mengetahui linear atau tidaknya suatu data. Suatu data dikatakan linear apabila nilai *sig. deviation from linearity* lebih besar dari 0,05 (Widana & Muliani, 2020: 53). Hasil pengujian linearitas dapat diketahui melalui tabel berikut :

1) Uji Linearitas Variabel Komparasi Sosial

Tabel 4.9 Uji Linearitas Variabel Komparasi Sosial

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Ketidakpuasan Tubuh * Komparasi Sosial	Between Groups	(Combined)	10075,209	42	239,886	4,880	,000
		Linearity	7638,489	1	7638,489	155,389	,000
		Deviation from Linearity	2436,720	41	59,432	1,209	,209
		Within Groups	6832,862	139	49,157		
		Total	16908,071	181			

Kolom *deviation of linearity* pada tabel di atas menunjukkan nilai linearitas pada variabel komparasi sosial dan variabel ketidakpuasan tubuh. Hasil pengujian linearitas memperoleh nilai 0,209 atau lebih dari 0,05,

sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan yang linear antara komparasi sosial dengan ketidakpuasan tubuh

2) Uji Linearitas Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Tabel 4.10 Uji Linearitas Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Ketidakpuasan Tubuh * Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	Between Groups	(Combined)	2044,513	28	73,018	,752	,810
		Linearity	75,863	1	75,863	,781	,378
		Deviation from Linearity	1968,650	27	72,913	,751	,807
		Within Groups	14863,558	153	97,147		
		Total	16908,071	181			

Tabel di atas menunjukkan nilai linearitas pada variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram dan ketidakpuasan tubuh. Hasil pengujian linearitas menunjukkan nilai 0,807 atau lebih dari 0,05, sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan yang linear antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan ketidakpuasan tubuh.

c. Uji Multikolinearitas

Pengujian multikolinearitas diperlukan pada penelitian yang menggunakan analisis regresi berganda dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antar variabel independen.

Model regresi yang baik adalah ketika tidak terdapat hubungan antar variabel independen. Pengujian multikolinearitas dilihat melalui nilai uji VIF dan nilai *tolerance*. Hasil pengujian multikolinearitas membuahkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.11 Uji Multikolinearitas

Model	Coefficients ^a					Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
1 (Constant)	19,870	4,567		4,351	,000		
Komparasi Sosial	,685	,055	,683	12,479	,000	,992	1,008
Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	,219	,095	,126	2,309	,022	,992	1,008

a. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

Berdasarkan kolom VIF pada tabel di atas dapat diketahui bahwa pada variabel komparasi sosial memiliki nilai sebesar 1,008 dan nilai *tolerance* 0.992, begitupun pada variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram. Tiap-tiap variabel memiliki nilai VIF kurang dari 10 dan nilai *tolerance* lebih dari 0.10, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat multikolinearitas antar variabel independen.

4. Hasil Uji Hipotesis

Langkah berikutnya setelah menyelesaikan uji asumsi adalah melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi berganda dalam program SPSS 26 untuk mengetahui adanya

pengaruh antar variabel baik secara parsial maupun simultan. Pada penelitian ini menggunakan tiga variabel, yaitu ketidakpuasan tubuh (Y), komparasi sosial (X1), dan, intensitas penggunaan media sosial (X2), sehingga hipotesis yang diajukan adalah

- 1) Terdapat pengaruh antara komparasi sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.
- 2) Terdapat pengaruh antara intensitas penggunaan media sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.
- 3) Terdapat pengaruh antara komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.

Hasil pengujian regresi berganda dapat dilihat melalui tabel berikut

Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linear Berganda

Model	Coefficients ^a					Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta				
1 (Constant)	19,870	4,567		4,351	,000		
Komparasi Sosial	,685	,055	,683	12,479	,000	,992	1,008
Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	,219	,095	,126	2,309	,022	,992	1,008

a. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

a. Persamaan Regresi Berganda

Persamaan regresi linear berganda dalam penelitian ini dapat dilihat melalui tabel di atas. Berdasarkan pengujian regresi linear berganda dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 26 diperoleh hasil koefisien $\alpha = 19,870$; $\beta_1 = 0,685$; $\beta_2 = 0,219$ sehingga rumus regresi linear berganda adalah sebagai berikut :

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$$

$$Y = 19,870 + 0,685 X_1 + 0,219 X_2$$

Keterangan

Y : Ketidakpuasan Tubuh

α : Konstanta

β_1, β_2 : Koefisien Regresi

X_1 : Komparasi Sosial

X_2 : Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Interpretasi :

1. $\alpha = 19,870$.

Nilai konstanta persamaan regresi berganda dalam penelitian ini adalah 19,870. Angka tersebut bermakna, jika variabel independen (komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram) mengalami kenaikan atau berpengaruh dalam satu satuan maka variabel dependen (ketidakpuasan tubuh) akan mengalami kenaikan, namun jika tidak ada kontribusi dari variabel independen maka variabel ketidakpuasan tubuh hanya akan bernilai 19,870.

2. $\beta_1 : 0,685$.

Nilai koefisien regresi pada variabel komparasi sosial membuahkan angka 0,685 atau 68,5%, artinya jika variabel komparasi sosial (X_1) mengalami kenaikan satu satuan, maka variabel ketidakpuasan tubuh (Y) akan mengalami kenaikan sebesar 68,5%. Nilai koefisien bernilai positif sehingga apabila variabel komparasi sosial mengalami peningkatan maka variabel ketidakpuasan tubuh akan meningkat pula.

3. $\beta_2 : 0,219$.

Nilai koefisien regresi pada variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram membuahkan angka 0,219 atau 21,9%, artinya jika variabel intensitas penggunaan media sosial instagram (X_2) mengalami kenaikan satu satuan, maka variabel ketidakpuasan tubuh (Y) akan mengalami kenaikan sebesar 21,9%. Nilai koefisien bernilai positif sehingga apabila variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram mengalami peningkatan maka variabel ketidakpuasan tubuh akan meningkat pula.

b. Uji T

Uji t dilakukan untuk membuktikan adanya pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara individu (Widarjono, 2018: 31). Hipotesis dapat diterima apabila hasil

pengujian t hitung $>$ t tabel dan hasil pengujian signifikansi memperoleh nilai $<$ 0.05.

Tabel 4.13 Hasil Uji Regresi Parsial

Model	Coefficients ^a						Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF	
	B	Std. Error	Beta					
1 (Constant)	19,870	4,567		4,351	,000			
Komparasi Sosial	,685	,055	,683	12,479	,000	,992	1,008	
Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	,219	,095	,126	2,309	,022	,992	1,008	

a. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

a) Pengujian Hipotesis Pertama

Hasil pengujian hipotesis pertama penelitian ini dapat dilihat melalui tabel di atas. Tabel di atas menunjukkan bahwa diperoleh nilai signifikansi sebesar 000 dan nilai t hitung sebesar 12,497. Nilai signifikansi 000 lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dan nilai t hitung lebih besar dari t tabel ($12,497 > 1,65341$) sehingga dapat disimpulkan bahwa komparasi sosial berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang, yang berarti hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima.

b) Pengujian Hipotesis Kedua

Berdasarkan tabel di atas diketahui nilai signifikansi sebesar 0,022 dan nilai t hitung sebesar 2,309. Nilai

signifikansi 0,022 lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dan nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel ($2,309 > 1,65341$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang. Dengan kata lain hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima.

c. Uji F

Uji F ialah uji koefisien regresi untuk menguji signifikansi pengaruh beberapa variabel independen terhadap variabel dependen secara bersama-sama (Priyatno, 2018: 115). Dalam penelitian ini, untuk menguji pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh. Hipotesis dapat diterima apabila hasil pengujian f hitung $>$ f tabel dan hasil pengujian signifikansi memperoleh nilai $<$ 0.05.

a) Pengujian Hipotesis Ketiga

Tabel 4.14 Hasil Uji Regresi Simultan

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	7906,610	2	3953,305	78,614	,000 ^b
	Residual	9001,461	179	50,287		
	Total	16908,071	181			

a. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

b. Predictors: (Constant), Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram, Komparasi Sosial

Hasil pengujian f hitung dapat dilihat melalui kolom F pada tabel di atas. Berdasarkan tabel tersebut diperoleh nilai signifikansi sebesar 000 dan nilai f hitung sebesar 78,614. Nilai signifikansi 000 lebih kecil dari tingkat signifikansi yang ditetapkan ($p < 0,05$) dan nilai f hitung lebih besar dari f tabel ($78,614 > 2,66$), sehingga dapat disimpulkan bahwa komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang secara simultan, yang artinya hipotesis ketiga dalam penelitian ini diterima.

d. Koefisien Determinan

Pengujian koefisien determinasi dilakukan untuk mengukur seberapa jauh pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai koefisien determinasi berganda digunakan untuk mengukur besarnya kontribusi seluruh variabel independen (x) terhadap variabel dependen (y) (Kurniawan & Yuniarto, 2016: 46). Hasil pengujian koefisien determinasi dapat dilihat melalui tabel berikut :

Tabel 4.15 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,684 ^a	,468	,462	7,091

a. Predictors: (Constant), Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram, Komparasi Sosial

b. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

Kolom *Adjust R Square* menunjukkan perolehan nilai koefisien determinasi, yakni sebesar 0,462 atau 46,2%. Angka tersebut menunjukkan bahwa variabel komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram dapat memberikan kontribusi pengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang sebesar 46,2% dan sisanya 53,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

B. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk menguji hipotesis dan menjawab rumusan masalah pada variabel komparasi sosial (X_1) dan intensitas penggunaan media sosial Instagram (X_2) terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang. Terdapat tiga hipotesis dalam penelitian ini :

1. Terdapat pengaruh antara komparasi sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.
2. Terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.
3. Terdapat pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.

1. Pengaruh komparasi sosial terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang

Pengujian hipotesis pertama membuahkan hasil nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai t hitung sebesar 12,497. Nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dan nilai 12,497 lebih besar dari 1,65341 (t hitung $> t$ tabel) sehingga dapat disimpulkan bahwa komparasi sosial sosial berpengaruh secara signifikan terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang. Data tersebut menunjukkan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi koefisien regresi pada variabel ini adalah sebesar 68,5%.

Temuan ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya mengenai pengaruh komparasi sosial terhadap ketidakpuasan tubuh yang dilakukan oleh Lev-Ari dkk. (2014). Hasil penelitiannya menunjukkan perbandingan sosial yang dilakukan secara langsung memengaruhi ketidakpuasan tubuh secara positif. Selaras dengan temuan penelitian milik Prameswari (2020) yang menemukan adanya pengaruh antara komparasi sosial terhadap ketidakpuasan tubuh remaja akhir perempuan sebesar 31,5%. Penelitian lainnya juga menunjukkan hasil serupa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Scully dkk. (2020) turut menguatkan hasil penelitian ini, di mana penelitiannya menemukan bahwa ketidakpuasan tubuh secara signifikan berkaitan dengan waktu yang dihabiskan dalam perbandingan sosial dan perbandingan sosial ke atas dengan selebritas wanita, teman dekat, teman sebaya, dan anggota

keluarga dalam media sosial Facebook. Tidak hanya pada perempuan, hasil yang serupa juga ditemukan pada responden laki-laki. Penelitian oleh Najla dan Zulfiana (2022) juga memperkuat hasil temuan dalam penelitian ini, di mana penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada laki-laki pengguna Instagram. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan maka semakin tinggi pula ketidakpuasan tubuh yang dimiliki, begitupun sebaliknya. Selain itu, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa perbandingan sosial berpengaruh sebesar 32% pada tingkat ketidakpuasan tubuh pada kelompok laki-laki dewasa awal pengguna Instagram.

Myers dan Crowther (2009: 691) mengungkapkan perbandingan sosial merupakan proses yang dipicu oleh kebutuhan individu untuk memperoleh informasi mengenai penampilan atau daya tarik fisik mereka. Individu cenderung membandingkan penampilannya dengan seseorang yang dianggap lebih baik secara fisik (Leahey dkk., 2007: 133). Dalam banyak kasus, perempuan lebih cenderung mengevaluasi penampilan mereka dengan membandingkan penampilannya dengan orang lain (Fardouly dkk., 2015: 38). Hal ini sejalan dengan pendapat Tylka dan Sabik (2010: 27) biasanya, perempuan sering terlibat dalam perbandingan tubuh ke atas, di mana mereka membandingkan diri

dengan citra di media dan perempuan lain yang lebih kurus atau lebih menarik.

Perbandingan penampilan yang dilakukan individu dapat menimbulkan perasaan tidak puas akan tubuhnya. Tiggemann dan Polivy (2010: 387) mengungkapkan ketika perempuan membandingkan diri mereka dengan figur lain di media, perbandingan hampir selalu dilakukan ke atas sehingga individu merasa kurang dan merasa tidak puas akan tubuhnya. Didukung oleh pendapat Tylka dan Sabik (2010: 21), perempuan yang sering terlibat dalam perbandingan fisik cenderung lebih memperhatikan bentuk tubuhnya dan merasa gagal karena tubuhnya yang tidak sesuai dengan standar ideal. Terlebih ketika mereka membandingkan tubuhnya dengan gambar-gambar yang tidak realistis di media atau dengan perempuan lain yang lebih sesuai dengan standar masyarakat. Mereka cenderung termotivasi untuk menurunkan berat badan yang mengarah pada perilaku makan yang tidak teratur. Selain itu, permasalahan citra tubuh juga berkaitan dengan gangguan psikologis, seperti depresi dan gangguan makan, seperti perilaku diet, perilaku pengendalian berat badan yang tidak sehat, serta gejala bulimia (Bucchianeri & Neumark-Sztainer, 2014: 65).

Berdasarkan teori dan penelitian yang dilakukan diperoleh hasil bahwa terbukti secara empiris komparasi sosial berperan penting dalam menyebabkan atau meningkatkan ketidakpuasan tubuh pada remaja putri. Individu dengan perilaku membandingkan diri yang tinggi akan

lebih mudah merasa tidak puas akan tubuhnya. Hal ini ditunjukkan dengan adanya upaya untuk memiliki tubuh yang kurus melalui usaha menurunkan berat badan yang tidak sehat, yang mana akan berdampak pada pola makan yang tidak sehat hingga menyebabkan gangguan makan dan gangguan psikologis.

2. Pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang

Pengujian hipotesis kedua membuahkan hasil nilai signifikansi sebesar 0,022 dan nilai t hitung sebesar 2,309. Nilai 0,022 lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dan nilai 2,309 lebih besar dari 1,65341 ($t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$) sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan media sosial Instagram berpengaruh secara signifikan terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri yang berada di SMA Negeri 8 Semarang. Dengan kata lain, hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima. Selain itu, nilai signifikansi koefisien regresi pada variabel ini adalah sebesar 21,9%.

Penelitian yang dilakukan oleh de Vries dkk. (2016) memperkuat hasil temuan dalam penelitian ini. Penelitian dengan subjek usia berkisar di angka 11-18 tahun ini menunjukkan bahwa frekuensi penggunaan media sosial Instagram berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja. Penelitian ini juga menemukan bukti bahwa remaja putri yang lebih sering menggunakan jejaring media sosial cenderung lebih tidak puas dengan tubuhnya daripada anak laki-laki (de Vries dkk. 2016: 7). Sejalan

dengan penelitian yang dilakukan oleh Engeln dkk. (2020) yang mengkaji ketidakpuasan tubuh pada wanita dengan membandingkan penggunaan pada media sosial facebook dan Instagram. Hasil studinya menunjukkan bahwa subjek yang telah menggunakan Instagram selama 7 menit mengalami penurunan kepuasan tubuh yang signifikan. Penelitian milik Vuong dkk. (2021) juga memperoleh hasil yang serupa. Hasil penelitiannya mengungkapkan penggunaan media sosial terkait penampilan berkorelasi positif dengan ketidakpuasan tubuh pada perempuan maupun laki-laki. Diikuti dengan temuan lainnya, internalisasi tubuh kurus dan berotot juga berhubungan dengan ketidakpuasan tubuh pada perempuan dan laki-laki.

Instagram merupakan media sosial berbasis gambar yang memberikan kesempatan kepada penggunanya untuk mengunggah foto-foto yang berkaitan dengan diri mereka. Media sosial Instagram menjadi salah satu medium bagi individu, khususnya perempuan dalam menginternalisasikan standar-standar kecantikan yang diyakini sebagai standar baku yang harus dicapai. Menurut Thompson dan Stice (2001: 181) internalisasi mengacu pada sejauh mana individu mendukung kecantikan ideal yang didefinisikan secara sosial sebagai keyakinan dan tujuan yang bermakna secara pribadi. Kehadiran parameter kecantikan inilah yang mengarahkan perempuan pada ketidakpuasan tubuh (Leahey dkk., 2007: 133). Tidak hanya ketidakpuasan tubuh, paparan postingan Instagram dapat menyebabkan ketidakpuasan pada wajah

(Tiggemann dkk., 2018: 96). Penggunaan Instagram yang berlebih berpotensi mengakibatkan ketidakpuasan tubuh pada individu. Diperkuat dengan pendapat Stice dkk. (2001: 271) individu yang sering terpapar penggambaran tubuh ideal dan langsing dapat menyebabkan perubahan persepsi normatif mengenai bentuk tubuh perempuan secara umum sehingga menimbulkan perasaan tidak puas akan bentuk tubuh yang dimiliki. Selain mengakibatkan ketidakpuasan tubuh, internalisasi media dalam memvisualisasikan tubuh ideal dengan tubuh kurus dapat menjadi faktor yang berdampak secara negatif misalnya, mempromosikan diet, memicu gangguan makan, hingga meningkatkan risiko gejala bulimia (Thompson & Stice, 2001: 181).

Selaras dengan teori, temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat bukti empiris intensitas penggunaan media sosial Instagram memiliki andil dalam ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang. Individu dengan intensitas penggunaan media sosial Instagram yang tinggi lebih banyak terpapar gambaran tubuh ideal di media sosial Instagram sehingga mereka cenderung merasa buruk akan tubuhnya dan merasa tidak puas akan tubuhnya. Meminimalisir durasi dan frekuensi dalam mengakses media sosial Instagram dan menggunakan Instagram secara bijak diperlukan bagi pengguna, khususnya remaja putri, sehingga remaja putri dapat memiliki persepsi citra tubuh yang positif dan merasa cukup dengan kondisi tubuh yang dimilikinya saat ini.

3. Pengaruh komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang

Variabel X dan Y dalam penelitian ini tidak hanya diuji secara parsial tetapi juga secara simultan. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis ketiga diperoleh nilai signifikansi sebesar $000 < 0,05$ ($p < 0,05$) dan f hitung sebesar $78,614 > 2,66$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang secara simultan. Berdasarkan data tersebut hipotesis ketiga dalam penelitian ini dapat diterima. Perolehan nilai *adjust R square* menunjukkan bahwa variabel komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram memberikan kontribusi pengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang sebesar 46,2% dan sisanya 53,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Menurut Van Den Berg dkk. (2002: 1007) perbandingan sosial terkait penampilan dan internalisasi informasi di media sosial berkaitan dengan ketidakpuasan tubuh. Sejalan dengan teori dan hasil temuan di atas dapat disimpulkan bahwa komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.

Terdapat berbagai faktor lainnya yang dapat memainkan peran dalam ketidakpuasan tubuh, seperti harga diri, indeks massa tubuh (BMI), dan *self compassion*. Selain itu, penggunaan media sosial lain, seperti Tik Tok juga turut berkaitan dengan ketidakpuasan tubuh individu. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Lestari dkk. (2023) mengungkapkan bahwa harga diri berkorelasi signifikan dengan ketidakpuasan tubuh pada perempuan. Semakin tinggi harga diri yang dimiliki individu, maka semakin rendah rasa ketidakpuasan terhadap tubuh. Begitupun sebaliknya.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Porras-Garcia dkk. (2020) menyuguhkan hasil bahwa individu dengan BMI yang tinggi cenderung memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang lebih tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Hati dan Soetjningsih (2022) menunjukkan terdapat hubungan negatif signifikan antara *self compassion* dengan ketidakpuasan tubuh, yang artinya semakin tinggi *self compassion* maka semakin rendah ketidakpuasan tubuh yang dialami oleh individu. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Joiner dkk. (2023) terkait pengaruh media sosial Tik Tok terhadap ketidakpuasan tubuh menunjukkan bahwa kepuasan tubuh meningkat ketika perempuan menonton video penari dengan tubuh besar dan menurun saat menonton video penari dengan tubuh kurus.

Secara keseluruhan, penelitian ini telah dilakukan sebagaimana panduan dan prosedur ilmiah yang ada. Namun, peneliti menyadari adanya

beberapa kelemahan dalam penelitian ini, antara lain subjek dalam penelitian ini hanya remaja putri dan hanya berlokasi di satu tempat sehingga respon yang diterima hanya meliputi siswi kelas 10 dan 11 di SMA Negeri 8 Semarang. Keterbatasan peneliti juga menjadi kekurangan dalam penelitian ini. Peneliti belum mampu mengkaji seluruh faktor yang memengaruhi ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang. Kemudian, dalam penelitian ini hanya media sosial Instagram yang digunakan sebagai aplikasi yang diukur intensitasnya. Kemunculan berbagai aplikasi baru menjadi menarik untuk dikaji lebih lanjut mengenai pengaruhnya terhadap ketidakpuasan tubuh.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang diperoleh hasil sebagai berikut :

- a) Komparasi sosial berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.
- b) Intensitas penggunaan media sosial Instagram berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang.
- c) Komparasi sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri SMA Negeri 8 Semarang.

Dengan kata lain, seluruh hipotesis dalam penelitian ini diterima.

B. Saran

a. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini menemukan bahwa perbandingan sosial dan intensitas penggunaan media sosial Instagram memengaruhi ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang. Bagi remaja putri diharapkan dapat meminimalisir perilaku perbandingan sosial dan menggunakan media sosial Instagram secara

bijak sehingga remaja putri dapat memiliki citra tubuh yang positif dan merasa cukup akan tubuhnya.

b. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian yang dilakukan kepada remaja putri di SMA Negeri 8 Semarang menunjukkan bahwa sebagian besar siswi berada pada kategori ketidakpuasan tubuh, komparasi sosial, dan intensitas penggunaan media sosial Instagram yang sedang sehingga diharapkan pihak sekolah dapat turut andil dalam meningkatkan kesadaran untuk memiliki gambaran tubuh yang positif, meminimalisir perilaku membandingkan, dan menggunakan Instagram secukupnya, khususnya bagi remaja putri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik menggunakan topik atau variabel yang sama mengenai ketidakpuasan tubuh, komparasi sosial, dan intensitas penggunaan media sosial Instagram dapat memperluas cakupan penelitian, seperti dengan menggunakan variabel lain yang dapat memengaruhi tingkat ketidakpuasan tubuh. Kemudian, subjek dalam penelitian ini terbatas pada satu lokasi dan hanya melibatkan subjek perempuan, sehingga peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan sebaran subjek yang lebih luas dan tidak terbatas pada subjek perempuan. Selain itu, media sosial yang dikaji dalam penelitian ini dipersempit pada aplikasi Instagram. Media sosial lainnya

yang digunakan oleh remaja saat ini dapat dikaji lebih jauh mengenai kaitannya dengan ketidakpuasan tubuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, N. (2018). *Uji normalitas data untuk penelitian*. Jayapangus Press.
- Al Aziz, A. A. (2020). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan tingkat depresi pada mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 92–107. <https://doi.org/10.21831/ap.v2i2.35100>
- Amarina, F. N., & Laksmiwati, H. (2021). Hubungan antara komparasi sosial dan body dissatisfaction pada perempuan pengguna instagram di Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(6), 1–11.
- An-Nawawi, I. (2011). *Syarah shahih muslim* (E. Fr (ed.); 1st ed.). Pustaka Azzam.
- Anggrainy, N. E. (2022). Body dissatisfaction pada wanita pengguna media sosial Instagram. *SPECTRUM: Journal of Gender and Children Studies*, 2(2), 95–104. <https://doi.org/10.30984/spectrum.v2i2.385>
- Asqalani, I. H. Al. (2009). *Fathul baari 31 : Shahih bukhari*. Pustaka Azzam.
- Azwar, S. (2012a). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012b). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent development (perkembangan remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Brahmini, Budha, Ayu, I., & Supriyadi, D. (2019). Kontribusi intensitas komunikasi di media sosial Instagram terhadap citra tubuh remaja perempuan pelajar SMA di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01), 109. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i01.p11>

- Brown, Z., & Tiggemann, M. (2016). Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women's mood and body image. *Body Image, 19*, 37–43. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.007>
- Bucchianeri, M. M., & Neumark-Sztainer, D. (2014). Body dissatisfaction: An overlooked public health concern. *Journal of Public Mental Health, 13*(2), 64–69. <https://doi.org/10.1108/JPMH-11-2013-0071>
- Buunk, B. P., Collins, R. L., Taylor, S. E., VanYperen, N. W., & Dakof, G. A. (1990). The affective consequences of social comparison: Either direction has its ups and downs. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(6), 1238–1249. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.6.1238>
- Carr, C. T., & Hayes, R. A. (2015). Social media: Defining, developing, and divining. *Atlantic Journal of Communication, 23*(1), 46–65. <https://doi.org/10.1080/15456870.2015.972282>
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. The Guilford Press.
- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus lengkap psikologi*. Rajawali Press.
- Chen, H., & Jackson, T. (2012). Gender and age group differences in mass media and interpersonal influences on body dissatisfaction among chinese adolescents. *Sex Roles, 66*(1–2), 3–20. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-0056-8>
- Chu, S. C., Windels, K., & Kamal, S. (2016). The influence of self-construal and materialism on social media intensity: A study of China and the United States. *International Journal of Advertising, 35*(3), 569–588.

<https://doi.org/10.1080/02650487.2015.1068425>

Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body Image*, 23, 183–187. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.002>

Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairbum, C. G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494.

Croll, J. (2005). Body image and adolescents. *Guidelines for Adolescent Nutrition Services*, 155–166 . .

de Vries, D. A., Peter, J., de Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents' social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: Testing a mediation model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>

Dijkstra, P., Gibbons, F. X., & Buunk, A. P. (2011). Social Comparison. In James E. M(Ed.), *Social Psychological Foundations of Clinical Psychology* (pp. 195–211). Guilford Press.

Engeln, R., Loach, R., Imundo, M. N., & Zola, A. (2020). Compared to Facebook, Instagram use causes more appearance comparison and lower body satisfaction in college women. *Body Image*, 34, 38–45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.04.007>

Fajri Muttaqien, A., Hibatullah, F., & Wulandari, R. (2022). Efektivitas media sosial instagram terhadap pengungkapan diri. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan*

- Media Sosial (JKOMDIS)*, 2(3), 370.
<https://doi.org/10.47233/jkomdis.v2i1.396>
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38–45.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Fardouly, J., Willburger, B. K., & Vartanian, L. R. (2018). Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *New Media and Society*, 20(4), 1380–1395.
<https://doi.org/10.1177/1461444817694499>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison: processes human relations. *Human Relations*, 7(2), 117–140.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fhadila, K. D. (2018). Menyikapi perubahan perilaku remaja. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia - JPGI*. 2(2). .
- Fida, A., & Katsir, I. (2017). *Tafsir ibnu katsir*. Insan Kamil.
- Fitzsimmons Craft, E. E., Bardone Cone, A. M., Wonderlich, S. A., Crosby, R. D., Engel, S. G., & Bulik, C. M. (2015). The relationships among social comparisons, body surveillance, and body dissatisfaction in the natural environment. *Behavior Therapy*, 46(2), 257–271.
<https://doi.org/10.1016/j.beth.2014.09.006>
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 26*. Badan Penerbit - Universitas Diponegoro.

- Gilbert, P., & Miles, J. (2002). *Body shame : Conceptualisation, research, and treatment*. Brunner-Routledge.
- Griffiths, S., Murray, S. B., Krug, I., & McLean, S. A. (2018). The contribution of social media to body dissatisfaction, eating disorder symptoms, and anabolic steroid use among sexual minority men. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(3), 149–156. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0375>
- Grogan, S. (1999). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children, fourth edition*. British Library Cataloguing in Publication Data. <https://doi.org/10.4324/9781003100041>
- Grogan, S. (2008). Body Image. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Hall, M. (2009). Predictors of body dissatisfaction among adolescent females. *American Counseling Association Annual Conference and Exposition*, 6. .
- Hargittai, E., & Shafer, S. (2006). Differences in actual and perceived online skills: The role of gender. *Social Science Quarterly*, 87(2), 432–448. <https://doi.org/10.1111/j.1540-6237.2006.00389.x>
- Hati, C. I. P., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Hubungan self compassion dengan body dissatisfaction pada dewasa awal pengguna instagram. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi)*, 13(2), 99–114. <https://doi.org/10.24036/rapun.v13i2>.
- Hendrickse, J., Arpan, L. M., Clayton, R. B., & Ridgway, J. L. (2017). Instagram and college women's body image: Investigating the roles of appearance-related comparisons and intrasexual competition. *Computers in Human*

- Behavior*, 74, 92–100. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.04.027>
- Hogan, M. J., & Strasburger, V. C. (2008). Body image, eating disorder, and the media. *Adolesc Med*, 19, 521–546. [https://doi.org/.](https://doi.org/)
- Hughes, E. K., Mundy, L. K., Romaniuk, H., Sawyer, S. M., Wake, M., Williams, J., Olds, T., Allen, N. B., & Patton, G. C. (2018). Body image dissatisfaction and the adrenarchal transition. *Journal of Adolescent Health*, 63(5), 621–627. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.05.025>
- Husni, H. K. (2014). *Pengaruh komparasi sosial pada model dalam iklan kecantikan di televisi terhadap body image remaja putri yang obesitas*. 3(3), 207–212. .
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Prenademia Group.
- Joiner, R., Mizen, E., Pinnell, B., Siddique, L., Bradley, A., & Trevalyen, S. (2023). The effect of different types of TikTok dance challenge videos on young women's body satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 147(June), 107856. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107856>
- Jones, A. M., & Buckingham, J. T. (2005). Social comparisons of attractiveness self-esteem as a moderator of the effect of social comparison on women's body image. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(8), 1164–1187. <https://guilfordjournals.com/doi/pdf/10.1521/jscp.2005.24.8.1164>
- Jones, D. C. (2001). Social comparison and body image: attractiveness comparison to models and peers among adolescent girl and boys. *Sex Roles*, 45(9–10), 645–664.
- Keery, H., van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the

- Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1(3), 237–251. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.03.001>
- Kurniawan, R., & Yuniarto, B. (2016). *Analisis regresi: Dasar dan penerapannya dengan R. KENCANA*.
- Kyes, R. L. (2012). *APA Dictionary of Psychology*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1515/9783111704227.1>
- Leahey, T. M., Crowther, J. H., & Mickelson, K. D. (2007). The frequency, nature, and effects of naturally occurring appearance-focused social comparisons. *Behavior Therapy*, 38(2), 132–143. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2006.06.004>
- Lestari, S., Matulesy, A., & Pratitis, N. (2023). Ketidakpuasan tubuh mahasiswi: Bagaimana peranan harga diri? *SUKMA : Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 218–226. <https://doi.org/10.30996/sukma.v3i2.7725>
- Lev-Ari, L., Baumgarten-Katz, I., & Zohar, A. H. (2014). Show me your friends, and i shall show you who you are: The way attachment and social comparisons influence body dissatisfaction. *European Eating Disorders Review*, 22(6), 463–469. <https://doi.org/10.1002/erv.2325>
- Levine, M. P., & Murnen, S. K. (2009). “Everybody knows that mass media are/are not [pick one] a cause of eating disorders”: A Critical Review of vin Females. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(1), 9–42.
- Littleton, H. L., & Ollendick, T. (2003). Negative body image and disordered eating behavior in children and adolescents: What places youth at risk and

- how can these problems be prevented? *Clinical Child and Family Psychology Review*, 6(1), 51–66. <https://doi.org/10.1023/A:1022266017046>
- Lwin, M. O., & Malik, S. (2012). *The Role of Media Exposure , Peers , and Family on Body Dissatisfaction amongst Boys and Girls in Singapore. November 2014*, 37–41. <https://doi.org/10.1080/17482798.2011.633406>
- Maimunah, S., & Yohana, S. (2021). Hubungan media sosial dengan body dissatisfaction pada mahasiswa perempuan di kota Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 224–233. .
- Manullang, K. K. B. (2017). Pengaruh intensitas penggunaan jejaring sosial dan kematangan emosi terhadap kepedulian sosial. *Psikoborneo*, 5(7), 479–489. .
- Matondang, Z. (2009). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal Tabularasa PPS UNIMED*, 6(1), 87–97. <https://doi.org/10.4028/www.scientific.net/AMM.496-500.1510>
- Middleton, C., Veenhof, B., & Leith, J. (2010). Intensity of internet use in Canada: Understanding different types of users. *Business Special Surveys and Technology Statistics Division*, 88. http://publications.gc.ca/collections/collection_2010/statcan/88F0006X/88f0006x2010002-eng.pdf
- Mulyatiningsing, E. (2011). *Riset terapan bidang pendidikan dan teknik* (A. Nuryanto (ed.); 1st ed.). UNY Press.
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction : A meta-analytic review. *Journal of Abnormal Psychology*. 118(4), 683–698. <https://doi.org/10.1037/a0016763>

- Najla, A. D., & Zulfiana, U. (2022). Pengaruh social comparison terhadap body dissatisfaction pada laki-laki dewasa awal pengguna instagram. *Cognicia*, *10*(1), 64–71. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i1.20084>
- Nichter, M., & Nichter, M. (1991). Hype and weight. *Medical Anthropology*, *13*(3), 249–284. <https://doi.org/10.1080/01459740.1991.9966051>
- Noveri, Y. T., & Rusli, D. (2022). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kecenderungan melakukan perbandingan sosial pada remaja. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, *5*(1), 86–93.
- Nurlan, F. (2019). *Metodologi penelitian kuantitatif*. CV. Pilar Nusantara.
- Ogden, J. (2010). *The psychology of eating (from healthy to disordered behavior)*. Wiley Blackwell
- Paxton, S. J., Neumark-Sztainer, D., Hannan, P. J., & Eisenberg, M. E. (2006). Body dissatisfaction prospectively predicts depressive mood and low self-esteem in adolescent girls and boys. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, *35*(4), 539–549. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3504_5
- Pedalino, F., & Camerini, A. L. (2022). Instagram use and body dissatisfaction: the mediating role of upward social comparison with peers and influencers among young females. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph19031543>
- Porras-Garcia, B., Ferrer-Garcia, M., Yilmaz, L., Sen, Y. O., Olszewska, A., Ghita, A., Serrano-Troncoso, E., Treasure, J., & Gutiérrez-Maldonado, J.

- (2020). Body-related attentional bias as mediator of the relationship between body mass index and body dissatisfaction. *European Eating Disorders Review*, 28(4), 454–464. <https://doi.org/10.1002/erv.2730>
- Prameswari, R. T. (2020). Pengaruh perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja akhir perempuan (studi tentang physical appearance). *Cognicia*, 8(1), 90–101. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11747>
- Presnell, K., Bearman, S. K., & Stice, E. (2004). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent boys and girls: A prospective study. *International Journal of Eating Disorders*, 36(4), 389–401. <https://doi.org/10.1002/eat.20045>
- Prima, E., & Sari, E. P. (2015). Hubungan antara body dissatisfaction dengan kecenderungan perilaku diet. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 17–30. .
- Priyatno, D. (2018). *SPSS panduan mudah olah data bagi mahasiswa dan umum*. Penerbit ANDI (Anggota IKAPI).
- Putra, J. S. (2018). Peran syukur sebagai moderator pengaruh perbandingan sosial terhadap self-esteem pada remaja pengguna media sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2650>
- Rahardjo, W., & Mulyani, I. (2020). Instagram addiction in teenagers: The role of type D personality, self-esteem, and fear of missing out. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 29. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.4916>
- Reel, J., Voelker, D., & Greenleaf, C. (2015). Weight status and body image

- perceptions in adolescents: current perspectives. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 6, 149. <https://doi.org/10.2147/ahmt.s68344>
- Richards, M. H., Boxer, A. W., Petersen, A. C., & Albrecht, R. (1990). Relation of weight to body image in pubertal girls and boys from two communities. *Developmental Psychology*, 26(2), 313–321. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.26.2.313>
- Rosen, J. C., Reiter, J., & Orosan, P. (1995). Cognitive-behavioral body image therapy for body dysmorphic disorder. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 63(2), 263–269. .
- Salomon, D. (2013). Moving on from Facebook : Using Instagram to connect with undergraduates and engage in teaching and learning. *College & Research Libraries News*, 74(8), 408–412. <https://doi.org/https://doi.org/10.5860/crln.74.8.8991>
- Santoso, V., Fauzia, R., & Rusli, D. R. (2019). Hubungan antara kepuasan citra tubuh dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada wanita dewasa awal di kota Banjarbaru. *Jurnal Kognisia*, 2(1), 55–60.
- Santrock, J. W. (2011). Life-span development. McGraw-Hil.
- Sarwer, D. B., Wadden, T. A., & Foster, G. D. (1998). Assessment of body image dissatisfaction in obese women: Specificity, severity, and clinical significance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(4), 651–654. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.66.4.651>
- Sarwono, J. (2018). *Statistik untuk riset skripsi*. Penerbit ANDI (Anggota IKAPI).
- 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>
- Schaefer, M. K., & Blodgett, E. H. (2014). The connection of teasing by parents, siblings, and peers with girls' body dissatisfaction and boys' drive for muscularity: The role of social comparison as a mediator. *Eating Behaviors* 15, 599–608. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.08.018>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1983). Self-directed attention and the comparison of self with standards. *Journal of Experimental Social Psychology*, 19(3), 205–222. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(83\)90038-0](https://doi.org/10.1016/0022-1031(83)90038-0)
- Scully, M., Swords, L., & Nixon, E. (2020). Social comparisons on social media: Online appearance-related activity and body dissatisfaction in adolescent girls. *Irish Journal of Psychological Medicine*. <https://doi.org/10.1017/ipm.2020.93>
- Sinambela, L. P., & Sinambela, S. (2021). *Metode penelitian kuantitatif*. PT Rajagrafindo Persada.
- Stice, E., & Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research*. 53, 985–993.
- Stice, E., Spangler, D., & Agras, W. S. (2001). Exposure to media-portrayed thin-ideal images adversely affects vulnerable girls: A longitudinal experiment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(3), 270–288. <https://doi.org/10.1521/jscp.20.3.270.22309>
- Strahan, E. J., Wilson, A. E., Cressman, K. E., & Buote, V. M. (2006). Comparing

- to perfection: How cultural norms for appearance affect social comparisons and self-image. *Body Image*, 3(3), 211–227.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2006.07.004>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan tindakan*. ALFABETA.
- Sugiyono, D. (2018). *Statistik nonparametris untuk penelitian*. ALFABETA.
- Sulistyo, P. T. S., Sukamto, M. E., & Ibrahim, N. (2022). Social media pressure and the body dysmorphic disorder tendency in women: The mediating role of perfectionism. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 137–152.
<https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.10637>
- Suls, J., Martin, R., Wheeler, L., Suls, J., Martin, R., & Wheeler, L. (2002). Current Directions in Psychological Science Social Comparison: Why, With, Whom, and With What Effect?. *SAGE Publication*.
<https://doi.org/10.1111/1467-8721.00191>
- Sumali, E., Sukamto, M., & Mulya, T. (2008). Efektivitas hipnoterapi terhadap penurunan body dissatisfaction pada remaja akhir. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 5(1), 47–57.
- Sunartio, L., Sukamto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Social comparison dan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal. *Humanitas*, IX(2), 157–168.
<https://doi.org/10.1017/9781108758796.015>
- Thompson, J. K., & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 181–183.

<https://doi.org/10.1111/1467-8721.00144>

- Thompson, J. K., Van Den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A. S., & Heinberg, L. J. (2004). The Sociocultural attitudes towards appearance scale-3 (SATAQ-3): development and validation. *International Journal of Eating Disorders*, *35*(3), 293–304. <https://doi.org/10.1002/eat.10257>
- Tiggemann, M., Hayden, S., Brown, Z., & Veldhuis, J. (2018). The effect of Instagram “likes” on women’s social comparison and body dissatisfaction. *Body Image*, *26*, 90–97. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.07.002>
- Tiggemann, M., & Polivy, J. (2010). Upward and downward: Social comparison processing of thin idealized media images. *Psychology of Women Quarterly*, *34*(3), 356–364. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2010.01581.x>
- Tylka, T. L., & Sabik, N. J. (2010). Integrating social comparison theory and self-esteem within objectification theory to predict women’s disordered eating. *Sex Roles*, *63*(1), 18–31. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9785-3>
- V. Wood, J. (1989). Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological Bulletin*, *106*(2), 231–248.
- Van Den Berg, P., Thompson, J. K., Obremski-Brandon, K., & Covert, M. (2002). The Tripartite Influence model of body image and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation testing the mediational role of appearance comparison. *Journal of Psychosomatic Research*, *53*(5), 1007–1020. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(02\)00499-3](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(02)00499-3)
- Vuong, A. T., Jarman, H. K., Doley, J. R., & McLean, S. A. (2021). Social media use and body dissatisfaction in adolescents: The moderating role of thin-and

- muscular-ideal internalisation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24).
<https://doi.org/10.3390/ijerph182413222>
- Wahyuni, R., & Harmaini. (2017). Hubungan intensitas menggunakan facebook dengan kecenderungan nomophobia pada remaja correlation of facebook use intensity with tendency becoming nomophobia on adolescent. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 22–29.
- Wheeler, L., & Miyake, K. (1992). Social comparison in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(5), 760–773.
- Widana, W., & Muliani, P. L. (2020). *Uji persyaratan analisis*. Klik Media.
- Widarjono, A. (2018). *Analisis Regresi dengan SPSS*. UPP STIM YKPN.
- Widi, S. (2023, Februari 03). *Pengguna Media Sosial di Indonesia Sebanyak 167 Juta pada 2023*. DataIndonesia.id.
<https://dataindonesia.id/internet/detail/pengguna-media-sosial-di-indonesia-sebanyak-167-juta-pada-2023>
- Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90(2), 245–271. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.4.865>
- Wood, J. V. (1996). What is social comparison and how should we study it? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(5), 520–537.
<https://doi.org/10.1177/0146167296225009>
- Yusup, F. (2018). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1), 17–23.

<https://doi.org/10.21831/jorpres.v13i1.12884>

LAMPIRAN

Lampiran 1 *Blue Print* Penelitiana) *Blue Print* Ketidakpuasan Tubuh

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penilaian tubuh yang negatif	Memiliki penilaian negatif akan tubuh secara menyeluruh	(1) Saya merasa memiliki banyak kekurangan pada tubuh saya	(4) Saya menyukai bentuk tubuh saya saat ini	4
			(9) Saya sering mengeluhkan kekurangan tubuh saya pada orang lain	(10) Tubuh saya saat ini membuat saya merasa senang	
		Memiliki penilaian negatif akan bagian tubuh tertentu	(11) Saya merasa ada bagian tertentu pada tubuh saya yang ingin saya ubah	(6) Saya merasa puas pada bagian tubuh tertentu yang saya miliki	4
			(15) Saya memiliki bagian tubuh yang kurang saya sukai	(16) Bagian tertentu pada tubuh saya membuat saya merasa bangga	
2.	Adanya perasaan malu ketika berada di lingkungan sosial	Merasa tidak percaya diri dan rendah diri akan tubuh yang dimiliki	(5) Saya merasa malu dengan tubuh saya	(18) Saya merasa percaya diri dengan tubuh saya	4
			(17) Saya merasa tubuh orang lain lebih baik dari saya	(2) Saya merasa memiliki tubuh yang ideal	
		Merasa penampilannya akan dinilai oleh orang lain	(13) Saya merasa orang lain akan menilai penampilan saya sehingga saya harus selalu tampil menarik	(8) Saya berpenampilan sesuai dengan keinginan saya, tanpa memikirkan penilaian orang lain	4
			(3) Penilaian orang lain terhadap	(12) Penilaian orang lain terhadap	

			penampilan saya menjadi hal penting bagi saya	penampilan saya bukanlah hal yang penting	
3.	<i>Body checking</i>	Memastikan tidak ada kekurangan pada bagian tubuh secara terus-menerus	(7) Saya menghabiskan banyak waktu di depan cermin untuk melihat tubuh saya	(14) Saya merasa memiliki penampilan yang menarik	4
			(23) Saya sering menimbang berat badan saya	(34) Berat badan saya saat ini sudah sesuai dengan keinginan saya	
		Memeriksa bagian tubuh yang kurang menarik secara terus-menerus	(29) Saya memastikan berkali-kali jerawat yang terdapat wajah saya	(20) Saya merasa percaya diri meskipun terdapat jerawat pada wajah saya	4
			(31) Saya memerlukan pendapat orang lain untuk menilai penampilan saya	(24) Saya kurang memperhatikan penampilan saya	
4.	Kamuflase tubuh	Menyamarkan bagian tubuh yang dirasa kurang dengan pakaian atau riasan	(21) Saya menggunakan produk kecantikan untuk memudahkan bekas jerawat pada wajah saya	(36) Saya merasa nyaman dengan wajah saya meskipun tanpa riasan	4
			(25) Saya mengenakan pakaian yang dapat menutupi kekurangan pada tubuh saya	(22) Kekurangan pada tubuh saya bukanlah sesuatu yang harus saya tutupi	
		Melakukan usaha untuk merubah bagian tubuh yang dirasa kurang sebagai	(33) Saya merasa lebih nyaman ketika menggunakan <i>make up</i> ketimbang tidak	(32) Saya menyukai bentuk tubuh saya saat ini sehingga saya merasa tidak	4

		usaha penyamaran	menggunakannya	perlu untuk mengubahnya	
			(35) Saya menggunakan <i>make up</i> untuk menutupi jerawat pada wajah saya	(26) Saya senang tampil apa adanya	
5.	Menghindari kegiatan dan kontak fisik dengan orang lain	Merasa malas untuk beraktifitas yang melibatkan orang lain	(27) Saya enggan terlibat dalam kegiatan sosial saat terdapat jerawat pada wajah saya	(30) Saya senang melibatkan diri ke dalam kegiatan sosial	4
			(37) Saya menghindari kegiatan yang berhubungan dengan orang lain karena penampilan saya	(28) Penampilan saya membuat saya percaya diri dalam berkegiatan sosial	
		Menghindari kontak fisik dengan orang lain	(39) Karena penampilan saya, saya menghindari untuk bertemu orang lain	(40) Saya senang berinteraksi dengan orang lain	4
			(19) Saya membatasi diri untuk berinteraksi dengan orang lain karena penampilan saya	(38) Penampilan saya memudahkan saya untuk berinteraksi dengan orang lain	
Total					40

b) *Blue Print* Komparasi Sosial

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Tinggi badan	Membandingkan tinggi badan yang dimiliki dengan orang lain	(7) Saya terlihat kurang menarik di antara teman-teman saya, karena tinggi badan saya	(4) Saya tetap percaya diri dengan tinggi saya meskipun saya terlihat kecil di antara teman-	8

				teman saya	
			(11) Saya sulit menyukai tinggi badan saya karena saya terlihat begitu pendek di antara orang lain di sekitar saya	(10) Saya merasa senang dengan tinggi badan saya yang sesuai dengan standar ideal	
			(1) Saya merasa tinggi saya tidak ideal	(16) Di antara teman-teman saya, saya terlihat paling menonjol karena tinggi badan saya	
			(13) Tinggi badan saya sedikit lebih pendek dari teman-teman dan orang di sekitar saya	(18) Saya menyukai tinggi badan saya karena melebihi orang lain di sekitar saya	
2.	Berat Badan	Membandingkan berat badan yang dimiliki dengan orang lain	(31) Dibandingkan dengan orang lain di sekitar saya, saya memiliki berat badan yang berlebih	(2) Menyadari bahwa terdapat orang lain yang memiliki berat badan lebih dari saya, membuat saya merasa lega	8
			(5) Saya terlihat kurang menarik dibandingkan teman-teman saya karena berat badan saya	(14) Saya menyukai berat badan saya meskipun tidak seperti orang-orang di sekitar saya	
			(15) Saya merasa malu karena berat badan saya yang membuat saya terlihat lebih besar dibandingkan teman-teman saya	(8) Dibandingkan orang lain di sekitar saya, saya memiliki berat badan yang ideal	
			(17) Saya merasa khawatir karena berat badan saya berbeda jauh dengan teman	(30) Saya merasa puas mengetahui berat badan saya hampir sama dengan teman	

			saya	saya	
3.	Bentuk Tubuh	Membandingkan bentuk tubuh yang dimiliki dengan orang lain	(3) Melihat foto di media sosial membuat saya merasa bentuk tubuh saya tidak proporsional	(12) Saya merasa lega mengetahui bentuk tubuh saya mirip seperti teman-teman saya	8
			(9) Bentuk tubuh saya membuat saya malu mengenakan pakaian modis seperti teman-teman saya	(6) Saya percaya diri dengan bentuk tubuh saya meskipun tidak terlihat seperti model atau selebriti	
			(21) Dibandingkan dengan teman-teman saya, saya terlihat memiliki tubuh yang kurang menarik	(24) Di antara teman-teman saya, saya memiliki bentuk tubuh yang ideal	
			(29) Saya merasa takut bentuk tubuh saya tidak seperti kebanyakan orang	(26) Melihat orang di sekitar saya, membuat saya merasa senang dengan bentuk tubuh saya saat ini	
4.	Wajah	Membandingkan wajah yang dimiliki dengan orang lain	(25) Dibandingkan orang-orang di sekitar saya, saya merasa memiliki wajah yang berjerawat	(22) Saya merasa puas dengan wajah saya saat ini meskipun tidak seperti model atau selebriti	8
			(27) Saya merasa khawatir karena wajah saya tidak proporsional seperti teman-teman saya	(32) Dibandingkan orang di sekitar saya, saya memiliki wajah yang proporsional	
			(19) Saya merasa takut apabila saya memiliki wajah yang kurang menarik	(28) Di antara teman-teman saya, saya terlihat paling menarik karena wajah saya	

			dibandingkan orang-orang di sekitar saya		
			(23) Saya merasa pipi saya terlihat lebih tembam dibandingkan teman-teman saya	(20) Melihat foto di media sosial membuat saya merasa senang dengan wajah saya saat ini	
		Total			32

c) *Blue Print* Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

No	Aspek	Indikator	Pernyataan		Jml
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Durasi (<i>duration</i>)	Berapa lama waktu yang dihabiskan dalam bermain instagram.	(13) Saya menghabiskan waktu lebih 3 jam sehari untuk bermain sosial media instagram	(16) Saya menggunakan aplikasi instagram kurang dari 2 jam sehari	12
			(7) Dalam satu minggu, saya bermain instagram lebih dari 5 jam	(2) Saya bermain instagram kurang dari 5 jam per-minggu	
			(5) Postingan di aplikasi instagram membuat saya betah berlama-lama mengakses media sosial instagram	(6) Bermain media sosial instagram terlalu lama membuat saya bosan	
			(15) Bermain media sosial instagram membuat saya menunda kegiatan	(12) Saya dapat mengendalikan diri saya untuk bermain media sosial instagram secukupnya	
			(19) Saya menghabiskan waktu lebih dari 10 menit untuk melihat instagram <i>story</i>	(24) Saya menggunakan fitur <i>time limit</i> di instagram	
			(9) Saya	(20) Saya memilih	

			mengakses instagram tanpa batasan waktu tertentu	menghabiskan waktu dengan berkegiatan ketimbang bermain instagram	
2.	Frekuensi (<i>frequency</i>)	Seberapa sering individu mengakses instagram.	(21) Dalam sehari saya mampu mengakses instagram lebih dari 20 kali	(4) Saya mengakses media sosial instagram kurang dari 20 kali dalam sehari	12
			(17) Saya merasa gelisah ketika tidak membuka media sosial instagram dalam sehari	(8) Saya mampu untuk tidak mengakses media sosial instagram dalam sehari	
			(23) Saya sering membuka aplikasi instagram meskipun tidak ada notifikasi	(14) Saya hanya membuka instagram ketika terdapat notifikasi	
			(11) Saya membuka aplikasi instagram lebih dari 10 kali dalam kurun waktu satu jam	(22) Dalam satu jam saya mengakses instagram kurang dari 10 kali	
			(3) Saya mengakses media sosial instagram di tengah jam pelajaran	(10) Saya menghindari untuk tidak membuka media sosial instagram saat pelajaran berlangsung	
			(1) Di antara media sosial lain, saya paling sering mengakses aplikasi instagram	(18) Saya lebih memilih menggunakan media sosial lain ketimbang media sosial instagram	
Total					24

Lampiran 2 Uji Skala Penelitian

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Perkenalkan, Saya Keumala Rizqi, mahasiswi Psikologi UIN Walisongo Semarang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk tugas akhir (skripsi) saya. Saya mengharapkan ketersediaan anda untuk mengisi skala penelitian ini. Bacalah petunjuk pengisian sebelum mengisi kuisioner ini :

- 1) Di bawah ini telah tersedia pernyataan-pernyataan yang menggambarkan diri anda.
- 2) Terdapat empat pilihan jawaban sebagai berikut :
 - 1 : Sangat Tidak Sesuai
 2. Tidak Sesuai
 - 3 : Sesuai
 - 4 : Sangat Sesuai
- 3) Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan anda saat ini dengan cara memberi tanda ceklis (√) pada kolom jawaban.
- 4) Tidak ada jawaban yang benar atau salah, sehingga anda tidak perlu merasa ragu dalam menjawab.
- 5) Jawablah pernyataan dengan jujur dan pastikan semua nomor telah terisi.
- 6) Informasi dan jawaban dalam penelitian ini dijaga kerahasiaannya sesuai kode etik dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.

Saya mengucapkan terima kasih atas kesediaan dan partisipasi anda. Setiap jawaban yang diberikan merupakan bentuk kontribusi yang sangat penting bagi penelitian ini.

Wassalamu'alaikum Warahwatullahi Wabarakatuh

Salam Hormat,

Keumala Rizqi

a) Skala Ketidakpuasan Tubuh

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa memiliki banyak kekurangan pada tubuh saya				
2.	Saya merasa memiliki tubuh yang ideal				
3.	Penilaian orang lain terhadap penampilan saya menjadi hal penting bagi saya				
4.	Saya menyukai bentuk tubuh saya saat ini				
5.	Saya merasa malu dengan tubuh saya				
6.	Saya merasa puas pada bagian tubuh tertentu yang saya miliki				
7.	Saya menghabiskan banyak waktu di depan cermin untuk melihat tubuh saya				
8.	Saya berpenampilan sesuai dengan keinginan saya, tanpa memikirkan penilaian orang lain				
9.	Saya sering mengeluhkan kekurangan tubuh saya pada orang lain				
10.	Tubuh saya saat ini membuat saya merasa senang				
11.	Saya merasa ada bagian tertentu pada tubuh saya yang ingin saya ubah				
12.	Penilaian orang lain terhadap penampilan saya bukanlah hal yang penting				
13.	Saya merasa orang lain akan menilai penampilan saya sehingga saya harus selalu tampil menarik				
14.	Saya merasa memiliki penampilan yang menarik				
15.	Saya memiliki bagian tubuh yang kurang saya sukai				
16.	Bagian tertentu pada tubuh saya membuat saya merasa bangga				
17.	Saya merasa tubuh orang lain lebih baik dari saya				
18.	Saya merasa percaya diri dengan tubuh saya				
19.	Saya membatasi diri untuk berinteraksi dengan orang lain karena penampilan saya				
20.	Saya merasa percaya diri meskipun terdapat jerawat pada wajah saya				
21.	Saya menggunakan produk kecantikan untuk memudarkan bekas jerawat pada wajah saya				
22.	Kekurangan pada tubuh saya bukanlah sesuatu yang harus saya tutupi				
23.	Saya sering menimbang berat badan saya				
24.	Saya kurang memperhatikan penampilan saya				
25.	Saya mengenakan pakaian yang dapat menutupi kekurangan pada tubuh saya				
26.	Saya senang tampil apa adanya				
27.	Saya enggan terlibat dalam kegiatan sosial saat				

	terdapat jerawat pada wajah saya				
28.	Penampilan saya membuat saya percaya diri dalam berkegiatan sosial				
29.	Saya memastikan berkali-kali jerawat yang terdapat wajah saya				
30.	Saya senang melibatkan diri ke dalam kegiatan sosial				
31.	Saya memerlukan pendapat orang lain untuk menilai penampilan saya				
32.	Saya menyukai bentuk tubuh saya saat ini sehingga saya merasa tidak perlu untuk mengubahnya				
33.	Saya merasa lebih nyaman ketika menggunakan <i>make up</i> ketimbang tidak menggunakannya				
34.	Berat badan saya saat ini sudah sesuai dengan keinginan saya				
35.	Saya menggunakan <i>make up</i> untuk menutupi jerawat pada wajah saya				
36.	Saya merasa nyaman dengan wajah saya meskipun tanpa riasan				
37.	Saya menghindari kegiatan yang berhubungan dengan orang lain karena penampilan saya				
38.	Penampilan saya memudahkan saya untuk berinteraksi dengan orang lain				
39.	Karena penampilan saya, saya menghindari untuk bertemu orang lain				
40.	Saya senang berinteraksi dengan orang lain				

b) Skala Komparasi Sosial

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa tinggi saya tidak ideal				
2.	Menyadari bahwa terdapat orang lain yang memiliki berat badan lebih dari saya, membuat saya merasa lega				
3.	Melihat foto di media sosial membuat saya merasa bentuk tubuh saya tidak proporsional				
4.	Saya tetap percaya diri dengan tinggi saya meskipun saya terlihat kecil di antara teman-teman saya				
5.	Saya terlihat kurang menarik dibandingkan teman-teman saya karena berat badan saya				
6.	Saya percaya diri dengan bentuk tubuh saya meskipun tidak terlihat seperti model atau selebriti				

7.	Saya terlihat kurang menarik di antara teman-teman saya, karena tinggi badan saya				
8.	Dibandingkan orang lain di sekitar saya, saya memiliki berat badan yang ideal				
9.	Bentuk tubuh saya membuat saya malu mengenakan pakaian modis seperti teman-teman saya				
10.	Saya merasa senang dengan tinggi badan saya yang sesuai dengan standar ideal				
11.	Saya sulit menyukai tinggi badan saya karena saya terlihat begitu pendek di antara orang lain di sekitar saya				
12.	Saya merasa lega mengetahui bentuk tubuh saya mirip seperti teman-teman saya				
13.	Tinggi badan saya sedikit lebih pendek dari teman-teman dan orang di sekitar saya				
14.	Saya menyukai berat badan saya meskipun tidak seperti orang-orang di sekitar saya				
15.	Saya merasa malu karena berat badan saya yang membuat saya terlihat lebih besar dibandingkan teman-teman saya				
16.	Di antara teman-teman saya, saya terlihat paling menonjol karena tinggi badan saya				
17.	Saya merasa khawatir karena berat badan saya berbeda jauh dengan teman saya				
18.	Saya menyukai tinggi badan saya karena melebihi orang lain di sekitar saya				
19.	Saya merasa takut apabila saya memiliki wajah yang kurang menarik dibandingkan orang-orang di sekitar saya				
20.	Melihat foto di media sosial membuat saya merasa senang dengan wajah saya saat ini				
21.	Dibandingkan dengan teman-teman saya, saya terlihat memiliki tubuh yang kurang menarik				
22.	Saya merasa puas dengan wajah saya saat ini meskipun tidak seperti model atau selebriti				
23.	Saya merasa pipi saya terlihat lebih tembam dibandingkan teman-teman saya				
24.	Di antara teman-teman saya, saya memiliki bentuk tubuh yang ideal				
25.	Dibandingkan orang-orang di sekitar saya, saya merasa memiliki wajah yang berjerawat				
26.	Melihat orang di sekitar saya, membuat saya merasa senang dengan bentuk tubuh saya saat ini				
27.	Saya merasa khawatir karena wajah saya tidak				

	proporsional seperti teman-teman saya				
28.	Di antara teman-teman saya, saya terlihat paling menarik karena wajah saya				
29.	Saya merasa takut bentuk tubuh saya tidak seperti kebanyakan orang				
30.	Saya merasa puas mengetahui berat badan saya hampir sama dengan teman saya				
31.	Dibandingkan dengan orang lain di sekitar saya, saya memiliki berat badan yang berlebih				
32.	Dibandingkan orang di sekitar saya, saya memiliki wajah yang proporsional				

c) Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Di antara media sosial lain, saya paling sering mengakses aplikasi instagram				
2.	Saya bermain instagram kurang dari 5 jam per-minggu				
3.	Saya mengakses media sosial instagram di tengah jam pelajaran				
4.	Saya mengakses media sosial instagram kurang dari 20 kali dalam sehari				
5.	Postingan di aplikasi instagram membuat saya betah berlama-lama mengakses media sosial instagram				
6.	Bermain media sosial instagram terlalu lama membuat saya bosan				
7.	Dalam satu minggu, saya bermain instagram lebih dari 5 jam				
8.	Saya mampu untuk tidak mengakses media sosial instagram dalam sehari				
9.	Saya mengakses instagram tanpa batasan waktu tertentu				
10.	Saya menghindari untuk tidak membuka media sosial instagram saat pelajaran berlangsung				
11.	Saya membuka aplikasi instagram lebih dari 10 kali dalam kurun waktu satu jam				
12.	Saya dapat mengendalikan diri saya untuk bermain media sosial instagram secukupnya				
13.	Saya menghabiskan waktu lebih 3 jam sehari untuk bermain sosial media instagram				
14.	Saya hanya membuka instagram ketika terdapat notifikasi				
15.	Bermain media sosial instagram membuat saya				

	menunda kegiatan				
16.	Saya menggunakan aplikasi instagram kurang dari 2 jam sehari				
17.	Saya merasa gelisah ketika tidak membuka media sosial instagram dalam sehari				
18.	Saya lebih memilih menggunakan media sosial lain ketimbang media sosial instagram				
19.	Saya menghabiskan waktu lebih dari 10 menit untuk melihat instagram <i>story</i>				
20.	Saya memilih menghabiskan waktu dengan berkegiatan ketimbang bermain instagram				
21.	Dalam sehari saya mampu mengakses instagram lebih dari 20 kali				
22.	Dalam satu jam saya mengakses instagram kurang dari 10 kali				
23.	Saya sering membuka aplikasi instagram meskipun tidak ada notifikasi				
24.	Saya menggunakan fitur <i>time limit</i> di instagram				

Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas

a) Total Skor Subjek Penelitian

Responden	Ketidakpuasan Tubuh	Komparasi Sosial	Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram
1	69	58	37
2	60	53	35
3	63	57	29
4	85	63	40
5	63	41	37
6	65	69	26
7	67	56	33
8	76	60	41
9	66	48	33
10	49	27	36
11	70	66	33
12	65	53	32
13	72	69	37
14	63	48	28
15	48	31	46
16	60	52	35
17	67	50	27
18	70	48	46
19	48	46	43
20	64	47	39
21	76	59	30
22	54	47	29
23	65	45	26
24	65	56	47
25	52	70	24
26	58	53	38
27	78	69	42
28	75	64	29
29	74	63	28
30	67	63	30
31	50	36	40
32	56	55	41
33	82	50	27
34	84	71	39
35	69	63	32
36	49	44	32
37	51	44	34

38	62	49	37
39	75	68	27
40	55	35	46
41	66	56	46
42	56	53	34
43	64	61	35
44	60	51	31
45	62	55	33
46	74	82	43
47	62	52	35
48	67	53	30
49	76	56	34
50	70	57	39
51	67	53	37
52	58	61	25
53	64	57	33
54	55	45	35
55	72	57	36
56	58	53	38
57	60	53	29
58	45	40	29
59	59	55	32
60	51	57	25
61	53	43	32
62	85	65	36
63	64	58	31
64	66	53	34
65	69	58	30
66	65	57	36
67	55	53	28
68	68	64	34
69	49	45	28
70	46	40	38
71	49	46	21
72	55	47	32
73	61	52	17
74	58	46	27
75	67	56	34
76	61	46	40
77	74	61	38
78	63	52	36
79	60	50	32

80	49	45	29
81	72	61	37
82	49	41	31
83	71	57	31
84	62	56	35
85	75	58	35
86	69	51	31
87	69	55	36
88	72	74	34
89	59	46	50
90	76	75	28
91	50	47	35
92	48	43	30
93	73	68	29
94	64	48	23
95	45	54	27
96	60	48	41
97	78	65	29
98	66	58	32
99	78	69	28
100	78	55	33
101	76	57	28
102	77	63	26
103	61	47	33
104	59	47	33
105	61	50	33
106	67	55	36
107	58	53	35
108	46	47	33
109	48	37	40
110	71	53	43
111	75	59	32
112	56	56	38
113	81	59	33
114	52	44	37
115	66	54	33
116	76	62	34
117	62	57	39
118	62	45	43
119	65	54	39
120	47	43	33
121	68	59	31

122	60	35	29
123	53	42	32
124	83	74	40
125	66	59	30
126	81	56	36
127	78	73	42
128	60	36	38
129	66	64	39
130	63	42	38
131	58	46	33
132	74	49	27
133	54	51	26
134	46	37	29
135	56	51	30
136	66	38	35
137	75	49	31
138	57	57	27
139	50	40	32
140	62	56	29
141	44	50	32
142	55	56	30
143	78	60	26
144	53	48	29
145	69	73	37
146	79	70	38
147	67	59	28
148	74	73	34
149	66	43	31
150	77	62	35
151	77	68	37
152	73	65	30
153	66	78	27
154	65	51	32
155	62	57	34
156	63	47	26
157	67	61	38
158	51	32	42
159	61	61	34
160	55	48	28
161	63	53	35
162	82	59	38
163	55	41	45

164	70	57	33
165	74	47	35
166	58	47	27
167	64	47	49
168	50	37	30
169	71	46	28
170	59	45	41
171	80	65	27
172	66	56	41
173	67	55	30
174	64	51	33
175	58	50	28
176	74	66	34
177	67	52	29
178	71	54	44
179	59	58	31
180	78	57	35
181	64	49	38
182	59	49	40

b) Skala Ketidakpuasan Tubuh

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	31	100,0

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

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	63,8710	183,649	,509	,926
A2	63,9032	182,090	,472	,927
A4	64,0968	181,890	,601	,925
A5	64,8065	180,095	,541	,926
A6	64,5806	184,652	,434	,927
A8	64,9032	184,757	,423	,927
A10	64,1290	176,716	,798	,922

A11	64,1935	180,428	,484	,927
A13	64,5161	183,125	,816	,924
A14	64,1613	179,140	,648	,924
A16	64,6774	179,759	,525	,926
A18	64,4194	181,785	,681	,924
A19	64,7419	187,598	,354	,928
A20	64,6774	182,959	,689	,924
A21	64,1290	180,316	,479	,927
A22	64,5806	185,785	,406	,927
A23	64,6129	185,912	,595	,926
A26	65,1290	183,516	,547	,926
A27	64,4839	180,791	,871	,923
A28	64,6452	181,903	,600	,925
A30	64,8387	183,606	,473	,927
A31	64,3871	186,312	,442	,927
A32	64,0000	178,800	,710	,923
A33	64,8387	181,740	,529	,926
A34	63,9355	181,062	,485	,927
A36	64,9355	184,596	,442	,927
A37	64,8710	182,716	,499	,926
A38	64,4516	179,989	,595	,925

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,928	28

c) Skala Komparasi Sosial

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	31	100,0

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

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A3	59,8387	162,206	,571	,915
A5	60,1613	162,873	,422	,918
A6	60,3871	158,845	,754	,912
A7	59,8387	165,406	,336	,919
A8	59,6774	160,892	,622	,914
A9	60,0968	157,957	,612	,914
A10	60,1290	157,649	,604	,914
A12	60,1935	161,695	,486	,916
A14	60,0968	161,557	,528	,915
A15	60,1613	163,806	,562	,915
A17	59,9355	166,329	,506	,916
A18	59,5161	164,591	,383	,918
A19	59,7419	163,598	,437	,917
A20	60,3226	159,226	,625	,913
A21	59,9032	157,957	,669	,913
A22	60,3226	158,092	,674	,912
A24	59,5806	157,185	,713	,912
A26	59,6774	157,626	,818	,910
A27	60,0000	165,800	,367	,918
A28	59,5161	160,858	,607	,914
A29	59,9032	162,090	,539	,915
A30	60,1290	164,383	,472	,916
A31	60,6129	165,845	,313	,920
A32	59,6129	163,045	,545	,915

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,918	24

d) Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	31	100,0

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	27,03	54,232	,615	,842
A5	27,26	56,131	,485	,850
A6	27,97	57,366	,379	,855
A7	27,19	52,895	,584	,844
A10	27,52	56,858	,380	,855
A11	27,94	55,129	,533	,847
A12	27,97	54,099	,670	,840
A13	27,71	55,013	,506	,848
A14	27,48	53,725	,579	,844
A15	27,23	57,381	,316	,860
A17	28,03	56,632	,388	,855
A18	27,55	53,523	,666	,839
A21	27,74	55,198	,529	,847
A23	27,19	55,028	,497	,849

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,858	14

Lampiran 4 Deskripsi Data

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Ketidakpuasan Tubuh	182	44	85	64,07	9,665
Komparasi Sosial	182	27	82	53,73	9,635
Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	182	17	50	33,69	5,573
Valid N (listwise)	182				

a) Perhitungan Kategori Skor Skala Ketidakpuasan Tubuh

Kategorisasi Variabel Ketidakpuasan Tubuh

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	29	15,9	15,9	15,9
Sedang	115	63,2	63,2	79,1
Tinggi	38	20,9	20,9	100,0
Total	182	100,0	100,0	

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1SD)$	< 54	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$	54-74	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	≥ 74	Tinggi

b) Perhitungan Kategori Skor Skala Komparasi Sosial

Kategorisasi Variabel Komparasi Sosial

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	23	12,6	12,6	12,6
Sedang	127	69,8	69,8	82,4
Tinggi	32	17,6	17,6	100,0
Total	182	100,0	100,0	

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1SD)$	< 44	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$	44-63	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	≥ 63	Tinggi

c) Perhitungan Kategori Skor Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

Kategorisasi Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	22	12,1	12,1	12,1
	Sedang	127	69,8	69,8	81,9
	Tinggi	33	18,1	18,1	100,0
	Total	182	100,0	100,0	

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1SD)$	< 28	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$	28-39	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	≥ 39	Tinggi

Lampiran 5 Uji Asumsi dan Hipotesis

a) Uji Asumsi

Lampiran 6 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		182
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,05207975
Most Extreme Differences	Absolute	,046
	Positive	,046
	Negative	-,031
Test Statistic		,046
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 Linearitas

a. Uji Linearitas Variabel Komparasi Sosial dan Ketidakpuasan Tubuh

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Ketidakpuasan Tubuh * Komparasi Sosial	Between	(Combined)	10075,209	42	239,886	4,880	,000
	Groups	Linearity	7638,489	1	7638,489	155,389	,000
		Deviation from Linearity	2436,720	41	59,432	1,209	,209
		Within Groups	6832,862	139	49,157		
		Total	16908,071	181			

b. Uji Linearitas Variabel Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan Ketidakpuasan Tubuh

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Ketidakpuasan	Between	(Combined)	2044,513	28	73,018	,752	,810
Tubuh * Intensitas	Groups	Linearity	75,863	1	75,863	,781	,378
Penggunaan Media Sosial Instagram		Deviation from Linearity	1968,650	27	72,913	,751	,807
	Within Groups		14863,558	153	97,147		
	Total		16908,071	181			

Lampiran 8 Uji Multikolinearitas**Coefficients^a**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Tolerance	VIF
1 (Constant)	19,870	4,567		4,351	,000		
Komparasi Sosial	,685	,055	,683	12,479	,000	,992	1,008
Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	,219	,095	,126	2,309	,022	,992	1,008

a. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

b) Uji Hipotesis

Lampiran 9 Uji Regresi Parsial**Coefficients^a**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Tolerance	VIF
1 (Constant)	19,870	4,567		4,351	,000		
Komparasi Sosial	,685	,055	,683	12,479	,000	,992	1,008
Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram	,219	,095	,126	2,309	,022	,992	1,008

a. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

Lampiran 10 Uji Regresi Simultan

ANOVA^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	7906,610	2	3953,305	78,614	,000 ^b
	Residual	9001,461	179	50,287		
	Total	16908,071	181			

a. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

b. Predictors: (Constant), Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram, Komparasi Sosial

Lampiran 11 Uji Koefisien Determinasi

Model Summary^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,684 ^a	,468	,462	7,091

a. Predictors: (Constant), Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram, Komparasi Sosial

b. Dependent Variable: Ketidakpuasan Tubuh

Lampiran 12 Dokumentasi



Lampiran 13 Surat Perizinan



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
**SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 8
SEMARANG**

Jl. Raya Tugu Semarang ☎ 8661798-8664553 Fax. (024) 8661798 ✉ 50185
Surat Elektronik : sman8smg@yahoo.com , Laman : <http://www.sman8smg.id>

SURAT KETERANGAN
Nomor : 423.4/455/VI/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 8 Semarang, menerangkan bahwa Saudara tersebut di bawah ini:

Nama : Keumala Rizqi
N I M : 1907016161
Fak./Prodi : Fak.Psikologi dan Kesehatan / Psikologi
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

telah melakukan riset di SMA Negeri 8 Semarang untuk keperluan penyusunan skripsi :

Waktu : 14 Juni 2023
Judul Skripsi : Pengaruh Komparasi Sosial dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Ketidakpuasan Tubuh Remaja Putri di SMA Negeri 8 Semarang

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 15 Juni 2023

Kepala SMA N 8 Semarang



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama : Keumala Rizqi
2. Tempat & Tgl Lahir : Semarang, 28 Mei 2001
3. Alamat : Graha Taman Bunga Blok C1/19
4. Email : keumalarizki@gmail.com
5. LinkedIn : Keumala Rizqi

B. Riwayat Pendidikan

1. KB –TK Islam Al-Azhar 29 BSB
2. SDIT Bina Amal
3. SMP Islam Al-Azhar 29 BSB
4. SMA Insan Cendekia Al Kausar

Semarang, 25 Agustus 2023



Keumala Rizqi

NIM. 1907016161