

**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWA PENGGUNA AKTIF *INSTAGRAM* DI KOTA BANDUNG YANG DIMEDIASI OLEH *SELF-ESTEEM***

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



oleh:

Niken Fitri Anjani

NIM 1806533

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG  
2022**

**Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa Pengguna Aktif *Instagram* di Kota Bandung yang Dimediasi oleh *Self-Esteem***

Oleh: Niken Fitri Anjani

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

© Niken Fitri Anjani

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2022

© Hak Cipta dilindungi Undang-Undang. Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

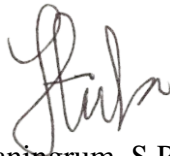
NIKEN FITRI ANJANI

NIM 1806533

**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWA PENGGUNA AKTIF *INSTAGRAM* DI KOTA BANDUNG YANG DIMEDIASI OLEH *SELF-ESTEEM***

**disetujui dan disahkan oleh pembimbing:**

**Pembimbing I,**



Ita Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd.  
NIP 19780312 200501 2 002

**Pembimbing II,**



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

**Mengetahui**

**Ketua Program Studi Psikologi,**



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

**SKRIPSI INI TELAH DIAJUKAN PADA:**

Hari/Tanggal : Rabu, 29 Juni 2022

Waktu : 11.00-12.00 WIB

Tempat : Ruang Sidang 4 LT 8

**Para penguji terdiri atas:**

**Penguji I,**



Dr. Tina Hayati Dahlan, S.Psi., M.Pd., Psikolog  
NIP. 19720419 200912 2 002

**Penguji II,**



Diah Zaleha Wyandini, S.Psi, M.Si.  
NIP 19780314 200912 2 001

**Tanggung jawab yuridis ada pada:**

**Peneliti,**



Niken Fitri Anjani  
NIM 1806533

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWA PENGGUNA AKTIF *INSTAGRAM* DI KOTA BANDUNG YANG DIMEDIASI OLEH *SELF-ESTEEM***” sepenuhnya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pegutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di dalam masyarakat. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko ataupun sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Juni 2022

Yang membuat pernyataan,

Niken Fitri Anjani

NIM 1806533

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, shalawat dan salam selalu tercurah kepada Nabi besar Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya, serta berkat bantuan dan dorongan dari semua pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini. Adapun judul skripsi yang peneliti ajukan adalah **“Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa Pengguna Aktif *Instagram* di Kota Bandung yang Dimediasi oleh *Self-Esteem*”**

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk dapat mencapai gelar sarjana Psikologi. Peneliti mengucapkan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan pada penulisan skripsi ini, oleh karena itu peneliti mengucapkan mohon maaf sebesar-besarnya. Kritik dan saran yang membangun dari semua pihak sangat peneliti harapkan demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat serta referensi terhadap pembaca.

Bandung, Juni 2022

Peneliti

Niken Fitri Anjani

## UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam menyelesaikan penelitian, penulis menyadari bahwa melaksanakan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Orang tua yang sangat saya cintai, papap dan mamah yang selalu mendukung dalam berbagai hal, do'a dan dukungan materil kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Kakak dan adik saya, Deasy Purnamasari yang selalu ada saat penulis mencurahkan isi hati, serta Siti himatul Aliyah yang memberikan kebahagiaan dan menjadi moodbooster.
3. Seluruh dosen Program Studi Psikologi UPI yang tidak bisa saya sebut satu persatu terima kasih atas ilmu, motivasi, dan bimbingan yang telah diberikan selama perkuliahan.
4. Seluruh staf Program Studi Psikologi UPI yang telah membantu saya selama perkuliahan.
5. Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi, Psikolog selaku ketua Program Studi Psikologi UPI.
6. Ibu Ita Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd. dan Ibu Gemala Nurendah, S.Pd., M.A. selaku dosen pembimbing, terima kasih sudah membimbing, menasihati, membantu selama pembuatan skripsi. Sehingga, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Khofifah Al-adawiyah, yang sangat inisiatif dan rajin. Berkat bantuan, dukungan, serta studi banding selama penyusunan sripsi ini, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Tim Vekey yang selalu *support*, Nanda, Fauzia, dan Alma terima kasih banyak pokoknya kalian terbaik.

9. Teman-teman mahasiswa psikologi UPI 2018 yang telah berjuang selama perkuliahan semangat, yuk kita lulus.

10. Pihak-pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terima kasih atas dukungan yang telah diberikan.

11. Kedua nenek tersayang, yang telah memberikan dukungan dan do'a, serta menjadi malaikat pelindungku.

Saya menyadari penuh bahwa tidak semua hal dapat berjalan dengan baik dan lancar tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu saya mengucapkan terima kasih dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, khususnya bagi peneliti tersendiri.



## ABSTRAK

**Niken Fitri Anjani (1806533).** Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa Pengguna Aktif *Instagram* di Kota Bandung yang Dimediasi oleh *Self-Esteem*. Prodi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. (2022).

Penampilan dapat memberikan kesan pertama bagi orang lain, hal tersebut yang membuat penampilan menjadi perhatian utama. Fenomena tersebut mendorong kita untuk terus melakukan evaluasi terhadap penampilan dan memengaruhi ketidakpuasan pada bentuk tubuh. Perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuh merupakan dampak dari evaluasi yang disebut *body dissatisfaction*. *Body dissatisfaction* dapat dijumpai pada mahasiswa wanita maupun pria. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh perbandingan sosial terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswa pengguna aktif *instagram* di Kota Bandung yang dimediasi oleh *self-esteem*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan analisis regresi linier berganda. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa pengguna aktif *instagram* di Kota Bandung berusia 18 tahun sampai 24 tahun sebanyak 349 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *accidental sampling*. Berdasarkan hasil pengujian terdapat pengaruh yang signifikan dari perbandingan sosial terhadap *body dissatisfaction* yang dimediasi oleh *self-esteem*.

**Kata Kunci:** *body dissatisfaction*, perbandingan sosial, *self-esteem*

## **ABSTRACT**

**Niken Fitri Anjani (1806533).** *The Effect of Social Comparison on Body Dissatisfaction on Instagram Active User Students in Bandung City, which is mediated by Self-Esteem. Psychology Study Program, Faculty of Education, University of Education Indonesia, Bandung. (2022).*

*Appearance can give a first impression to others, it is this that makes appearance a major concern. This phenomenon encourages us to continuously evaluate our appearance and affects dissatisfaction with body shape. Feelings of dissatisfaction with body shape are the impact of an evaluation called body dissatisfaction. Body dissatisfaction can be found in female and male students. The purpose of this study was to determine the effect of social comparison on body dissatisfaction among students who are active users of Instagram in Bandung, which is mediated by self-esteem. The study used a quantitative approach, with multiple linear regression analysis. The subjects in this study were students who were active users of Instagram in the city of Bandung aged 18 to 24 years as many as 349 people. The sampling technique in this study used accidental sampling. Based on the test results, there is a significant effect of social comparison on body dissatisfaction mediated by self-esteem.*

**Keywords:** *body dissatisfaction, social comparison, self-esteem*

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>i</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A.Latar Belakang .....	1
B.Rumusan Masalah.....	5
C.Tujuan Penelitian .....	5
D.Manfaat Penelitian.....	5
E.Struktur Organisasi Skripsi.....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
A.Teori Body Dissatisfaction.....	7
B.Teori Perbandingan Sosial.....	10
C.Teori Self-Esteem .....	12
D.Kerangka Berpikir .....	15
E.Hipotesis .....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>18</b>
A.Desain Penelitian .....	18

B.Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel .....	18
C.Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	20
D.Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian .....	22
E.Reliabilitas Instrumen .....	27
F.Analisis Data .....	28
G.Prosedur Penelitian .....	28
H.Uji Asumsi Klasik .....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A.Hasil Penelitian.....	31
B.Uji Hipotesis .....	36
C.Pembahasan .....	43
D.Keterbatasan Penelitian .....	46
<b>BAB V KESIMPULAN .....</b>	<b>47</b>
A. Kesimpulan .....	47
B. Saran .....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>49</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>56</b>

## DAFTAR GAMBAR DAN DIAGRAM

### GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir .....	17
Gambar 3.1. Desain Penelitian.....	18
Gambar 3.2. Isaac dan Michael.....	19
Gambar 4.1. Diagram Hasil Analisis Regresi antar Variabel .....	42

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Gambaran Umum Demografi Responden.....	19
Tabel 3.2 Penskoran Instrumen.....	23
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Body Dissatisfaction .....	23
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Perbandingan Sosial.....	24
Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Perbandingan Sosial.....	24
Tabel 3.6. Kategorisasi Skor .....	25
Tabel 3.7 Tingkat Reliabilitas Berdasarkan Nilai Alpha .....	27
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas.....	27
Tabel 3.9 Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov .....	29
Tabel 3.10 Uji Multikolinearitas .....	29
Table 4.1 Distribusi Frekuensi Perbandingan Sosial .....	31
Tabel 4.2 Hasil Uji Beda Perbandingan Sosial berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, dan Waktu Penggunaan Media Sosial .....	32
Table 4.3 Distribusi Frekuensi Self-esteem .....	33
Tabel 4.4 Hasil Uji Beda Self-Esteem berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, dan Waktu Penggunaan Media Sosial .....	34
Table 4.5 Distribusi Frekuensi Body Dissatisfaction.....	35
Tabel 4.6 Hasil Uji Beda Body Dissatisfaction berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, dan Waktu Penggunaan Media Sosial .....	35
Tabel 4.7 Analisis Regresi Perbandingan sosial terhadap body dissatisfaction .....	37

Tabel 4.8 Analisis Regresi Perbandingan sosial terhadap self-esteem .....	38
Tabel 4.9 Analisis Regresi self-esteem terhadap body dissatisfaction .....	39
Tabel 4.10 Analisis Regresi Berganda perbandingan sosial terhadap body dissatisfaction yang dimediasi oleh self-esteem .....	40

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing.....	54
Lampiran 2 Izin Menggunakan Instrumen Penelitian.....	55
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian .....	56
Lampiran 4 Normalitas .....	60
Lampiran 5 Reliabilitas .....	60
Lampiran 6 Data Demografis.....	60
Lampiran 7 Skor.....	65
Lampiran 8 Pengkategorian tiap Variabel.....	88