

**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL DAN RASA SYUKUR  
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH PADA WANITA DEWASA  
AWAL YANG OBESITAS DI KOTA BANDUNG**

Oleh  
Novyanti Eka Wulandari

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat dalam  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Departemen Psikologi,  
Fakultas Ilmu Pendidikan

© Novyanti Eka Wulandari 2020  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Agustus 2020

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

Novyanti Eka Wulandari

NIM 1501394

**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL DAN RASA SYUKUR  
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH PADA WANITA DEWASA  
AWAL YANG OBESITAS DI KOTA BANDUNG**

**Disetujui dan Disahkan oleh Pembimbing:**

**Pembimbing I,**



Sitti Chotidjah, M. A., Psi.  
NIP. 19771205 200604 2 001

**Pembimbing II,**



Gemala Nurendah, S.Pd., M. A.  
NIP. 19830202 201012 2 002

**Mengetahui,  
Ketua Departemen Psikologi**



Dr. Sri Maslihah, M. Psi., Psikolog  
NIP. 19700726 200312 2 001

**SKRIPSI INI TELAH DIUJIKAN PADA:**

Hari/Tanggal : Rabu, 19 Agustus 2020  
Waktu : 09.00 - 10.10  
Tempat : Ruang Sidang 3 Departemen Psikologi UPI


**Para penguji terdiri dari**

**Penguji I,**



Drs. HM. Engkos Kosasih, M.Pd.  
NIP. 19611002 198403 1 004

**Penguji II**



Sitti Chotidjah, M. A., Psi.  
NIP. 19771205 200604 2 001

**Penguji III**



Ita Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd.  
NIP. 19660516 200012 2 002

Tanggungjawab yuridis ada pada:

Peneliti,



Novyanti Eka Wulandari  
NIM 1501394

**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL DAN RASA SYUKUR  
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH PADA WANITA DEWASA  
AWAL YANG OBESITAS DI KOTA BANDUNG**

**ABSTRAK**

**Novyanti Eka Wulandari (1501394).** Pengaruh Perbandingan Sosial dan Rasa Syukur terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Wanita Dewasa Awal yang Obesitas di Kota Bandung. Skripsi. Departemen Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. (2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh perbandingan sosial dan rasa syukur terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal yang obesitas di Kota Bandung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi. Responden dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 138 wanita dengan rentang usia 21 – 25 tahun di Kota Bandung. Instrumen pada penelitian ini merupakan instrument modifikasi berdasarkan skala *Physical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R) untuk mengukur perbandingan sosial, skala bersyukur versi Indonesia untuk mengukur rasa syukur yang dimiliki, dan skala *Body Shape Questionnaire-8C* (BSQ-8C) untuk mengukur ketidakpuasan tubuh. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisa regresi linear dan teknik analisa regresi berganda. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh perbandingan sosial dan rasa syukur terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal yang obesitas di Kota Bandung.

**Kata Kunci: Perbandingan Sosial; Rasa Syukur; Ketidakpuasan Tubuh; Obesitas**

**THE EFFECT OF SOCIAL COMPARISON AND GRATITUDE  
ON BODY DISSATISFACTION IN OBESE EARLY ADULT WOMEN IN  
BANDUNG CITY**

**ABSTRACT**

**Novyanti Eka Wulandari (1501394).** *The Effect of Social Comparison and Gratitude on Body Dissatisfaction in Obese Early Adult Women in Bandung City* Unpublish Research Paper. Department of Psychology, Faculty of Education, Indonesian University of Education. Bandung. (2020).

*This study aims to determine the influence of social comparison and gratitude on body dissatisfaction in obese early adult women in Bandung City. This study used a quantitative approach with a regression analysis. Subjects in this study were 138 women aged 21 – 25 years in Bandung City. The instruments is a modification instrument based on the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R) scale to measure social comparison, the Indonesian version of the gratitude scale to measure gratitude, and the Body Shape Questionnaire-8C (BSQ-8C) scale to measure body dissatisfaction. Data analysis technique used a linear regression analysis and multiple regression analysis. The results indicate that an effect of social comparison and gratitude on body dissatisfaction in obese early adult women in Bandung City.*

**Keyword: Social Comparison; Gratitude; Body Dissatisfaction; Obesity**

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>SKRIPSI INI TELAH DIUJIKAN PADA</b> .....	ii
<b>ABSTRAK</b> .....	iii
<b>ABSTRACT</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi

### **BAB I**

#### **PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Struktur Organisasi Penelitian .....	6

### **BAB II**

#### **KAJIAN TEORI**

A. Perbandingan Sosial.....	8
1. Definisi teoritis Perbandingan Sosial .....	8
2. Aspek Perbandingan Sosial.....	9
3. Jenis-Jenis Perbandingan Sosial.....	9
B. Rasa Syukur .....	10
1. Definisi teoritis Rasa Syukur .....	10
2. Aspek Rasa Syukur .....	10
C. Ketidakpuasan Tubuh .....	11
1. Definisi teoritis Ketidakpuasan Tubuh .....	11
2. Aspek Ketidakpuasan Tubuh .....	11

3. Karakteristik dalam Ketidakpuasan Tubuh.....	12
D. Obesitas.....	12
1. Definisi Obesitas.....	12
2. Dampak Obesitas.....	13
3. Indeks Massa Tubuh (IMT).....	13
4. Klarifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT).....	14
5. Tabel Perhitungan Obesitas $IMT > 27,00 \text{ kg/m}^2$ .....	14
E. Kerangka Pemikiran.....	17
F. Hipotesis Penelitian.....	17

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian.....	18
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	18
C. Variabel Penelitian dan Operasionalisasi Penelitian.....	20
1. Variabel Penelitian.....	20
2. Operasionalisasi Variabel.....	20
a. Perbandingan Sosial.....	20
b. Rasa Syukur.....	20
c. Ketidakpuasan Tubuh.....	21
D. Teknik Pengumpulan Data.....	21
E. Penyusunan dan Pengembangan Instrumen Penelitian.....	22
1. Penyusunan Instrumen Penelitian.....	22
a. Alat Ukur Perbandingan Sosial.....	22
1) Spesifikasi Instrumen Penelitian.....	22
2) Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	23
3) Penyekoran.....	23
4) Kategorisasi Skor.....	23
b. Alat Ukur Rasa Syukur.....	24
1) Spesifikasi Instrumen Penelitian.....	24
2) Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	25
3) Penyekoran.....	25

4) Kategorisasi Skor.....	25
c. Alat Ukur Ketidakpuasan Tubuh .....	26
1) Spesifikasi Instrumen Penelitian .....	26
2) Kisi-Kisi Instrumen Penelitian .....	26
3) Penyekoran .....	27
4) Kategorisasi Skor.....	27
2. Pengembangan Instrumen Penelitian .....	27
a. Uji Keterbacaan.....	27
b. Uji Instrumen ( <i>Try Out</i> ) .....	28
F. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	28
1. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	28
a. Perbandingan Sosial ( $X_1$ ).....	28
b. Rasa Syukur ( $X_2$ ) .....	29
c. Ketidakpuasan Tubuh (Y).....	30
2. Uji Reliabilitas .....	30
a. Perbandingan Sosial ( $X_1$ ).....	31
b. Rasa Syukur ( $X_2$ ) .....	31
c. Ketidakpuasan Tubuh (Y).....	32
G. Prosedur Pelaksanaan Penelitian.....	32
1. Tahap Persiapan .....	32
2. Tahap Pelaksanaan .....	33
3. Tahap Pengolahan Data .....	33
H. Teknik Analisa Data.....	34

## **BAB IV**

### **TEMUAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil .....	35
1. Gambaran Demografis .....	35
2. Gambaran Responden Berdasarkan Variabel Perbandingan Sosial ( $X_1$ )	38
1) Gambaran Responden Variabel Perbandingan Sosial ( $X_1$ ).....	38
2) Gambaran Perbandingan Sosial ( $X_1$ ) Berdasarkan Dimensi.....	39
3. Gambaran Responden Berdasarkan Variabel Rasa Syukur ( $X_2$ ) .....	40



1) Gambaran Responden Variabel Rasa Syukur ( $X_2$ ) .....	40
2) Gambaran Rasa Syukur ( $X_2$ ) Berdasarkan Dimensi .....	41
4. Gambaran Responden Berdasarkan Variabel Ketidakpuasan Tubuh .	42
1) Gambaran Responden Variabel Ketidakpuasan Tubuh (Y).....	42
2) Gambaran Ketidakpuasan Tubuh (Y) Berdasarkan Dimensi.....	43
B. Uji hipotesis dan Pembahasan.....	44
1. Pengaruh Perbandingan Sosial ( $X_1$ ) terhadap Ketidakpuasan Tubuh (Y)	44
2. Pengaruh Rasa Syukur ( $X_2$ ) terhadap Ketidakpuasan Tubuh (Y).....	45
3. Pengaruh Perbandingan Sosial ( $X_1$ ) dan Rasa Syukur ( $X_2$ ) terhadap ketidakpuasan Tubuh (Y).....	46
C. Keterbatasan Penelitian.....	48

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI**

A. Simpulan .....	49
B. Implikasi.....	49
C. Rekomendasi .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	51
<b>LAMPIRAN</b> .....	58
<b>RIWAYAT PENELITI</b> .....	103

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi IMT menurut P2PTM Kemkes RI .....	14
Tabel 2.2	Proporsi Tinggi Badan – Berat Badan Obesitas .....	15
Tabel 3.1	Kisi-kisi Instrumen Penelitian Perbandingan Sosial .....	23
Tabel 3.2	Penyekoran Instrumen Perbandingan Sosial.....	23
Tabel 3.3	Kategorisasi Skor Perbandingan Sosial .....	23
Tabel 3.4	Kisi-kisi Instrumen Penelitian Rasa Syukur .....	25
Tabel 3.5	Penyekoran Instrumen Rasa Syukur .....	25
Tabel 3.6	Kategorisasi Skor Rasa Syukur.....	25
Tabel 3.7	Kisi-kisi Instrumen Penelitian Ketidakpuasan Tubuh .....	26
Tabel 3.8	Penyekoran Instrumen Ketidakpuasan Tubuh .....	27
Tabel 3.9	Kategorisasi Skor Ketidakpuasan Tubuh.....	27
Tabel 3.10	<i>Coefficient Reliability</i> .....	30
Tabel 3.11	<i>Reliability Statistics</i> Perbandingan Sosial ( $X_1$ ).....	31
Tabel 3.12	<i>Reliability Statistics</i> Rasa Syukur ( $X_2$ ) .....	31
Tabel 3.13	<i>Reliability Statistics</i> Ketidakpuasan Tubuh (Y).....	32
Tabel 4.1	Deskripsi Gambaran Demografis Responden.....	35
Tabel 4.2	Deskripsi Perbandingan Sosial ( $X_1$ ).....	38
Tabel 4.3	Deskripsi Rasa Syukur ( $X_2$ ).....	40
Tabel 4.4	Deskripsi Ketidakpuasan Tubuh (Y) .....	42
Tabel 4.5	Hasil Uji Regresi Linear Perbandingan Sosial ( $X_1$ ) terhadap Ketidakpuasan Tubuh (Y).....	44
Tabel 4.6	Hasil Uji Regresi Linear Rasa Syukur ( $X_2$ ) terhadap Ketidakpuasan Tubuh (Y).....	45
Tabel 4.7	Hasil Uji Regresi Linier Berganda Perbandingan Sosial ( $X_1$ ) dan Rasa Syukur ( $X_2$ ) terhadap Ketidakpuasan Tubuh (Y) .....	46

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Bagan Kerangka Pemikiran.....	17
Gambar 4.1	Grafik Presentase Usia Responden .....	36
Gambar 4.2	Grafik Presentase Berat Badan Responden.....	37
Gambar 4.3	Grafik Presentase Tinggi Badan Responden.....	37
Gambar 4.4	Grafik Perbandingan Sosial ( $X_1$ ) Berdasarkan Dimensi .....	39
Gambar 4.5	Grafik Rasa Syukur ( $X_2$ ) Berdasarkan Dimensi.....	41
Gambar 4.6	Grafik Ketidakpuasan Tubuh (Y) Berdasarkan Dimensi .....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Keputusan Pembimbing .....	59
Lampiran 2	Kartu Bimbingan .....	60
Lampiran 3	Kisi-kisi Instrumen .....	61
Lampiran 4	Lembar Pernyataan Verifikasi Data .....	66
Lampiran 5	Data Demografis Responden .....	67
Lampiran 6	Skor Mentah Variabel Perbandingan Sosial ( $X_1$ ) .....	72
Lampiran 7	Skor Mentah Variabel Rasa Syukur ( $X_2$ ) .....	77
Lampiran 8	Skor Mentah Variabel Ketidakpuasan Tubuh (Y) .....	82
Lampiran 9	Pengolahan Data .....	87
Lampiran 10	Lembar Tanggapan Sidang Skripsi .....	99
Lampiran 11	Lembar Tanggapan Sidang Skripsi .....	101
Lampiran 12	Riwayat Peneliti .....	103

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, F. (2014). Faktor-Faktor Pendorong Perilaku Diet Tidak Sehat pada Wanita Usia Dewasa Awal Studi Kasus pada Mahasiswi Universitas Mulawarman. *eJournal Psikologi*. 2 (2), 163-170
- Allen, K.L., Byrne, S.M., McLean, N.J., Davis, E.A. (2008). Overconcern With Weight And Shape Is Not The Same as Body Dissatisfaction: Evidence From A Prospective Study of Pre-Adolescent Boys and Girls. *Body Image*. 5, 261-270
- Ananta, A. (2016). Penurunan Body Dissatisfaction Pada Perempuan Dalam Masa Emerging Adulthood Dengan Gratitude Intervention. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*. 5 (2), 160-166
- Annis, N.M., Cash, T.F., Habosky, J.I. (2004). Body Image and Psychological Differences Among Stable Average Weight, Currently Overweight, and Formerly Overweight Women: The Role of Stigmatizing Experiences. *Body Image I*, 155-167
- Arigo, D., Schumacher, L., Martin, L.M. (2014). Upward Appearance Comparison And The Development of Eating Pathology In College Women. *International Journal of Eating Disorder*. 47 (5), 467-470
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi Vi)*. Cetakan Ketigabelas. Jakarta: PT RINEKA CIPTA
- Armenta, C.N., Fritz, M.M., Lyubomirsky, S. (2016). Functions of Positive Emotions: Gratitude as a Motivator of Self-Improvement and Positive Change. *Invited Special Section*, 1-8
- Azwar, Saifuddin. (2016). *Tes Prestasi. Fungsi Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat (*Statistics of Jawa Barat*). (2020). *Indikator Statistik Terkini Provinsi Jawa Barat 2020, Edisi Juli*. Bandung: Badan Pusat Statistik.
- Bailey, S.D., Ricciardelli, L.A. (2010). Social Comparisons, Appearance Related Comments, Contingent Self-Esteem and Their Relationships with Body Dissatisfaction and Eating Disturbance Among Women. *Eating Behaviors*. 11, 107-112

Brannen, J. (2005). *Memadu Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Buunk, B.P., Zurriaga, R., Peiró, J.M., Nauta, A., Gosalvez, I. (2005). Social Comparisons at Work As Related to A Cooperative Social Climate and to Individual Differences In Social Comparison Orientation. *International Association for Applied Psychology*. 54 (1), 61-80

Buunk, A.P., Gibbons, F.X. (2007). Social Comparison: The End of A Theory and The Emergence of A Field. *Organizational Behavior and Human Decision Process*. 102, 3-21

Corning, A.F., Krumm, A.J., Smitham, L.A. (2006). Differential Social Comparison Processes in Women With and Without Eating Disorder Symptoms. *Journal of Counseling Psychology*. 53 (3), 338-349

Choi, Y., Leshner, G., Choi, J. (2008). Third-Person Effects of Idealized Body Image in Magazine Advertisements. *American Behavioral Scientist*. 52 (2), 147-164

Darby, A., Hay, P., Mond, J., Rodgers, B., Owen, C. (2007). Disordered Eating Behaviours and Cognitions in Young Women with Obesity: Relationship with Psychological Status. *International Journal of Obesity*. 31, 876-882

David, P., Morrison, G., Johnson, M.A., Ross, F. (2002). Body Image, Race, and Fashion Models. Social Distance And Social Identification In Third-Person Effects. *Communication Research*. 29 (3), 270-294

Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Dunaev, J., Markey, C.H., Brochu, P.M. (2018). An Attitude of Gratitude: The Effects of Body-Focused Gratitude on Weight Bias Internalization and Body Image. *Body Image* 25. 9-13

Evahani, Luki. (2012). Hubungan Antara Body Dissatisfaction Ibu dan Body Dissatisfaction Anak Perempuan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 1 (1)

Fakhrunnisa. (2018). Kepercayaan Diri dan Kecemasan Memperoleh Pasangan Hidup Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Obesitas. *PSIKOBORNEO*. 6 (1), 1-7

Fernando, M.L. (2019). Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 7 (1)

Festinger, L. (1954). *A Theory Of Social Comparison Processes*. SAGE Social  
xiii

Novyanti Eka Wulandari, 2020

**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL DAN RASA SYUKUR TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH PADA WANITA DEWASA AWAL YANG OBESITAS DI KOTA BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

*Science Collections.*

- Garner, D.M., Olmstead, M.P., Polivy, J. (1983). Development and Validation of A Multidimensional Eating Disorder Inventory for Anorexia Nervosa and Bulimia. *Int'l Journal of Eating Disorder.* 2 (2)
- Green, S.P., Pritchard, M.E. (2003). Predictors of Body Image Dissatisfaction In Adult Men and Women. *Social Behavior And Personality.* 31 (3), 215-222
- Harrison, K., Cantor, J. (1997). The Relationship Between Media Consumption And Eating Disorder. *Journal of Communication.* 47 (1)
- Homan, K.J., Sedlak, B.L., Boyd, E.A. (2014). Gratitude Buffers The Adverse Effect of Viewing The Thin Ideal on Body Dissatisfaction. *Body Image.* 11, 245-250
- Homan, K.J., Lemmon, V.A. (2016). Perceived Relationship With God Moderates The Relationship Between Social Comparison and Body Appreciation. *Mental, Health, Religion & Culture.* 19 (1), 37-51
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Erlangga
- Kusteviani, F. (2015). Faktor yang Berhubungan dengan Obesitas Abdominal Pada Usia Produktif (15-64 Tahun) Di Kota Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi.* 3 (1), 45-56
- Kinnaly, W., Vonderen, K.E.V. (2014). Body Image and the Role of Television: Clarifying and Modelling the Effect of Television on Body Dissatisfaction. *Journal of Creative Communications.* 9 (3), 215-233
- Kusumadewi, S. (2009). Klasifikasi Status Gizi Menggunakan Naïve Bayesian Clasification. *CommIT.* 3 (1), 6-11
- Lalita, M.N.T. (2017). *Tribunnews.com.* [online]. Tersedia: <https://www.tribunnews.com/2017/07/18/sering-jadi-topik-obrolan-ternyata-wanita-bisa-menyebut-dirinya-gemuk-sebanyak?page=all>
- Lemeshow, S., Hosmer, D.W., Klar, J., Lwanga, S.K. (1990). *Adequacy of Sample Size in Health Studies.* England: John Wiley & Sons Ltd.
- Lev-ari, L., Baumgarten-Katz, I., Zohar, A.H. (2014). Show Me Your Friends, and I Shall You Who You Are: The Way Attachment and Social Comparisons Influence Body Dissatisfaction. *Eating Disorders Rev.* 22. 463-469
- Listiyandini, R.A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., Nadya, R. (2015). Mengukur Rasa Syukur: Pengembangan Model Awal Skala Bersyukur Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat.* 2 (2), 473-496

- Manson, J.E., Colditz, G.A., Stampfer, M.J., Willet, W.C., Rosner, B., Monson, R.R., Speizer, F.E., Hennekens, C.H. (1990). A Prospective Study of Obesity and Risk of Coronary Heart Disease In Women. *The New England Journal of Medicine*. 322 (13)
- Masrul. (2018). Epidemi obesitas dan dampaknya terhadap status kesehatan masyarakat serta sosial ekonomi bangsa. *Majalah Kedokteran Andalas*. 41 (3), 152-162
- McCullough, M.E., Emmons, R., Tsang, J. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*. 82 (1), 112-127
- Mills, J., Tyszkiewicz, M.F., Holmes, M. (2014). State Body Dissatisfactions and Social Interactions: An Experience Sampling Study. *Psychology of Women Quarterly*. 38 (4), 551-562
- Mukhlis, A. (2013). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif pada Ketidakpuasan terhadap Citra Tubuh (*Body Image Dissatisfaction*). *Psikoislamika*. 10 (1)
- Musianto, L.S. (2002). Perbedaan Pendekatan Kuantitatif dengan Pendekatan Kualitatif dalam Metode Penelitian. *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*. 4 (2), 123-136
- Mustikawati, F., Pudjiastuti, E. (2017). Studi Deskriptif mengenai *Self-Esteem* Wanita Obesitas Usia Dewasa Dini di Komunitas *Xtra-Large* Bandung. *Jurnal Psikologi*. 3 (2)
- Narbuko, C., Achmadi, H.A. (2007). Metodologi Penelitian: Memberikan Bekal Teoritis pada Mahasiswa tentang Metodologi Penelitian serta Diharapkan dapat Melaksanakan Penelitian dengan Langkah-Langkah yang Benar. Cet. 8. Jakarta: Bumi Aksara
- Nasution, S. (2003). *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. Jakarta: Bumi Aksara
- Neighbors, L.A., Sobal, J. (2007). Prevalence And Magnitude of Body Weight And Shape Dissatisfaction Among University Students. *Eating behaviors*. 8, 429-439
- Novitasary, M.D., Mayulu, N., Kawengian, S.E.S. (2013). Hubungan Antara Aktifitas Fisik dengan Obesitas pada Wanita Usia Subur Peserta Jamkesmas Di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil Manado. *Jurnal e-Biomedik (Ebm)*. 1 (2)
- Nurchayo, F. (2011). Kaitan Antara Obesitas Dan Aktivitas Fisik. *MEDIKORA*. 7 (1), 87-96



- Nurzakiah., Achadi, E., Sartika, A.D. (2010). Faktor Resiko Obesitas Pada Orang Dewasa Urban dan Rural. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 5 (1)
- Nussy, Y.C., Ratag, G.A., Mayulu, N. (2014). Analisis Upaya-Upaya Penurunan Berat Badan Pada Mahasiswi Angkatan 2010 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Kedokteran Komunitas dan Tropik*. 2 (2)
- O'Brien, K.S., Caputi, P., Minto, R., Peoples G., Hooper, C., Kell, S., Sawley, E. (2009). Upward and Downward Physical Appearance Comparisons: Development of Scales and Examination of Predictive Qualities. *Body Image*. 6, 201-206
- Ogden, C.L., Yanovski, S.Z., Carroll, M.D., Flegal, K.M. (2007). The Epidemiology of Obesity. *Gastroenterology*. 132, 2087-2102
- Oh, S.W. (2011). Obesity and Metabolic Syndrome In Korea. *Diabetes & Metabolism Journal*. 35, 561-566
- P2PTM Kemenkes RI. (2019). Cara mengukur Obesitas. [online]. Tersedia: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/cara-mengukur-obesitas>
- Pandu, S.Y. (2014). Konsep Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas. *Psikovidya*. 18 (2)
- Pinquart, M., Pfeiffer, J.P. (2012). Body Image in Adolescents With and Without Visual Impairment. *The British Journal of Visual Impairment*. 30 (3), 122-131
- Puspitasari, N. (2018). Faktor Kejadian Obesitas Sentral Pada Usia Dewasa. *HIGEIA Journal of Public Health Research and Development*. 2 (2)
- Rahman, A.A. (2016). Metode Penelitian Psikologi: Langkah Cerdas Menyelesaikan Skripsi. Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA
- Rahmandita, A.P., Adriani, M. (2017). Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Aktifitas Fisik Pada Wanita (20-54 Tahun) Obesitas Sentral dan Non Sentral. *Amerta Nutr*. 266-274
- Rosen, J., Reiter, J.C. (1995). Cognitive-Behavioral Body Image Therapy for Body Dysmorphic Disorder. *Consult Clinical Psychology*. 63 (3), 437
- Ryff, C.D., Keyes, C.L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69 (4), 719-727
- Santrock, J. (2011). Life-Span Development Jilid 1. Jakarta: Erlangga
- Schaefer, L.M., Thompson, J.K. (2014). The Development And Validation Of The Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R). *Eating*

- Behaviors*. 15, 209-217
- Seidell, J.C. (2005). Epidemiology of Obesity. *Seminars in Vascular Medicine*. 5 (1)
- 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
- Sudikno., Syarief, H., Dwiriani, C.M., Riyadi, H. (2015). Faktor Resiko Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa Umur 25-65 Tahun Di Indonesia (Analisis Data Riset Kesehatan Dasar 2013). *Penelitian Gizi dan Makanan*. 38 (2), 111-120
- Sugianti, E., Hardiansyah., Afriansyah, N. (2009). Faktor Risiko Obesitas pada Orang Dewasa Di DKI Jakarta: Analisis Lanjut Data Riskesdas 2007. *Gizi Indon*. 32 (2), 105-116
- Suharsaputra, U. (2012). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan Tindakan*. Bandung: PT Refika Utama
- Sujarweni, V.W., Endrayanto, P. (2012). *Statistika untuk Penelitian*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sulaiman, M.R. (2019). Suara.com. [online]. Tersedia: <https://www.suara.com/health/2019/08/05/073500/makin-banyak-orang-indonesia-yang-kegemukan-dan-obesitas-ini-bahayanya>
- Sumanty, D., Sudirman, D., Puspasari, D. (2018). Hubungan Religiusitas dengan Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*. 1 (1), 9 – 28
- Sunartio, L., Sukamto, M.E., Dianovinina, K. (2012). Social Comparison Dan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal. *Humanitas*. 9 (2)
- Supardi. (1993). Populasi dan Sampel Penelitian. *UNISIA*. 17 (13) Triwulan VI
- Tarigan, M. (2019). Tempo.co. [online]. Tersedia: <https://gaya.tempo.co/read/1226413/masalah-obesitas-di-indonesia-lebih-banyak-dibanding-gizi-buruk/full&view=ok>
- Tejada, J.J., Punzalan, R.B. (2012). On The Misuse of Slovin's Formula. *The Philipine Statistician*. 61 (1), 129-136
- Thompson, J.K. (2002). *Body Image, Eating Disorder And Obesity: An Integrative Guide For Assessment And Treatment*. APA Books: New York
- Tiggemann, M., Slater, M. (2003). Thin ideals in Music Television: A source of Social Comparison and Body Dissatisfaction. *International Journals Eating Disorder*. 35, 48-58

- Tiggemann, M. (2004). Body Image Across The Adult Life Span: Stability and Change. *Body Image*. 1, 29-41
- Tiggemann, M., McGill, B. (2004). The Role of Social Comparison in The Effect of Magazine Advertisements on Women's Mood and Body Dissatisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 23 (1). 23-44
- Tsigos, C., Hainer, V., Basdevant, A., Finer, N., Fried, M., Manthus-Vliegen, M., Micic, D., Maislos, M., Roman, G., Schutz, Y., Toplak, H., Zahorska-Markiewicz, B. (2008). Management of Obesity in Adults: European Clinical Practice Guidelines. *Obesity Facts*. 1, 106-116
- 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*. 6 (3), 18-31
- Welch, E., Lagerström, M., Ghaderi, A. (2012). Body Shape Questionnaire: Psychometric Properties of The Short Version (BSQ-8C) and Norms From The General Swedish Population. *Body Image*. 9, 547-550
- Widiantini, W., Tafal, Z. (2014). Aktifitas Fisik, Stress, dan Obesitas Pada Pegawai Negeri Sipil. *Kesmas, Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 8 (7)
- Wills, T.A. (1981). Downward Comparison Principles In Social Psychology. *Psychological Bulletin*. 90 (2), 245-271
- Wirawan, N.N. (2016). Sensitifitas dan Spesifisitas IMT dan Lingkar Pinggang-Panggul dalam Mengklasifikasikan Kegemukan Pada Wanita. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. 3 (1), 49-59
- Wheeler, L. (1966). Motivation As A Determinant of Upward Comparison. *Journal Of Experimental Social Psychology Supplement*. 1, 27-31
- Wood, J.V. (1989). Theory And Research Concerning Social Comparisons Of Personal Attributes. *Psychological Bulletin*. 106 (2), 231-248
- Wood, A.M., Maltby, J., Gillet. R., Linley, P.A., Joseph, S. (2008). The Role of Gratitude in The Development of Social Support, Stress and Depression: Two Longitudinal Studies. *Journal of Research In Personality*. 42, 854-871
- Wolfe, W.L., Patterson, K. (2017). Comparison of a Gratitude-based and Cognitive Rstructuring Intervention for Body Dissatisfaction and Dysfunctional Eating Behavior In College Women. *Eating Disorders*. 25, 330-344
- Yuanita, H., Sukamto, M.E. (2013). Fenomena Body Dissatisfaction Pada

Perempuan Anggota Fitness Centre. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*. 4  
(1), 12-23