

**HUBUNGAN PERBANDINGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN TEMAN
SEBAYA DENGAN CITRA TUBUH PADA REMAJA AWAL PENGGUNA
INSTAGRAM**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

disusun oleh:

Nuning Yuli Astuti

NIM 18107010068

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : **Nuning Yuli Astuti**

NIM : **18107010068**

Prodi : **Psikologi**

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Perbandingan Sosial dan Dukungan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Remaja Awal Pengguna Instagram” merupakan hasil karya peneliti dan bukan plagiasi karya orang lain.

Apabila suatu hari nanti penelitian ini dinyatakan plagiasi, peneliti siap bertanggungjawab sesuai dengan aturan yang berlaku di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Demikian pernyataan ini saya buat dan digunakan dengan semestinya.

Yogyakarta, 18 Januari 2023

Yang menyatakan,



Nuning Yuli Astuti



NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Kepada

Yth. Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara :

Nama : Nuning Yuli Astuti

NIM : 18107010068

Prodi : Psikologi

Judul : Hubungan Perbandingan Sosial dan Dukungan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Remaja Awal Pengguna Instagram

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam program studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 18 Januari 2023

Dosen Pembimbing Skripsi

Ismatul Izzah, S. Thi., M. A

NIP. 19840703201503 2002



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-175/Un.02/DSH/PP.00.9/02/2023

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Perbandingan Sosial dan Dukungan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Remaja Awal Pengguna Instagram

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NUNING YULI ASTUTI
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010068
Telah diujikan pada : Jumat, 27 Januari 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.
SIGNED

Valid ID: 63e5f48e92cea



Penguji I
Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
SIGNED

Valid ID: 63ec5e4e3a946



Penguji II
Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 63eb807453280



Yogyakarta, 27 Januari 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 63eddb748545

HALAMAN MOTTO

Sabran ya nafsi, you will get it. In Sha Allah



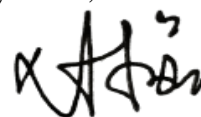
STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil alamin, terimakasih ya Allah segala puji bagi-Mu kerana telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam penelitian ini sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan. Sebelumnya saya ucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing skripsi dan teman-teman saya yang bersedia membantu saya dan bersabar dengan segala kekurangan saya. Tugas akhir ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua hebat saya, Bapak Sutikno yang telah memberikan dukungan moral dan moril yang sangat luar biasa dan untuk almarhumah ibu saya Ibu Poniyanti. Terima kasih karena telah mendukung saya dengan segenap hati, menjadi pelindung dan pelipur lara, memberikan segalanya demi kesuksesan dunia akhirat anak-anaknya, atas kasih sayang yang tiada habisnya, restu dan doa-doa yang setiap hari dipanjatkan untuk kebaikan saya, serta berjuta-juta kebaikan lain yang tidak dapat saya tuliskan.
2. Kakak laki-laki saya Hendra Pramandaru, yang telah memberikan dukungan dan menghibur saya di rumah.
3. Keluarga saya yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan bantuan kepada saya.
4. Teman-teman berjuang saya, Mia, Ruri, Khasyina, Rani, Meita yang selalu menjadi teman berkeluh kesah, saling mendukung dan selalu bersedia saya reportkan sehingga skripsi ini selesai, semoga kebaikan selalu menyertai kalian.
5. Teman-teman saya tanpa terkecuali di manapun mereka berada. Meski memiliki kesibukan masing-masing, kita masih bisa menyempatkan diri untuk saling menghibur dan tertawa bersama.

Yogyakarta, 18 Januari 2023



Nuning Yuli Astuti

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kasih, berkat, rahmat dan hidayah-Nya, serta memberikan kemudahan dan kelancaran dalam penyelesaian skripsi saya yang berjudul “Hubungan Perbandingan Sosial dan Dukungan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Remaja Awal Pengguna Instagram”. Skripsi ini disusun dengan maksud untuk memenuhi tugas akhir sebagai salah satu syarat kelulusan Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada semua pihak yang dengan sukarela memberikan kesempatan, bantuan, pemikiran, tenaga dan fasilitas sehingga proses penyusunan skripsi ini berjalan lancar. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti ucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Mochammad Shodiq, S.Sos., M. Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Ibu Ismatul Izzah, S. Th. I., M. A selaku dosen pembimbing skripsi yang telah dengan sabar membimbing saya dalam pengerjaan penelitian ini sehingga selesai. Terima kasih banyak atas waktu, tenaga, ilmu dan kesabaran yang telah Ibu berikan kepada saya. Tiada kata yang dapat mewakili rasa terima kasih saya, semoga Allah SWT membalas segala kebaikan ibu.
4. Ibu Nuristighfari Masri Khaerani, S. Psi., M. Psi selaku dosen pembimbing akademik.
5. Ibu Sabiqotul Husna, S. Psi., M. Sc selaku dosen penguji 1
6. Ibu Ratna Mustika Handayani, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku dosen penguji 2
7. Seluruh dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah memberikan kebaikan ilmu serta krama selama peneliti menempuh ilmu

8. Bapak, ibu dan keluargaku tercinta yang selalu mendukung dan memberikan bantuan doa dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Teman-teman Prodi Psikologi angkatan 2018 khususnya kelas B yang telah bersedia berbagi ilmu, memberikan dukungan serta motivasi yang membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.
10. Subjek penelitian yang telah bersedia menjadi responden di dalam penelitian ini, sehingga penelitian ini dapat selesai.

Semoga amal kebaikan yang telah diberikan semua pihak mendapatkan pahala dari Allah SWT.

Yogyakarta, 18 Januari 2023



Nuning Yuli Astuti



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	i
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI / TUGAS AKHIR	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRACT	xiii
INTISARI.....	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	6
C. Manfaat Penelitian	6
D. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II.....	20
DASAR TEORI	20
A. Citra Tubuh	20
1. Pengertian Citra Tubuh	20
2. Aspek-aspek Citra Tubuh.....	21

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Citra Tubuh	23
B. Perbandingan Sosial	25
1. Pengertian Perbandingan Sosial	25
2. Aspek-aspek Perbandingan Sosial.....	26
C. Dukungan Teman Sebaya	27
1. Pengertian Dukungan Teman Sebaya.....	27
2. Aspek-aspek Dukungan Teman Sebaya	28
D. Dinamika Citra Tubuh, Perbandingan Sosial dan Dukungan Teman Sebaya	29
D. Hipotesis.....	33
BAB III	34
METODE PENELITIAN.....	34
A. Desain Penelitian.....	34
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	34
C. Definisi Operasional.....	34
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
E. Metode dan Alat Pengumpulan Data	37
F. Validitas, Seleksi Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur.....	44
1. Validitas Alat Ukur.....	44
2. Seleksi aitem	45
3. Reliabilitas alat ukur.....	45
F. Metode Analisis Data.....	45
1. Uji Asumsi.....	46
1) Uji Normalitas	46

2) Uji Linieritas.....	46
3) Uji Multikolinieritas	46
4) Uji Heteroskedastisitas	47
2. Uji Hipotesis.....	47
BAB IV	48
PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN	48
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan.....	48
B. Pelaksanaan Penelitian.....	56
C. Hasil Penelitian	56
D. Pembahasan.....	65
BAB V.....	69
KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. Blueprint Skala Citra Tubuh	38
Tabel 3. Sebaran Aitem Skala Citra Tubuh	39
Tabel 4. Blueprint Skala Perbandingan Sosial.....	41
Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Perbandingan Sosial	41
Tabel 6. Blueprint Skala Dukungan Teman Sebaya	43
Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Dukungan Teman Sebaya.....	43
Tabel 8. Sebaran Aitem Lolos & Gugur Skala Citra Tubuh.....	50
Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Citra Tubuh Setelah <i>Tryout</i>	51
Tabel 10. Sebaran Aitem Lolos & Gugur Skala Perbandingan Sosial.....	52
Tabel 11. Sebaran Aitem Skala Perbandingan Sosial Setelah <i>Tryout</i>	53
Tabel 12. Sebaran Aitem Lolos & Gugur Skala Dukungan Teman Sebaya	53
Tabel 13. Sebaran Aitem Skala Dukungan Teman Sebaya Setelah <i>Tryout</i>	54
Tabel 14. Hasil Uji Reliabilitas Skala Penelitian.....	55
Tabel 15. Demografis seluruh responden dalam penelitian yaitu 70 responden.....	56
Tabel 16. Deskripsi Statistik	57
Tabel 17. Rumus Perhitungan Kategorisasi Skor	59
Tabel 18. Kategorisasi Skor Citra Tubuh.....	59
Tabel 19. Kategorisasi Skor Perbandingan Sosial	60
Tabel 20. Kategorisasi Skor Dukungan Teman Sebaya.....	60
Tabel 21. Hasil Uji Normalitas	61
Tabel 22. Hasil Uji Multikolinieritas	62
Tabel 23. Hasil Uji Heteroskedastisitas	63
Tabel 24. Hasil Uji Regresi Hipotesis Mayor	63
Tabel 25. Hasil Uji Regresi Hipotesis Minor.....	64
Tabel 26. Hasil Uji Sumbangan Efektif	64

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Dinamika Perbandingan Sosial, Dukungan Teman Sebaya dan Citra Tubuh	32
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Validasi Skala Penelitian Try Out	80
Lampiran 2. Skala Penelitian Try Out.....	92
Lampiran 3. Tabulasi Data Hasil Try Out.....	98
Lampiran 4. Hasil Uji Reliabilitas Skala	109
Lampiran 5. Skala Penelitian	113
Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian.....	118
Lampiran 7. Deskripsi Statistik.....	132
Lampiran 8. Uji Asumsi.....	132
Lampiran 9. Uji Hipotesis.....	135

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

**THE RELATION BETWEEN SOCIAL COMPARISON AND PEER
SUPPORT WITH BODY IMAGE AMONG EARLY ADOLESCENT
INSTAGRAM USERS**

Nuning Yuli Astuti

18107010068

ABSTRACT

***Abstract.** Developing a positive body image in the midst of the widespread use of Instagram can lead to social comparison behavior and friendship dynamics in adolescents. This is a challenge for adolescent because, through social comparison and also peer support will affect negative or positive body image. This study aims to determine the relationship between social comparison and peer support on body image among early adolescent Instagram users. This research uses a quantitative method with measurement tools using body image scale, social comparison scale and peer support scale. Subject in this study was 70 early adolescent aged 12 to 15 years old who live in D. I. Yogyakarta and Instagram users. Samples were collected by accidental sampling technique. The results showed that social comparison has a negative relation with body image with a sig. 0.009 ($p < 0.005$) and t value is -2.69 meanwhile, peer support has a positive relation with body image with a sig. < 0.001 ($p < 0.05$) and t value is 6.29. Social comparison and peer support provides an effective contribution 47.8% to body image.*

***Keywords:** body image, social comparison, peer support, Instagram*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HUBUNGAN PERBANDINGAN SOSIAL DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN CITRA TUBUH PADA REMAJA AWAL PENGGUNA INSTAGRAM

Nuning Yuli Astuti

18107010068

INTISARI

Intisari. Mengembangkan citra tubuh yang positif di tengah maraknya penggunaan media sosial Instagram dapat menimbulkan perilaku perbandingan sosial dan dinamika pertemanan yang dimiliki remaja. Hal tersebut menjadi tantangan tersendiri bagi remaja. Remaja menilai citra tubuh yang dimiliki melalui sebuah perbandingan sosial dan juga dukungan teman sebaya yang diterima akan memengaruhi penilaian citra tubuh yang negatif ataukah positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dan dukungan teman sebaya terhadap citra tubuh pada remaja awal pengguna Instagram. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat ukur menggunakan skala citra tubuh, skala perbandingan sosial dan skala dukungan teman sebaya. Sampel pada penelitian ini adalah 70 orang remaja awal berusia 12-15 tahun yang berdomisili di D. I. Yogyakarta dan menggunakan media sosial Instagram. Sampel diambil dengan teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan perbandingan sosial memiliki hubungan negatif dengan citra tubuh dengan nilai sig. 0.009 ($p < 0.05$) dan nilai t -2.69 sedangkan, dukungan teman sebaya memiliki hubungan positif dengan nilai sig. < 0.001 ($p < 0.05$) dan nilai t 6.29. Perbandingan sosial dan dukungan teman sebaya secara bersamaan memberikan sumbangan efektif sebesar 47.8% terhadap citra tubuh.

Kata kunci: *citra tubuh, perbandingan sosial, dukungan teman sebaya, Instagram*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri yang memiliki bawaan lahir ingin memiliki hubungan dengan manusia lainnya, ingin mengetahui lingkungan sekitar dan dirinya sendiri. Rasa ingin tahu tersebut menjadi titik awal manusia untuk berkomunikasi. Komunikasi dengan manusia lain tentunya memiliki fungsi dasar, yaitu keinginan untuk mengendalikan dan beradaptasi dengan lingkungannya, serta transformasi warisan sosialnya (Laswell dalam Cangara, 2007). Ketiga fungsi dasar tersebut menjadi tonggak dasar individu untuk berinteraksi dengan sesamanya. Di era globalisasi, dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat saat ini interaksi dan hubungan antar manusia dapat dilakukan kapanpun, di manapun oleh siapapun tanpa hambatan ruang dan waktu. Salah satu produk kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi tersebut ialah media sosial Instagram.

Instagram hadir kali pertama tahun 2010 yang merupakan situs jejaring sosial berbasis visual di mana individu dapat berbagi foto/video, memberikan komentar, *like*, berkiriman pesan, menandai orang lain/lokasi, *hashtag*, *follow*, dan *explore* (Mahendra, 2017). Di Indonesia, Instagram memiliki jumlah pengguna tertinggi kedua setelah WhatsApp yaitu mencapai 99,15 juta pengguna atau 84,8% dari populasi warga negara Indonesia, di antara 84,8% populasi warga negara Indonesia yang menggunakan Instagram, sebanyak 13,3% penggunaannya didominasi oleh remaja berusia 13-17 tahun (Hootsuite, 2022). Sementara survei yang dilakukan Napoleon Cat populasi pengguna Instagram di Indonesia berusia 13-17 tahun sebanyak 8,2% jumlah pengguna remaja naik dari tahun sebelumnya yaitu 12,3% (Napoleon Cat, 2022). Instagram dapat memberikan manfaat bagi penggunaannya apabila digunakan sesuai dengan fungsinya yaitu, Instagram dapat membantu masalah perekonomian

sebagai media promosi berjualan online shop, media belajar dan mencari pengetahuan dikarenakan terdapat beberapa *influencer* atau individu yang membagikan ilmu lewat Instagram, sarana hiburan, mengasah kreatifitas untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat dan media untuk bersosialisasi dengan sesamanya. Dibalik manfaat yang dipaparkan di atas, penggunaan Instagram yang berlebihan dapat memberikan dampak negatif. Di Indonesia berdasarkan penelitian dari Wiranata, dkk (2022) dampak negatif penggunaan media sosial Instagram pada remaja menyatakan bahwa remaja menjadi tidak percaya diri /*insecure* karena merasa dirinya gemuk dan memiliki wajah yang kurang cantik dibandingkan dengan unggahan orang lain. Sementara, menurut kajian di Inggris yang diadakan *Royal Society for Public Health (RSPH)* memaparkan Instagram adalah situs sosial media dengan pengaruh negatif bagi kesehatan mental kawula muda rentang usia 14-25 tahun (Wardani, 2017). Gangguan kesehatan mental tersebut di antaranya gangguan makan, kecemasan, gangguan kepercayaan diri, dan gangguan terhadap citra tubuh (Martanatasha & Primadini, 2019).

Mengembangkan citra tubuh yang positif pada remaja sangatlah penting, sebab apabila remaja tidak bisa menerima perubahan fisiknya, citra tubuh yang dimiliki negatif yang dapat memberikan dampak pada perilaku dan aktivitas keseharian contohnya menjadi tidak percaya diri, mencoba metode diet, gangguan makan, dll (Ramanda, dkk, 2019). Tidak hanya berdampak pada dirinya sendiri, citra tubuh negatif berdampak pula pada hubungan dengan orang lain contohnya kesulitan menjalani relasi positif dengan orang lain di mana remaja menemui gangguan bersosialisasi dan juga tingginya tingkat kecemasan (Cash, dkk, 2002). Hal tersebut juga bertentangan dengan tugas perkembangan remaja yang lainnya yaitu, memiliki hubungan baru dengan teman sebaya baik pria maupun wanita (Havighurst, 1961). Maka dari itu, penting bagi remaja untuk menilai positif citra tubuhnya supaya percaya diri, meningkatkan nilai diri, mengukuhkan identitas diri kepada orang lain maupun diri sendiri (Damayanti & Susilawati, 2018).

Citra tubuh oleh Cash & Smolak (2011) dimaknai sebagai pandangan seseorang kepada tubuhnya, yang menyangkut penilaian citra tubuh (*body image evaluation*) serta investasi citra tubuh (*body image investment*). Selain itu, menurut Thompson (2000) citra tubuh terbentuk dari penilaian seseorang kepada ukuran tubuh, berat tubuh maupun tubuh secara keseluruhan dan erat kaitannya dengan fisik. Citra tubuh penting bagi remaja karena di fase ini, remaja mengalami perubahan yang pesat pada fisiknya di antaranya payudara membesar, tumbuhnya bulu pada area kemaluan dan ketiak, menstruasi pada perempuan sedangkan pada laki-laki mulai mimpi basah, perubahan suara, munculnya bulu diketiak dan area kemaluan. Perubahan tersebut menuntut remaja untuk bisa menerima tugas perkembangan yang mesti dilalui dalam masa itu yaitu, menerima keadaan fisiknya dan memanfaatkan tubuhnya secara potensial (Havighurst, 1961).

Citra tubuh terbentuk dari beragam faktor, seperti sosial kebudayaan, karakteristik fisik, faktor kepribadian, dan pengalaman interpersonal (Cash & Pruzinsky, 2002). Sedangkan menurut Thompson (2000) sebagian besar penerimaan citra tubuh dipengaruhi oleh sosial budaya yakni identifikasi terhadap orang lain, reaksi orang lain, peranan individu, dan perbandingan dengan orang lain. Remaja mulai mengamati perubahan pada tubuhnya, membandingkan dengan orang lain, kemudian melakukan penilaian yang berpengaruh terhadap kepercayaan dirinya. Kegiatan tersebut disebut perbandingan sosial, di mana individu memiliki peluang membandingkan dirinya dengan memperhatikan informasi yang diposting oleh pengguna lain (Vogel, dkk, 2014).

Jones (2001) menuturkan perbandingan sosial adalah mengevaluasi seseorang kepada dirinya sendiri dengan cara melibatkan penilaian secara kognitif yang mencakup karakteristik yang ingin dimiliki. Menurut Festinger (1954) perbandingan sosial merupakan kegiatan di mana manusia memiliki bawaan lahir berupa dorongan untuk mengevaluasi diri mereka sendiri dan seringkali melakukan penilaian dengan membandingkan diri dengan orang lain. Perbandingan sosial untuk mengevaluasi diri

lebih potensial dilakukan oleh remaja yang menyebabkan rasa tidak puas terhadap tubuhnya (Santrock, 2007). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Jones (2001) remaja paling sering melakukan perbandingan sosial dengan teman sebaya/ seorang model untuk mengevaluasi tinggi badan, berat badan, kecerdasan dan penampilan.

Fenomena *selebgram*, sebutan untuk orang-orang yang mendapatkan ketenaran di Instagram biasanya memiliki tubuh langsing dan indah, menyebabkan ketidakpuasan tubuh, kecemasan berat badan, dan gangguan makan di kalangan pengguna Instagram, terutama perempuan (Ghaznavi & Taylor, 2015). Berdasarkan laporan *Wall Street Journal* pada kajian internal Facebook yang dimuat Maret 2020 menunjukkan bahwa penggunaan Instagram jangka panjang berdampak terhadap kesehatan mental kawula muda khususnya perempuan. Hasil penelitian, menunjukkan bahwa 32% subjek dari kelompok remaja perempuan berada pada titik tidak percaya diri dengan bentuk tubuhnya karena terlalu sering melihat dan membandingkan diri dengan *influencer* dan iklan yang mereka lihat di Instagram (Greenwood dalam Vice, 2021). Sejalan dengan penelitian di atas, individu yang melakukan perbandingan sosial yang tinggi dengan membandingkan dirinya dengan orang lain secara terus menerus dapat memiliki *body dissatisfaction* seperti penilaian negatif terhadap bentuk tubuhnya, tidak percaya diri, kebiasaan mengecek bentuk tubuh, menyamakan bentuk tubuh dan menjauhi interaksi sosial (Dewi, dkk., 2020).

Faktor lain yang menjadi prediktor citra tubuh selain perbandingan sosial ialah dukungan teman sebaya. Menurut Smolak & Levine (dalam Cash & Pruzinsky, 2002) faktor yang membentuk citra tubuh ialah media massa, faktor keluarga, sumber objektifikasi, tahap perkembangan, dan teman sebaya. Teman sebaya memainkan peranan penting dalam membentuk citra tubuh remaja, pasalnya pada masa ini kelekatan dengan teman sebaya meningkat secara drastis dan secara bersamaan komunikasi dan kepercayaan terhadap orangtua berkurang (Nickerson & Nagle, 2005).

Sumber dukungan emosional sekaligus sumber perilaku negatif sepanjang transisi masa remaja yang kompleks disebabkan oleh peningkatan keterlibatan remaja dengan teman sebaya. Teman sebaya sendiri merupakan pengaruh penting terbentuknya citra tubuh pada remaja (Cash & Pruzinsky, 2002). Maka dari itu, menjalin hubungan positif dengan rekan sebaya sangat penting untuk remaja karena tidak hanya berdampak pada saat ini tetapi juga berdampak pada masa dewasa (Papalia, dkk., 2008). Salah satu contoh relasi positif yang dimaksud di atas dapat berupa dukungan teman sebaya. Setelah dipaparkan dampak negatif dan resiko penggunaan *Instagram* pada pembahasan sebelumnya, terdapat bentuk hubungan sosial yang menguntungkan/positif untuk melawan atau mengurangi dampak negatif yang disebut dukungan sosial. Pernyataan tersebut sejalan dengan yang diungkapkan Heejung, dkk (2008) di mana dukungan sosial merupakan salah satu alternatif ampuh untuk mengatasi peristiwa stress. Finfgeld (2005) juga menuturkan hal serupa di mana dukungan sosial terdiri dari dukungan emosional dan instrumental yang dicirikan oleh pertukaran informasi timbal balik, hubungan khusus, dan menghasilkan kesehatan mental. Orang yang lebih banyak mendapatkan dukungan emosional (mempercayai, memahami, menerima) memiliki tingkat depresi/kecemasan yang lebih rendah serta ketika dihadapkan dengan suatu tekanan akan memberikan dampak yang lebih kecil bagi orang-orang dengan menerima lebih banyak dukungan (Cohen & Wills, 1985).

Dukungan sosial dapat diterima dari siapa saja termasuk orangtua, keluarga dan teman. Dukungan teman sebaya merupakan dukungan yang datang dari teman dekat berupa empati, kasih sayang dan perhatian, serta dapat menginformasikan apa yang harus dilakukan remaja untuk berusaha berbuat baik secara sosial di lingkungannya (Saputro & Sugiarti, 2021). Oleh karena itu, remaja diyakini membutuhkan dukungan dari teman sebayanya untuk memperbaiki kondisi psikologis terkait ketidakpuasan tubuh mereka sendiri (Aristantya & Helmi, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Shufiyah dan Suprihatin (2020) harga diri dan dukungan sosial teman sebaya secara bersamaan memberikan sumbangan efektif

sebesar 17,1% terhadap citra tubuh. Sejalan dengan penelitian di atas, Aristantya & Helmi (2019) melakukan penelitian dengan tema serupa di mana hasilnya terdapat hubungan positif antara dukungan sosial online dengan citra tubuh remaja usia SMA yang mana apabila semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin positif citra tubuh remaja begitupun sebaliknya. Namun, dukungan sosial online memberikan sumbangan sangat kecil yaitu 6,8% terhadap citra tubuh.

Penelitian ini penting dilakukan karena maraknya penggunaan Instagram memicu perilaku perbandingan sosial dan bentuk hubungan dengan teman sebaya yang dapat memengaruhi penilaian citra tubuh remaja positif atau negatif. Maka dari itu, peneliti tertarik meneliti hubungan perbandingan sosial dan dukungan teman sebaya dengan citra tubuh pada remaja awal pengguna Instagram.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dan dukungan teman sebaya dengan citra tubuh pada remaja awal pengguna Instagram.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah khazanah keilmuan dan sumber referensi di bidang psikologi sosial, psikologi perkembangan, psikologi klinis dan keilmuan psikologi yang memiliki kaitan dengan perbandingan sosial, dukungan teman sebaya dan citra tubuh di media sosial Instagram.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Remaja

Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman bagi remaja pengguna Instagram tentang pentingnya dukungan sosial teman sebaya dalam kaitannya dengan citra tubuh, serta pemahaman bahwa perbandingan sosial dapat berefek pada citra tubuh yang dimiliki.

b) Bagi Orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada orang tua tentang pentingnya dukungan sosial teman sebaya dalam kaitannya dengan citra tubuh, serta pemahaman bahwa perbandingan sosial dapat berefek pada citra tubuh remaja yang menggunakan Instagram sehingga orang tua dapat lebih lanjut menentukan sikap dan pengawasan kepada remaja.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumber referensi atau rujukan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian dengan tema yang sama.

D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan pencarian terhadap penelitian terdahulu yang telah dilakukan, menunjukkan hasil bahwa ada beberapa penelitian yang menggunakan variabel citra tubuh, perbandingan sosial, dan dukungan teman sebaya sebagai variabel penelitian. Beberapa penelitian tersebut antara lain sebagai berikut;



Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Judul dan Identitas Jurnal	<i>Grand Theory</i>	Alat Ukur	Metode dan Subjek Penelitian	Hasil Penelitian
1	<p>Hubungan Antara <i>Social Comparison</i> dan Harga Diri Terhadap Citra Tubuh pada Remaja Perempuan. Sari, I. A. W. P., & Suarya, L. M. K. S. <i>Jurnal Psikologi Udayana</i>, 40-52. (2018)</p>	<p>Menggunakan teori <i>social comparison</i> (Jones, 2001), teori citra tubuh (Cash, 2000), teori harga diri (Heatherton & Wyland, 2003).</p>	<p>Skala <i>social comparison</i>, skala harga diri, skala citra tubuh</p>	<p>Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek 100 remaja perempuan berusia 15-18 tahun siswa SMA 6 Denpasar</p>	<p>Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perbandingan sosial dan citra tubuh serta harga diri dan citra tubuh.</p>
2	<p><i>The Effect of Self-Comparison in</i></p>	<p>Menggunakan teori <i>social comparison</i></p>	<p>Alat ukur <i>social comparison INCOM</i>,</p>	<p>Menggunakan metode</p>	<p>Terdapat korelasi negatif antara <i>social</i></p>

	<i>Social Media on Self Esteem.</i> Moningka, C., & Eminiari, P. R. (2020, Nov)	dari Gibbons & Buunk (1999), teori <i>self esteem</i> dari Heatherton & Polivy (1991).	Skala <i>self esteem</i> , skala	kuantitatif dengan subjek 221 remaja pria dan wanita usia 13-18 tahun yang tinggal di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi	<i>comparison</i> dengan <i>self esteem</i>
3	Hubungan <i>Social Comparison</i> dengan <i>Self-Esteem</i> pada pengguna <i>Instagram</i> . Hasanati, U., & Aviani, Y. I. <i>Jurnal</i>	Menggunakan teori <i>social comparison</i> dari Gibbons & Buunk (1999), teori <i>self esteem</i> dari Heatherton & Polivy (1991).	Skala <i>social comparison</i> INCOM dan skala <i>self esteem</i>	Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek 152 orang dewasa awal pengguna <i>Instagram</i> di daerah	<i>Social comparison</i> memiliki hubungan negatif dengan <i>self-esteem</i>

	<i>Pendidikan Tambusai, 4(3), 2391-2399. (2020)</i>			Bukittinggi.	
4	<i>The Effects of Instagram Use, Social Comparison, and Self-Esteem on Social Anxiety: A Survey Study in Singapore. Jiang, S., & Ngien, A. (2020)</i>	Menggunakan teori <i>social comparison</i> dari Gibbons & Buunk (1999), teori <i>self esteem</i> dari Rosenberg (1965), teori <i>social anxiety</i> dari Mattick, dkk (1989).	Skala <i>social comparison</i> , skala <i>self esteem</i> , skala <i>social interaction anxiety</i> .	Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek 388 warga Singapura dan menggunakan Instagram.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengguna media sosial Instagram tidak secara langsung menyebabkan kecemasan sosial namun <i>social comparison</i> berada pada posisi teratas penyebab kecemasan sosial pada penelitian ini,
5	<i>Social media is not real: The effect of</i>	Menggunakan teori <i>appearance comparison</i> dari	Skala <i>state appearance comparison</i> , skala	Menggunakan metode kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan subyek yang melihat foto nyata

	<i>'Instagram vs reality' images on women's social comparison and body image.</i> Tiggemann, M., & Anderberg, I. <i>New Media & Society</i> , 22(12), 2183-2199. (2020)	Tiggemann & McGill (2004), teori <i>body dissatisfaction</i> dari Heinberg & Thompson (1995), teori <i>body appreciation</i> dari Slater, dkk (2017).	<i>visual analogue (VASs), skala state body appreciation.</i>	dengan subjek 305 perempuan berusia 18-30 tahun	menunjukkan rendahnya ketidakpuasan terhadap tubuh. Begitupun sebaliknya subyek yang melihat foto yang ideal memiliki ketidakpuasaan tubuh yang tinggi
6	<i>When Image Isn't Everything: The Effect of Instagram Frames on Social Comparison.</i> Lewallen, J. <i>The Journal of Social</i>	Menggunakan teori <i>self-esteem</i> dari Rosenbergh (1965), teori <i>exercise motives</i> dari Markland & Ingledew (1997), teori <i>ideal body stereotype</i> dari Stice	<i>Body Mass Index, skala Rosenberg Self-Esteem, skala Exercise Motivations Inventory-2 (EMI-2), skala Ideal Body Stereotype Scale, The Extent Thoughts Questionnaire, Social</i>	Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek 58 orang perempuan Amerika berusia 18-54 tahun.	Hasil penelitian menunjukkan wanita yang membandingkan dirinya dengan wanita yang ada digambar mengimajinasikan memiliki gaya hidup dan tampilan yang

	<i>Media in Society</i> , 5(2), 108-133. (2016)	& Whitenon (2002), teori <i>extent thoughts</i> dari Bessenoff's (2006), teori <i>social media social comparison</i> dari Lewallen (2016), teori <i>fantasy comparison</i> dari Tiggemann, Polivy, and Hargreaves (2009)	<i>Media Social Comparison (SMSC), fantasy comparison questionnaire</i>		sama.
7	Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. <i>Gadjah Mada Journal of</i>	Menggunakan teori citra tubuh yang disusun oleh Cash (2000) dan dukungan sosial online sosial milik Fitriani (2014).	Skala Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire- Appearance Scale (MBRSQ-AS), skala dukungan sosial	Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek remaja SMA (15-18 tahun) berdomisili	Dukungan sosial online memiliki hubungan positif dengan citra tubuh.

	<i>Psychology (GamaJoP)</i> , 5(2), 114-128. (2019)		dalam jejaring sosial	Yogyakarta, Jakarta, Bandung, dan Surabaya	
8	Citra Tubuh, Dukungan Sosial Teman Sebaya, dan Penerimaan Diri pada Orang dengan Obesitas (Odo). Elisa, N, N., dkk. <i>Proyeksi: Jurnal Psikologi</i> , 16(2), 198-207. (2021).	Menggunakan teori citra tubuh dari Cash (2003) dan teori dukungan sosial dari Corcoran dan Robert (2015), teori penerimaan diri dari Heriyadi (2013)	Skala penerimaan diri, skala citra tubuh, dan skala dukungan teman sebaya	Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek 100 orang berusia 18-40 tahun dengan kriteria Orang Dengan Obesitas (ODO).	Terdapat hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penerimaan diri.
9	Hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya	Menggunakan teori dukungan sosial dari Sarafino dan Smith (2011), teori harga	Skala citra tubuh, skala harga diri, dan skala dukungan sosial teman sebaya	Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek	Terdapat hubungan antara harga diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan citra

	dengan Citra Tubuh pada Siswi SMK “X”. shufiyah, W. S., & Suprihatin, T. <i>Psisula: Prosiding Berskala Psikologi</i> , 2, 74-83. (2020)	diri dari Murk (2013) dan teori citra tubuh dari Cash (2012)		penelitian 99 siswi	tubuh pada siswi SMK “X”. Secara parsial harga diri dengan citra tubuh memiliki hubungan positif sedangkan dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh tidak memiliki hubungan.
10	Pengaruh Dukungan sosial teman sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. Saputro, Y.A., & Sugiarti,	Menggunakan teori penyesuaian diri dari Scheinders dalam Aristya & Anizar (2018), teori dukungan sosial teman sebaya menurut House dalam Mahmudi	Skala penyesuaian diri, skala dukungan sosial teman sebaya, dan skala konsep diri	Menggunakan metode kuantitatif dengan subjek 183 siswa SMA kelas X	Ada pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri. sedang secara parsial dukungan sosial teman sebaya berpengaruh positif terhadap penyesuaian

<p>R. <i>Philanthropy: Journal of Psychology</i>, 5(1), 59-72. (2021)</p>	<p>(2014), teori konsep diri menurut Sari (2020)</p>			<p>diri dan konsep diri berpengaruh positif terhadap penyesuaian diri.</p>
---	--	--	--	--



Berdasarkan *literature review* di atas, peneliti meyakini bahwa penelitian berjudul “Hubungan Perbandingan Sosial dan Dukungan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Remaja Awal Pengguna Instagram” ini asli, bukan sebuah karya tiruan, dan belum pernah diteliti sebelumnya dengan penjabaran sebagai berikut :

1. Keaslian Topik

Topik penelitian ini sama dengan penelitian diatas namun, pemilihan ketiga variabel secara bersamaan yakni perbandingan sosial, dukungan teman sebaya dan citra tubuh secara bersamaan berbeda dengan penelitian sebelumnya. Pemilihan variabel pada topik ini berbeda dengan penelitian sebelumnya milik Sari & Suarya (2018) yang menghubungkan perbandingan sosial, harga diri dan citra tubuh, penelitian Moningka & Eminiari (2020), Hasanati & Aviani (2020), Lewallen (2016) yang menghubungkan perbandingan sosial dengan harga diri, penelitian Jiang & Ngien (2020) yang mengubungkan perbandingan sosial, harga diri dan kecemasan sosial, penelitian Tiggemann & Anderberg (2020) yang menghubungkan perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh, penelitian Arisantya & Helmi (2019) yang menghubungkan dukungan sosial online dengan citra tubuh, penelitian Elisa, dkk (2021) yang menghubungkan citra tubuh, dukungan sosial teman sebaya, dan penerimaan diri, penelitian Shufiyah & Suprihatin (2020) yang menghubungkan harga diri, dukungan sosial teman sebaya dan citra tubuh, penelitian Saputro & Sugiarti (2021) yang menghubungkan dukungan sosial teman sebaya, konsep diri dan penyesuaian diri. Berdasarkan penelitian di atas belum ada yang menghubungkan tiga variabel perbandingan sosial, dukungan teman sebaya, dan citra tubuh pada remaja awal pengguna Instagram dalam satu judul pembahasan yang sama.

2. Keaslian Teori

Teori perbandingan sosial yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori menurut Mussweiler, dkk (2006) berbeda dengan penelitian Sari & Suarya (2018), Moningka & Eminiari (2020), Hasanati & Aviani (2020),

Jiang dan Ngien (2020) di mana mereka menggunakan teori *lowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* oleh Gibbons & Buunk (1999). Tiggemann & Anderberg (2020) menggunakan teori perbandingan penampilan dari Tiggemann & McGill (2004), dan Lewallen (2016) *Extent Thoughts Question-naire* Bessenoff's (2006) untuk menilai sejauh mana pemikiran tentang hubungan perbandingan sosial dengan berat badan. Sedangkan teori dukungan teman sebaya menggunakan teori House (1987) berbeda dengan penelitian Arisantya & Helmi (2019), Shufiyah & Suprihatin (2020) serta Saputro & Sugiarti (2021) begitupun dengan teori citra tubuh menggunakan teori milik Cash & Pruzinsky (2002) yang sama dengan penelitian Sari & Suarya (2018), Shufiyah & Suprihatin (2020), Elisa, dkk (2021), Arisantya & Helmi (2019), Tiggemann dan Anderberg (2020). Jadi, teori perbandingan sosial pada penelitian ini sama dengan teori yang digunakan Sari & Suarya (2018), teori dukungan teman sebaya berbeda dengan penelitian sebelumnya dan teori citra tubuh sama dengan penelitian sebelumnya yakni Sari & Suarya (2018), Shufiyah & Suprihatin (2020), Elisa, dkk (2021), Arisantya & Helmi (2019), Tiggemann dan Anderberg (2020).

3. Keaslian Alat Ukur

Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan yaitu skala citra tubuh, skala perbandingan sosial, dan skala dukungan sosial teman sebaya. Peneliti menggunakan alat ukur skala psikologi yang dibangun sendiri berdasarkan aspek dari Cash & Pruzinsky (2002), Mussweiler (2006) dan House (1987).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini yaitu remaja awal yang berusia 12-15 tahun pengguna media sosial Instagram dan berdomisili di DI Yogyakarta. Karakteristik subjek penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yakni remaja dengan tahapan remaja awal dan lokasi penelitian juga berbeda di mana pada penelitian terdahulu oleh Sari & Suarya (2019) menggunakan subjek remaja pertengahan usia 15-18 tahun, Arisantya & Helmi (2019)

menggunakan subjek remaja usia 15-18 tahun pula, Moningka dan Eminiari (2021) menggunakan subjek remaja usia 13-18 tahun.

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan dan persamaan dari penelitian terdahulu terkait dengan permasalahan topik, teori, alat ukur penelitian dan subjek penelitian. Penelitian yang sedang dilakukan saat ini berjudul “Hubungan Perbandingan Sosial dan Dukungan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh Remaja Awal Pengguna Instagram” Penelitian ini memiliki perbedaan utama dari penelitian terdahulu, yaitu terletak pada topik penelitian, karena penelitian ini menggunakan tiga variabel perbandingan sosial, dukungan teman sebaya dan citra tubuh secara bersamaan. Perbedaan lain antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu di atas yaitu pada alat ukur. Sehingga, penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan keasliannya.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan pada bab-bab sebelumnya terkait “Hubungan Perbandingan Sosial dan Dukungan Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Remaja Awal Pengguna Instagram”, peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa:

1. Terdapat hubungan antara perbandingan sosial dan dukungan teman sebaya dengan citra tubuh pada remaja awal pengguna Instagram Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar < 0.001 ($p < 0.05$).
2. Perbandingan sosial memiliki hubungan negatif dengan citra tubuh pada remaja awal pengguna Instagram, hal tersebut dibuktikan karena nilai $p = 0.009$ ($p < 0.05$) dengan nilai $t = -2.69$.
3. Dukungan teman sebaya memiliki hubungan positif dengan citra tubuh pada remaja awal pengguna Instagram, hasil ini dibuktikan karena nilai $p = <0.001$ ($p < 0.05$) dengan nilai $t = 6.29$.
4. Perbandingan sosial dan dukungan teman sebaya secara bersamaan memberikan sumbangan efektif sebesar 47.8% terhadap citra tubuh.

B. Saran

Penelitian ini berupaya untuk dilaksanakan sebaik-baiknya, namun tidak menutup kemungkinan bahwa akan ada banyak ketidaksempurnaan dalam penelitian ini. Maka, ada beberapa saran dari peneliti, antara lain:

1. Bagi remaja

Remaja diharapkan untuk mengurangi intensitas melakukan perbandingan sosial dan menjalin hubungan yang positif dengan teman sebaya supaya mendapatkan dukungan sosial teman sebaya sehingga terbentuk citra tubuh positif.

2. Bagi Orang tua

Orang tua diharapkan mengawasi dan memberikan pemahaman kepada remaja untuk bijak menggunakan Instagram serta mengurangi intensitas perbandingan sosial dan meningkatkan hubungan yang positif dengan teman sebaya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian serupa diharapkan untuk memastikan responden adalah pengguna aktif Instagram serta mencari responden dengan jumlah yang relatif sama antara laki-laki dan perempuan agar data yang didapat lebih representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Alidia, F. (2018). Body image siswa ditinjau dari gender. *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 14(2), 79-92
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra tubuh pada remaja pengguna Instagram. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 114-128
- Astuti, S. T., & Ningsih, Y. T. (2021). Perbedaan body image ditinjau dari jenis social comparison pada wanita dewasa awal pengguna Instagram. *Socio Humanus*, 3(3), 254-264
- Azwar, S. (1998). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (1999). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2000). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Banfield, S. S., & McCabe, M. P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*, 37(146), 373-393
- Buunk, A. P., & Gibbons, F. X. (2007). Social comparison: The end of a theory and the emergence of a field. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 102(1), 3-21
- Cangara, H. (2007). *Pengantar Ilmu Komunikasi Edisi Revisi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 19
- Cangara, H. (2010). Komunikasi politik: Konsep, teori dan strategi. Jakarta. Rajawali Press. Differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of The Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37(1), 48-75
- Cash, T. F & Pruzinsky, T. (2002). *Body image : A handbook of theory, research and clinical*. New york: Guilford publications

- Cash, T. F. (1994). *Body-image attitudes: Evaluation, investment, and affect. Perceptual and Motor skills*, 78(3_suppl), 1168-1170
- Cash, T. F., & Smolak. L. (Eds). (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. Guilford press
- Cash, T. F., Fleming, E.C., Alindogan, J., Steadman, L., & Whitehead, A. (2002). *Beyond body image as a trait: The development and validation of the Body Image State Scale*. *Eating disorders*, 10(2), 103-113
- Cattarin, J. A., Thompson, J. K., Thomas, C., & Williams, R. (2000). Body Image, Mood, And Televised Images Of Attractiveness: The Role Of Social Comparison. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 19(2), 220
- Centi, P. J. (2003). *Mengapa rendah diri?*. Yogyakarta: Kanisius
- Citrawati, C. (2014). *Sumber-Sumber Informasi Remaja Perempuan di Surabaya dalam melakukan Peniruan Cara Berpakaian*. Universitas Airlangga
- Corcoran, K., Crusius, J., & Mussweiler, T. (2011). Social comparison: motives, standards, and mechanism
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98(2), 310
- Croll, J. (2005). Body image and adolescents. *Chest (in)*, 40(35), 50
- Damayanti, A. A. M., & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Peran Citra Tubuh Dan Penerimaan Diri Terhadap Self Esteem Pada Remaja Putri di Kota Denpasar. *Jurnal psikologi Udayana*, 201-210
- Dewi, A. E., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2020). Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 173-180

- Elisa, N. N., Elfiana, L. N., Rahma, D. A., & Muhid, A. (2021). Citra Tubuh, Dukungan Sosial Teman Sebaya, dan Penerimaan Diri Pada Orang Dengan Obesitas (Odo). *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 16(2), 198-207
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39, 175-191
- Ferron, C. (1997). Body image in adolescence: cross-cultural research—results of the preliminary phase of a quantitative survey. *Adolescence*, 32(127), 735
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140
- Fingeld-Connett, D. (2005). Clarification of social support. *Journal of nursing scholarship*, 37(1), 4-9
- Garcia, S. M., & Tor, A., & Schiff, T. M. (2013). The psychology of competition: A social comparison perspective. *Perspective on psychological science*, 8(6), 634-650
- Gardner, R. M. (2011). Perceptual measures of body image for adolescents and adults
- Ghaznavi, J., & Taylor, L. D. (2015). Bones, body parts, and sexual appeal: An analysis of #thinspiration images on popular social media. *Body image*, 14, 54-61
- Greenwood, D. (2021, September). Instagram sadar aplikasi mereka berdampak buruk pada kesehatan mental anak muda. Diakses pada tanggal 4 September 2022 dari (<https://www.vice.com/id/article/wx53zn/bos-instagram-mengakui-medsos-bisa-berdampak-buruk-pada-kesehatan-mental-anak-muda>)
- Hasan, S. A., & Handayani, M. M. (2014). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu di sekolah inklusi. *Jurnal Psikologi pendidikan dan perkembangan*, 3(2), 128-135

- Hasanati, U., & Aviani, Y.I. (2020). Hubungan Social Comparison dengan Self-Esteem pada Pengguna Instagram. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 2391-2399. <https://doi.org/10.31004/jptam.v4i3.721>
- Havighurst, R. J. (1961). *Human Development And Education*. New York: David McKay Company
- Haynes, S. N., Richard, D. C., & Kubany, E. S. (1995). Content Validity In Psychological Assessment: A Fungsional Approach To Concepts And Methods. *Psychological Assesment*, 7, 238-247
- Helgeson, V. S. (2003). Social support and quality of life. *Quality of life research*, 12(1), 25-31
- Hendryadi, H. (2017). Validitas Isi: Tahap Awal Pengembangan Kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis FE-UNIAT*, 2(2), 169-178
- Hootsuite. (2022). Digital 2022 Indonesia. Diakses pada tanggal 27 November 2022 dari (<https://datareportal.com/reports/digital-2022-indonesia>)
- House, J. S. (1987, December). Social support and social structure. In sociological forum (Vol.2, No. 1, pp. 135-146). Kluwer Academic Publishers
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga
- Irmayanti, A. (2015). Penyalahgunaan Alkohol di Kalangan Mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)
- Jiang, S., & Ngien, A. (2020). The Effects of Instagram Use, Social Comparison, and Self-Esteem on Social Anxiety; A Survey Study in Singapore. *Social Media+Society*, 6(2), 2056305120912488
- Jones, D. C. (2001). Social Comparison And Body Image: Attractiveness Comparisons To Models And Peers Among Adolescent Firls And Boys. *Sex Roles*, 45(9), 645-664. doi:10.1023/a:1014815725852

- Kertechian, S. (2016). The impact of beauty during job applications. *Journal of Human Resources Management Research*, 2016, 1-7. Doi:10.5171/2016
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, 63(6), 518-526
- Kristanti, A. J., & Savira, S. I. (2021). Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Acne Vulgaris
- Kurniawati, N. W. W., & Suarya, L. M. K. S. (2019). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6 (2), 280-290
- Lewallen, J. (2016). When image isn't everything: The effect of Instagram frames on social comparison. *The Journal of Social Media in Society*, 5(2), 108-133
- Lindgren, T. W., & Pauly, I. B. (1975). A body image scale for evaluating transsexuals. *Archives of sexual behavior*, 4(6), 639-636
- Mahendra, B. (2017). Eksistensi sosial remaja dalam Instagram (sebuah perspektif komunikasi). *Jurnal Visi Komunikasi*, 16(1), 151-160
- Martanatasha, M., & Primadini, I. (2019). Relasi Self-Esteem dan Body Image dalam Terpaan Media Sosial Instagram. *Ultimacomm: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 11(2), 158-172
- Maurilla, T & Suarya, L. M. K. S. (2020). Peran intensitas komunikasi di Instagram dan peran perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada perempuan remaja akhir. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2, 109-119
- Miller, D. T., Turnbull, W., & McFarland, C. (1988). Particularistic and universalistic evaluation in the social comparison process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(6), 908
- Moningka, C., & Eminiari, P. R. (2020, November). The Effect of Self-Comparison in Social Media on Self Esteem. In 3rd International Conference on Intervention

and Applied Psychology (ICIAP 2019) and the 4th Universitas Indonesia Psychology Symposium for Undergraduate Research (UIPSUR 2019) (pp. 383-389). Atlantis Press

Monks, F. J., & Haditono, S. R. (2002). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya, edisi keempat belas*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Mussweiler, T., Ruter, K., & Epstude, K. (2006). The why, who, and how of social comparison: A social-cognition perspective. *Social comparison and social psychology: Understanding cognition, intergroup relations, and culture*, 33-54

Muth, J. L., & Cash, T. F. (1997). Body-Image Attitudes: What Difference Does Gender Make? 1. *Journal of applied psychology*, 27(16), 1438-1452

NapoleonCat. (2022, September). Instagram users in Indonesia September 2022. Diakses pada tanggal 29 September 2022 dari (<https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2022/09/>)

Nazaruddin, I., & Basuki, A. T. (2017). *Analisis Statistik Dengan SPSS*. Yogyakarta: Danisa Media.

Nickerson, A. B., Nagle, R. J. (2005). Parent and peer attachment in late childhood and early adolescence

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development (psikologi perkembangan)*. Jakarta: Kencana

Purwantiningsih, Budi & Asnal Mala. (2021). Komparasi Komponen Model Hybrid Learning Dalam Mata Kuliah Eksakta Di Pgmi Unsuri Surabaya. *Journal of Art and Science in Primary Education*, 1(2). E ISSN: E-ISSN 2797-0965.

- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. M. K. (2019). Studi kepustakaan mengenai landasan teori body image bagi perkembangan remaja. *Jurnal edukasi: jurnal bimbingan koneseling*, 5(2), 121-135
- Riyanto, A. D. (2022, Februari). Data Digital Indonesia Tahun 2022. Diakses pada tanggal 29 September 2022 dari <https://www.google.com/amp/s/www.kompasiana.com/amp/andidwiryanto/620fe14651d76471ad402f76/data-digital-indonesia-tahun-2022>)
- Rombe, S. (2014). Hubungan Body Image Dan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4)
- Santrock, Jhon W. (2003). *Adolesence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1), 59-72
- Sarafino, E. P. (2008). *Health psychology: Biopsychosocial interactions 6th ed.* United States: John Willey
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1985). *Social Support: Theory, Research, and Applications*. NATO ASI Series
- Sari, I. A. W. P., & Suarya, L. M. K. S. (2018). Hubungan antara Social Comparison dan Harga Diri terhadap Citra Tubuh pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 265-277
- Shufiyah, W. S., & Suprihatin, T. (2020). Hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada siswi SMK "X". *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 74-83
- Simanjuntak, L. E., & Indrawati, E. S. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Harga Diri pada Siswi Kelas XII SMA Kristen

- Slade, P. D. (1994). What is body image? *Behaviour Research and Therapy*, 32(5),497-502
- Smolak, L. (2006). Body Image. In J. Worell & C. D. Goodheart (Eds.), *Handbook of girl's and women's psychological health: Gender and well-being across the lifespan* (pp. 69-76). Oxford University Press
- Solomon, P. (2004). Peer support/ peer provide service underlying processes, benefits and critical ingredients. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 27 (4), 392-401
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta
- Suls, J., Martin, R., & Wheeler, L. (2002). Social comparison: Why, with whom, and with what effect?. *Current directions psychological science*, 11(5), 159-163
- Suryabrata, S. (2005). *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: Andi Offset
- Suseno, M. N. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi Untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta: Ash-Shaff
- Taylor, S. E. (2011). Social support: A review. In H. S. Friedman (Ed.), *The Oxford handbook of health psychology* (pp. 189-214). Oxford University Press
- Thompson, J. K. (2000). *Body Image, Eating Disorder, and Obesity an Integrative Guide for Assessment And Treatment*. Washington: American Psychological Association
- Tiggemann, M., & Anderberg, I. (2020). Social media is not real: The effect of 'Instagram vs reality' images on women's social comparison and body image. *New Media & Society*, 22(12), 2183-2199
- Truby, H., & Paxton, S. J. (2002). Development of the children's body image scale. *British Journal of Clinical Psychology*, 41(2), 185-203
- Tylka, T. L (2011). Positive psychology perspective on body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image: A handbook of science, practice, and prevention* (pp. 56-64). The Guilford Press

- Usmar, A. P. M., Dewi, E. M., & Hamid, H. (2022). Pengaruh Upward Comparison Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Pengguna Sosial Media Di Kota Makassar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 1(4), 269-280
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of popular media culture*, 3(4), 206
- Voges, M. M., Giabbiconi, C. M., Schone, B., Waldorf, M., Hartmann, A. S., & Vocks, S. (2019). Gender differences in body evaluation: Do men show more self-serving double standards than women?. *Frontiers in psychology*, 10, 544
- Wardani, A. S. (2017). Instagram Sering Bikin Anak Muda Depresi Ketimbang Medsos Lain. Diakses pada tanggal 4 September 2022 dari (<https://www.liputan6.com/teknoread/2957904/instagram-sering-bikin-anakmuda-depresi-ketimbang-medsos-lain>)
- Widyastutik, R., Kartini, S. M., & Agustin, R. W. (2011). Perbedaan psychological well-being ditinjau dari dukungan sosial pada remaja tunarungu yang dibesarkan dalam lingkungan asrama SLB-B Kota Wonosobo
- Wiranata, M. A., Opah, O., Megantara, M. F., & Resantari, S. R. (2022). Penggunaan Media Sosial Instagram Secara Berlebihan Dikalangan Anak Remaja. *Cebong Journal*, 1(2), 41-46
- Yansyah, R. E. P. (2021). Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Citra Tubuh Pada Remaja Akhir (Doctoral dissertation, Universitas Katholik Soegijapranata Semarang)
- Zahra, A. C. A., & Shanti, P. (2021, June). Body image pada remaja laki-laki: Sebuah studi literatur. In Seminar Nasional Psikologi UM (Vol. 1, pp. 8-21)
- Zuvita, F., Arneliwati, A., & Nauli, F. A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Body Image Pada Remaja. *Jurnal Ners Indonesia*, 12(2), 177-185