

**HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN  
CITRA TUBUH PADA MAHASISWI**



**SKRIPSI**

**OLEH:**

**FATHIA NADINA**

**04041381520041**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDRALAYA**

**2019**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH**  
**PADA MAHASISWI**

**Skripsi**

dipersiapkan dan disusun oleh

**FATHIA NADINA**

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 29 Juli 2019  
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Rosada Dwi Iswari, M. Psi., Psikolog  
NIP. 19901028201803 2 001

Pembimbing II



M. Zainal Fikri, S.Psi., MA  
NIP. 19810813201510 4 101

Penguji I



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 1978052120021 2 204

Penguji II



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19870319201903 2 010

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 29 Juli 2019



Rachmawati, S.Psi., MA  
NIP. 19770328201209 2 201

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya Fathia Nadina, dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis / diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Indralaya, Juli 2019

Yang menyatakan,



Fathia Nadina

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya dalam semua hal termasuk dalam penyusunan penelitian ini. Peneliti mempersembahkan tugas akhir skripsi ini dengan penuh rasa syukur dan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, Ayah dan Ibu yang selalu memberikan kasih sayang yang berlimpah serta doa, dukungan, dan motivasi yang sangat bermakna. Terima kasih telah mengiringi setiap langkah ini dan mengajarkan banyak hal yang berharga dalam kehidupan. Harapannya kelak ilmu yang diperoleh ini bisa menjadi berkah dan membuat kalian bangga. Kasih sayang dan cinta selalu tercurah untuk Ayah dan Ibu, diiringi doa semoga Ayah dan Ibu selalu diberikan kesehatan dan berada dalam lindungan Allah SWT.
2. Kedua adik tersayang yang selalu memberikan dukungan, saran, motivasi dan bantuan terutama dalam pengerjaan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi saudara peneliti dan selalu ada dalam kondisi apa pun di setiap harinya, Semoga kelak apa yang dilakukan bisa membanggakan kalian.
3. Sahabat yang selalu memberikan doa dan dukungan luar biasa dengan tiada hentinya, selalu menemani saat suka dan duka.

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah memberikan berkat, rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan judul “Hubungan Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi”.

Dalam proses penyusunan tugas akhir skripsi ini banyak hal yang dapat peneliti jadikan pelajaran. Selama proses pengerjaan, peneliti juga banyak mengalami hambatan. Namun dengan bantuan, dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, peneliti mampu mengatasi hambatan tersebut. Maka dari itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Anis Saggaf, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Ayu Purnamasari, S.Psi., MA, selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Rachmawati. S. Psi., MA, selaku Ketua Bagian Program Studi psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
5. Ibu Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing I, yang sudah banyak membantu dan membimbing peneliti dalam penyusunan skripsi sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak M. Zainal Fikri, S. Psi., MA, selaku pembimbing II dalam penyusunan tugas akhir skripsi.

7. Ibu Dewi Anggraini, S. Psi., MA, selaku dosen pembimbing akademik.
8. Para dosen dan staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
9. Orang tua dan saudarara tercinta atas doa, bimbingan dan dukungan yang tiada henti-hentinya diberikan kepada peneliti.
10. Sahabat-sahabat tersayang, Bella Zakiya, Desi Puspasari, Hikmah Nur Khasana, Meisi Indah P, Nyayu Fatima, Safira Rizqi Putri, dan Zafirah Az-Zahra yang selalu memberikan semangat dan bantuan kepada peneliti dan telah menjadi pendengar, pemberi saran serta motivasi untuk peneliti.
11. Teman-teman satu angkatan, Owlster Blaster yang telah menemani dan memberikan pengalaman yang luar biasa setiap hari selama masa perkuliahan.
12. Para mahasiswi Universitas Sriwijaya yang telah memberikan bantuan selama proses pengumpulan data.

Peneliti juga menyadari bahwa dalam penyusunan proposal penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan, sehingga peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun yang bisa menjadi masukan dan bantuan bagi peneliti. Terakhir, peneliti ucapkan terima kasih kepada semua pihak dan semoga penelitian ini dapat menjadi suatu sumbangan ilmiah yang bermanfaat.

Inderalaya, Juli 2019

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xvii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian.....	13

D. Manfaat Penelitian -----	13
E. Keaslian Penelitian-----	14
<b>BAB II LANDASAN TEORI -----</b>	<b>21</b>
A. Citra Tubuh-----	21
1. Pengertian Citra Tubuh -----	21
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh -----	22
3. Dimensi Citra Tubuh-----	27
B. Perbandingan Sosial -----	29
1. Pengertian Perbandingan Sosial -----	29
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perbandingan Sosial ----	31
3. Dimensi Perbandingan Sosial-----	34
4. Jenis-jenis Perbandingan Sosial -----	36
C. Hubungan Citra Tubuh dengan Perbandingan Sosial -----	38
D. Kerangka Berpikir-----	41
E. Hipotesis Penelitian -----	42
<b>BAB III METODE PENELITIAN -----</b>	<b>43</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian -----	43
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian -----	43
1. Citra Tubuh -----	43
2. Perbandingan Sosial -----	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian -----	44

1. Populasi -----	44
2. Sampel -----	44
D. Metode Pengumpulan Data -----	45
1. Skala Citra Tubuh -----	46
2. Skala Perbandingan Sosial -----	46
E. Validitas dan Reliabilitas-----	48
1. Validitas -----	48
2. Reliabilitas-----	48
F. Metode Analisis Data-----	49
1. Uji Asumsi-----	49
2. Uji Hipotesis-----	50
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN -----</b>	<b>51</b>
A. Orientasi Kancah Penelitian -----	51
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian -----	53
1. Persiapan Administrasi -----	53
2. Persiapan Alat Ukur -----	54
3. Pelaksanaan Penelitian -----	60
C. Hasil Penelitian -----	62
1. Deskripsi Subjek Penelitian -----	62
2. Deskripsi Data Penelitian -----	66
3. Hasil Analisis Data Penelitian -----	74
D. Analisis Tambahan -----	78
E. Pembahasan -----	89

<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>98</b>
A. Kesimpulan .....	98
B. Saran .....	98
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>101</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>109</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	41
------------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Distribusi Skala Citra Tubuh-----	45
Tabel 3.2 Distribusi Skala Perbandingan Sosial -----	47
Tabel 3.3 Skoring Skala Psikologis -----	47
Tabel 4.1 Distribusi Skala Citra Tubuh Setelah Uji Coba -----	57
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran Baru Skala Citra Tubuh-----	58
Tabel 4.3 Distribusi Skala Perbandingan Sosial Setelah Uji Coba -----	59
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran Baru Skala Perbandingan Sosial -----	59
Tabel 4.5 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia -----	62
Tabel 4.6 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Fakultas -----	63
Tabel 4.7 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan-----	64
Tabel 4.8 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan BMI -----	64
Tabel 4.9 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Konsumsi Obat/Suplemen Pelangsing/Penggemuk Badan-----	65
Tabel 4.10 Deskripsi Data Penelitian -----	66
Tabel 4.11 Tabel Formulasi Kategori Citra Tubuh -----	67
Tabel 4.12 Tabel Formulasi Kategori Perbandingan Sosial -----	67

Tabel 4.13 Deskripsi Kategorisasi Evaluasi Penampilan pada Subjek -----	68
Tabel 4.14 Deskripsi Kategorisasi Orientasi Penampilan pada Subjek -----	69
Tabel 4.15 Deskripsi Kategorisasi Kepuasan terhadap Bagian Tubuh pada Subjek Penelitian-----	70
Tabel 4.16 Deskripsi Kategorisasi Pengkategorian Tubuh pada Subjek-----	71
Tabel 4.17 Deskripsi Kategorisasi Kecemasan menjadi Gemuk pada Subjek Penelitian -----	72
Tabel 4.18 Deskripsi Kategorisasi Perbandingan Sosial pada Subjek -----	73
Tabel 4.19 Hasil Uji Normalitas -----	74
Tabel 4.20 Hasil Uji Linearitas -----	75
Tabel 4.21 Hasil Uji Hipotesis -----	77
Tabel 4.22 Hasil Uji Beda Keseluruhan Subjek Berdasarkan Usia -----	78
Tabel 4.23 Deskripsi <i>Multiple Comparison</i> Hasil Perbedaan Orientasi Penampilan Berdasarkan Usia -----	80
Tabel 4.24 Perbedaan Rata-rata Orientasi Penampilan Berdasarkan Usia-----	80
Tabel 4.25 Hasil Uji Beda Keseluruhan Subjek Berdasarkan BMI -----	81
Tabel 4.26 Deskripsi <i>Multiple Comparison</i> Hasil Perbedaan Evaluasi Penampilan Berdasarkan BMI -----	82
Tabel 4.27 Perbedaan Rata-rata Evaluasi Penampilan Berdasarkan BMI -----	83
Tabel 4.28 Deskripsi <i>Multiple Comparison</i> Hasil Perbedaan Kepuasan terhadap Bagian Tubuh Berdasarkan BMI-----	84

Tabel 4.29 Perbedaan Rata-rata Kepuasan terhadap Bagian Tubuh Berdasarkan BMI-----	84
Tabel 4.30 Deskripsi <i>Multiple Comparison</i> Hasil Perbedaan Pengkategorian Tubuh Berdasarkan BMI -----	85
Tabel 4.31 Perbedaan Rata-rata Pengkategorian Tubuh Berdasarkan BMI -----	86
Tabel 4.32 Perbedaan Rata-rata Kecemasan menjadi Gemuk Berdasarkan BMI-----	87
Tabel 4.37 Hasil Uji Beda Keseluruhan Subjek Berdasarkan Konsumsi Suplemen Pelangsing/Penggemuk Badan -----	88

## DAFTAR LAMPIRAN

A. Skala Penelitian -----	110
B. Hasil Reliabilitas dan Validitas -----	126
C. Data Empiris Penelitian -----	146
D. Hasil Data Penelitian -----	158
E. Hasil Uji Beda Berdasarkan Deskripsi Subjek Penelitian -----	166
F. Tabulasi Data -----	182

## HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA MAHASISWI

Fathia Nadina<sup>1</sup>, Rosada Dwi Iswari<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada mahasiswa. Hipotesis penelitian yaitu ada hubungan antara perbandingan sosial dengan evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, pengkategorian tubuh dan kecemasan menjadi gemuk pada mahasiswa.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Sriwijaya dengan rentang usia 18-22 tahun dengan jumlah yang tidak diketahui. Sampel penelitian sebanyak 150 mahasiswa yang berasal dari 10 fakultas. Pengambilan sampel menggunakan teknik sampling insidental. Alat ukur menggunakan skala citra tubuh dan perbandingan sosial dengan mengacu pada dimensi citra tubuh dari Cash (2015) dan dimensi perbandingan sosial dari Jones (2001).

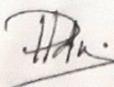
Hasil analisis korelasi menunjukkan evaluasi penampilan ( $R = -0,419$ ,  $p = 0,000$ ), orientasi penampilan ( $R = 0,286$ ,  $p = 0,001$ ), kepuasan terhadap bagian tubuh ( $R = -0,389$ ,  $p = 0,000$ ), pengkategorian tubuh ( $R = -0,226$ ,  $p = 0,005$ ) dan kecemasan menjadi gemuk ( $R = 0,399$ ,  $p = 0,000$ ). Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata Kunci: Citra Tubuh, Perbandingan Sosial

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I



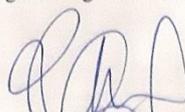
Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19901028201803 2 001

Dosen Pembimbing II



M. Zainal Fikri, S.Psi., MA  
NIP. 198108132015104101

Mengetahui,  
Ketua Bagian Program Studi Psikologi,



Rachmawati, S.Psi., MA  
NIP. 19770328201209 2 201

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL COMPARISON AND BODY IMAGE ON FEMALE STUDENTS**

**Fathia Nadina<sup>1</sup>, Rosada Dwi Iswari<sup>2</sup>**

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between social comparison and body image on female students. The study hypothesis that there is a relationship between social comparison and appearance evaluation, appearance orientation, body areas satisfaction, self-classified weight and overweight preoccupation on female students.*

*The population of this study is female students of X University with a an age range from 18-22 years old who have unknown amount students. The research sample was 150 female students from 10 faculties. This study used incidental sampling technique. Body image and social comparison was measured by the scale which refers to the dimensions of body image from Cash (2015) and the dimensions of social comparison from Jones (2001).*

*The result correlation method obtained by value of appearance evaluation ( $R = -0,419$ ,  $p=0,000$ ), appearance orientation  $R=0,286$ ,  $p=0,001$ ), body areas satisfaction ( $R = -0,389$ ,  $p=0,000$ ), self-classified weight ( $R = -0,226$ ,  $p=0,005$ ), and overweight preoccupation ( $R=0,399$ ,  $p=0,000$ ). Thus, the hypothesis on this study is accepted. self-classified weight and overweight preoccupation*

*Keyword: Body Image, Social Comparison*

---

<sup>1</sup> Student of Psychology Departement of Medical Faculty, Sriwijaya University

<sup>2</sup>Lecture of Psychology Departement of Medical Faculty, Sriwijaya University

Dosen Pembimbing I



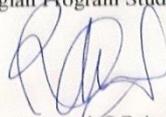
Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19901028201803 2 001

Dosen Pembimbing II



M. Zainal Fikri, S.Psi., MA  
NIP. 198108132015104101

Mengetahui,  
Ketua Bagian Program Studi Psikologi,



Rachmawati, S.Psi., MA  
NIP. 19770328201209 2 201

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kecantikan merupakan konstruk yang bervariasi dari berbagai budaya dan berubah seiring waktu (Frith, Shaw dan Cheng, 2005). Kecantikan dianggap berkaitan dengan berbagai macam hal-hal yang positif. Kecantikan mengambil peran aktif yang kuat dalam dunia sosial dan masyarakat yang memengaruhi pembicaraan, keputusan, dan persepsi individu tentang dirinya sendiri dan orang lain (Griffin dan Langlosi, 2006).

Standar ideal kecantikan dianggap penting bagi masyarakat, khususnya wanita sehingga membuat wanita melakukan berbagai cara untuk dapat mencapai standar tersebut. Dalam penggambaran media yang representatif, wanita ideal memiliki rambut yang panjang, bulu mata yang panjang, bibir yang penuh, payudara besar, pinggang yang kecil, bokong yang bulat, dan kaki yang panjang (Murnen, 2011). Berbagai praktik kecantikan mendukung produksi wanita ideal termasuk penggunaan *makeup* dan produk rambut, pakaian yang menekankan bentuk khas tubuh wanita, upaya untuk menciptakan dan mempertahankan kelangsingan tubuh, praktik *hair removal*, dan bedah kosmetik (Murnen, 2011).

Chung dan Bissell (Yan & Bissell, 2014) mengatakan obsesi budaya yang dianggap berkaitan dengan standar ideal kecantikan bagi wanita yaitu kelangsingan.

Budaya dapat lebih lanjut menetapkan cara mengubah tubuh untuk mencapai harapan masyarakat misalnya, dengan berdiet, berolahraga, membentuk tubuh, menggunakan produk kecantikan dan *fashion*, mendapatkan prosedur bedah dan medis (Cash, 2011). Kesadaran akan adanya reaksi sosial terhadap bentuk tubuh menyebabkan individu termasuk remaja menaruh perhatian akan pertumbuhan tubuhnya yang tidak sesuai dengan standar budaya yang berlaku (Hurlock, 2003).

Istilah remaja atau *adolescence* berasal dari kata Latin (*adolescere*) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence* mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 2003). Santrock (2007) mengatakan bahwa masa remaja dimulai sekitar usia 10-13 tahun sampai 18-22 tahun.

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang terdapat berbagai macam perubahan di dalamnya. Feldman (2012) mengatakan bahwa banyak perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja untuk berdiri dan bergerak menuju kedewasaan, baik itu perubahan fisik, sosial, emosional, dan kognitif. Perubahan dan perkembangan fisik yang terjadi ketika masa remaja sangat dramatis dan terlihat paling jelas (Feldman, 2012; Santrock, 2012). Pada perkembangan remaja, kecepatan dan peningkatan ukuran tubuh terjadi terus menerus sampai masa remaja akhir bahkan wanita menjadi lebih gemuk pada masa ini (Salkind, 2006). Perubahan tubuh yang terjadi pada remaja menimbulkan perhatian terhadap citra tubuh. Pikiran yang terfokus terhadap citra tubuh itu sangat kuat di antara para remaja (Santrock, 2012)

Pada masa remaja, seorang remaja merasakan tekanan untuk mengidentifikasi apa yang harus dilakukan dalam hidupnya, kelompok teman sebaya menjadi penting dibandingkan orang tua pada aspek sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku karena kelompok teman sebaya membantu remaja mengklarifikasikan identitas personalnya (Feldman, 2012; Hurlock, 2003). Tekanan tersebut datang bersamaan dengan perubahan fisik yang juga merupakan perubahan penting yang diharapkan masyarakat dari diri remaja sehingga perubahan fisik pada masa remaja juga dapat mempengaruhi cara seseorang dipandang oleh orang lain dan cara remaja memandang dirinya sendiri (Feldman, 2012).

Menurut Cash (2015) citra tubuh merupakan cerminan dari kecenderungan afektif, kognitif, dan perilaku terhadap tubuh seseorang. Cash (2015) menyebutkan bahwa citra tubuh terdiri dari lima dimensi yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan untuk menjadi gemuk, dan pengkategorian tubuh.

Definisi citra tubuh dapat ditinjau positif atau negatif (Cash, 2004). Penilaian individu terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif maupun negatif memiliki dampaknya masing-masing bagi individu tersebut. Menurut Cash dan Fleming (2002) citra tubuh yang positif akan memfasilitasi rasa percaya diri dan kenyamanan sosial, sedangkan citra tubuh yang negatif akan mengarah pada penghambatan sosial dan kecemasan. Selanjutnya, citra tubuh memiliki berbagai macam dampak negatif lainnya, yang dapat memprediksi perkembangan depresi dan gangguan makan (Smolak, 2002).

Citra tubuh bergantung pada sesuatu yang dianggap ideal secara budaya dan pada bagaimana individu memandang tubuhnya sendiri sehubungan dengan apa yang dianggap ideal oleh budaya tersebut (Jackson, 2002). Pada masa remaja, masalah terhadap citra tubuh lebih banyak dialami oleh perempuan. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Gilmour (2002) bahwa pria memiliki citra tubuh yang lebih positif daripada wanita, terutama pada masa remaja. Knauss, Paxton, dan Alsaker (2007) mengatakan bahwa pada masa remaja, ketidakpuasan tubuh secara signifikan lebih besar pada anak perempuan daripada anak laki-laki. Hal ini juga diungkapkan oleh Levine & Smolak (2002) bahwa sekitar 40-70% gadis remaja tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuhnya. Bagian tubuh yang membuat wanita tidak puas adalah perut, paha, dan pinggul (Grogan, 1999).

Pruzinsky & Cash (2002) mengatakan bahwa perguruan tinggi pun telah dianggap sebagai wadah untuk masalah citra tubuh dan gangguan makan berkembang. Dianne Neumark-Sztainer dan rekannya (Grogan, 2008) meneliti sekelompok 2.516 remaja di sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas selama 5 tahun sampai remaja tersebut berada pada masa remaja menengah dan remaja akhir. Lebih lanjut, Dianne Neumark-Sztainer dan rekannya (Grogan, 2008) menemukan bahwa untuk wanita muda, kepuasan tubuh yang lebih rendah menentukan tingkat diet yang lebih tinggi, makan berlebihan, olahraga yang lebih rendah, dan perilaku mengendalikan berat badan yang sangat tidak sehat.

Peneliti melakukan wawancara kepada tiga orang mahasiswi yaitu A, M dan S pada tanggal 29-30 September 2018. Mahasiswi A dan M memiliki berat badan yang tergolong normal sedangkan mahasiswi S tergolong kelebihan berat badan

berdasarkan kategori pengukuran BMI. Meskipun tergolong normal berdasarkan kategori pengukuran BMI, A dan M tidak puas dengan bentuk tubuhnya. A mengatakan A tidak puas dengan tubuhnya terutama pada bagian perut, paha dan betis. A merasa tubuhnya besar sehingga A pun berusaha untuk mendapatkan tubuh yang ideal dengan mengatur pola makannya dan mengurangi porsi makan serta camilan untuk menurunkan berat badannya. Bahkan A sampai mengikuti program diet mayo yang cukup ekstrim karena hanya makan dua kali sehari dengan porsi yang sangat sedikit yang membuat A hampir pingsan dan jatuh sakit serta menggunakan suplemen makanan untuk diet.

A juga merasa minder dengan bentuk tubuhnya terutama ketika sedang berfoto. Bahkan A mengatakan bahwa pernah merasa sangat benci dengan badannya, merasa sedih dan menangis melihat badannya serta menjelek-jelekan badannya sendiri sambil bercermin. Dari hasil wawancara, dapat dilihat bahwa subjek A memiliki citra tubuh yang kurang baik terutama pada aspek evaluasi penampilan.

Mahasiswi berinisial M mengatakan bahwa M tidak menyukai tubuhnya yang sekarang dan merasa tidak puas dengan bagian tubuhnya seperti pipi, lengan, perut, paha dan betis. Menurut M, tubuhnya memiliki banyak lemak karena berat badannya yang naik sehingga membuatnya terlihat gemuk. M pun melakukan diet dengan mengganti makanan pokok seperti nasi dengan kentang atau ubi yang kalorinya lebih rendah dan lebih banyak makan sayur- sayuran serta makan dengan porsi yang lebih sedikit. M juga terkadang rutin melakukan olahraga *jogging* setiap minggunya dan meminum suplemen makanan untuk menurunkan berat badannya.

M yang merasa bahwa tubuhnya tidak ideal membuat M merasa sangat tidak percaya diri dengan tubuhnya sekarang dan merasa risih akan tubuhnya sendiri terutama ketika bepergian dan berfoto. M mengatakan bahwa M merasa sedih dan kesal jika berat badannya bertambah dan menjadi gemuk serta ditambah dengan penilaian orang lain yang menilai tubuhnya bahwa M menjadi gemuk. Dari hasil wawancara, dapat dilihat bahwa subjek M memiliki citra tubuh yang kurang baik terutama pada aspek evaluasi penampilan dan kecemasan menjadi gemuk.

Mahasiswi berinisial S yang tergolong gemuk berdasarkan kategori pengukuran BMI merasa tidak puas dengan bentuk tubuh dan berat badannya. Dan bagian tubuhnya seperti pinggul, lengan dan perut. S juga mengatur pola makannya dan bahkan melakukan diet yang cukup ekstrim dengan hanya makan dua kali sehari hanya memakan 1 butir telur atau hanya memakan sayuran saja. Hal ini membuat S menderita sakit *maag*. Selain itu, S juga sering berpuasa atau pun tidak makan malam untuk mengurangi berat badannya. S pun juga cukup rajin melakukan olahraga seperti jalan kaki dan berolahraga di *gym* untuk menurunkan berat badannya.

S mengatakan bahwa S merasa minder dengan bentuk dan ukuran tubuhnya terutama ketika sedang berfoto. S juga mengatakan bahwa S merasa stres dan pusing apabila berat badannya semakin bertambah. Dari hasil wawancara, dapat dilihat bahwa subjek S memiliki citra tubuh yang kurang baik terutama pada aspek kecemasan menjadi gemuk.

Peneliti melakukan survei kepada 16 mahasiswi pada tanggal 26-27 Maret 2019 berdasarkan dimensi citra tubuh dari Cash (2015) yaitu evaluasi penampilan,

orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, pengkategorian tubuh dan kecemasan menjadi gemuk. Hasil survei menunjukkan bahwa untuk dimensi evaluasi penampilan sebanyak 13 mahasiswi (81, 25%) merasa tidak menarik secara fisik dan sebanyak 13 mahasiswi (81, 25%) juga merasa tidak nyaman dengan penampilan fisik dan tubuhnya. Untuk dimensi orientasi penampilan, sebanyak 15 mahasiswi (93, 75%) berusaha membuat penampilan fisiknya terlihat lebih menarik. Usaha-usaha yang dilakukan seperti melakukan perawatan wajah dengan menggunakan *skincare* atau mendatangi klinik kecantikan, berdandan dan menggunakan pakaian yang dapat menutupi bagian tubuh yang dianggap membuat tidak nyaman.

Untuk dimensi pengkategorian tubuh, sebanyak 15 mahasiswi (93, 75%) mengatakan bahwa tubuhnya tidak ideal dan untuk dimensi kepuasan terhadap bagian tubuh. Untuk dimensi kepuasan terhadap bagian tubuh, sebanyak 15 mahasiswi (93, 75%) memiliki bagian tubuh yang dianggap kurang memuaskan. Bagian tubuh yang banyak membuat mahasiswi kurang puas adalah lengan, paha, betis, dan perut. Hampir seluruh mahasiswi tersebut memiliki perasaan negatif terhadap bagian tubuh yang dianggap kurang memuaskan tersebut seperti menjadi kurang percaya diri, sedih, kesal, putus asa, merasa jelek, ingin mengubah bagian tubuh tersebut menjadi lebih kecil dan menarik bahkan ada yang merasa jijik dan menjelek-jelekan tubuhnya.

Untuk dimensi kecemasan menjadi gemuk, sebanyak 15 mahasiswi (93, 75%) merasa khawatir akan menjadi gemuk dan 14 mahasiswi (87, 5%) berusaha mendapatkan tubuh yang lebih ideal. Usaha-usaha yang dilakukan untuk membuat

tubuh menjadi lebih ideal adalah diet dengan membatasi porsi dan frekuensi makan, menjaga pola makan, banyak minum air putih dan makan sayuran, mengganti jenis makanan dengan kalori yang lebih rendah, berpuasa, serta berolahraga seperti *jogging*, lari, aerobik, lompat tali dan yoga atau dengan mencoba makan dengan porsi yang banyak bagi yang kekurangan berat badan. Selain itu, usaha yang dilakukan adalah dengan mengonsumsi obat-obatan diet seperti teh diet, susu diet, pil diet dan juga mengonsumsi suplemen makanan untuk menurunkan berat badan.

Sebanyak 10 mahasiswi (62, 5%) menyatakan bahwa usaha yang dilakukan tersebut tergolong ekstrim. Usaha-usaha tersebut seperti diet ketat dengan hanya makan satu kali sehari bahkan tidak makan sama sekali, mengonsumsi obat-obatan diet yang beberapa di antaranya membuat mahasiswi takut akan efek sampingnya namun tetap juga dikonsumsi untuk mendapatkan tubuh yang ideal secara praktis bahkan ada yang melakukan diet ketat ditambah dengan berolahraga sangat gigih. Hal ini membuat beberapa mahasiswi tersebut merasa hal tersebut sangat melelahkan, menyiksa tubuh bahkan ada yang sampai jatuh sakit.

Berdasarkan hasil wawancara dan survei tersebut, dapat diketahui bahwa para mahasiswi memiliki penilaian yang kurang baik terhadap tubuhnya dari segi evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, pengkategorian tubuh, dan kecemasan menjadi gemuk.

Menurut Jones (2001), salah satu faktor yang telah dianggap sebagai kontributor utama untuk citra tubuh adalah perbandingan sosial. Jones (2001) mengungkapkan bahwa perbandingan sosial yang diukur merupakan perbandingan sosial pada atribut daya tarik meliputi atribut fisik (tinggi badan, berat badan,

bentuk tubuh, dan wajah) dan atribut pribadi/sosial (kepribadian, inteligensi/prestasi, gaya dan popularitas). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jones (2001) menunjukkan bahwa perbandingan sosial dengan teman sebaya dan model/selebriti berhubungan dengan citra tubuh yang lebih negatif, terutama pada perbandingan sosial atribut fisik.

Individu yang membandingkan diri dengan orang lain yang dipandang menarik secara fisik menilai daya tarik diri sendiri lebih rendah daripada individu yang membandingkan diri dengan orang lain yang dipandang tidak menarik (Tantleff-Dunn & Gokee, 2002). Perbandingan sosial terhadap individu yang lebih menarik membuat individu merasa lebih buruk tentang berat dan bentuk tubuhnya sendiri, terutama jika individu telah memiliki citra tubuh yang negatif (Levine & Smolak, 2002).

Menurut Jones (2001), perbandingan sosial merupakan penilaian kognitif yang dibuat individu tentang atributnya sendiri yang dibandingkan dengan orang lain. Jones (2001) mengatakan bahwa perbandingan sosial terdiri dari dua dimensi yaitu atribut fisik dan atribut pribadi/sosial. Menurut Mussweiler dan Strack (2000), perbandingan sosial dapat memberikan dampak yang positif maupun negatif tergantung pada informasi yang menjadi fokus individu. Dampak positif yang dirasakan adalah individu mungkin merasa lebih baik jika berfokus pada kenyataan bahwa keadaan superior dari standar perbandingan dapat individu peroleh sedangkan dampak negatif yang dirasakan adalah individu mungkin merasa lebih buruk jika berfokus pada fakta bahwa standar perbandingan lebih baik.

Perbandingan sosial ini juga ditemukan dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 29-30 September 2018 berdasarkan dimensi perbandingan sosial dari Jones (2001). Peneliti mewawancarai tiga mahasiswi yaitu A, M dan S mengenai perbandingan sosial ini. Dari hasil wawancara diketahui bahwa ketiga mahasiswi sering membanding-bandingkan fisik dan kemampuannya dengan orang lain. A mengatakan sering membanding-bandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain terutama teman-temannya yang memiliki *body goals*. A juga mengatakan bahwa A merasa minder dan iri dengan teman-temannya yang memiliki *body goals*.

A juga membandingkan dirinya dengan orang lain dalam hal prestasi. A mengatakan bahwa A merasa termotivasi ketika melihat dan membandingkan prestasi seseorang dengan prestasi dirinya dan merasa harus ada keunggulan yang dapat dibanggakannya dengan menjadi berprestasi. Namun A juga merasa minder jika individu yang menjadi objek pembandingnya lebih baik daripada dirinya.

Subjek M mengatakan bahwa sering membandingkan bentuk tubuh dan berat badan dengan artis atau *idol* Korea, teman-temannya atau perempuan lain yang memiliki badan yang ideal. M juga mengatakan bahwa M menjadi minder dan iri melihat orang-orang yang mempunyai bentuk tubuh dan berat badan yang ideal sedangkan M tidak memiliki bentuk tubuh dan berat badan yang seperti itu. M juga membandingkan dirinya dengan orang lain dalam hal akademik, kemampuan berorganisasi dan kemampuan memiliki relasi pertemanan yang luas. M pun mengatakan bahwa ketika membandingkan dirinya dengan orang lain, M merasa tidak memiliki kemampuan seperti orang tersebut.

Subjek S mengatakan bahwa S membandingkan bentuk dan ukuran tubuhnya dengan orang lain baik itu teman maupun orang-orang yang bertemu dengannya walaupun orang tersebut bukan orang yang S kenal yang memiliki bentuk dan ukuran tubuh yang lebih ideal. S mengatakan bahwa S merasa tidak percaya diri ketika melihat dan membandingkan tubuhnya dengan orang yang lebih kurus. S juga membandingkan dirinya dengan orang lain dalam hal kepintaran, kemampuan berbicara di depan umum dan gaya penampilan. S memiliki keinginan dan termotivasi menjadi seperti individu yang dijadikan sebagai objek pembandingan ketika membandingkan dirinya dengan individu yang lebih baik dari dirinya dalam hal kepintaran, kemampuan berbicara di depan umum dan gaya penampilan tersebut.

Peneliti melakukan survei kepada 16 mahasiswi pada tanggal 26-27 Maret 2019 berdasarkan dimensi perbandingan sosial dari Jones (2001). Hasil survei menunjukkan bahwa sebanyak 14 mahasiswi (87, 5%) membanding-bandingkan penampilan dan tubuhnya dengan orang lain. Bagian tubuh yang dibandingkan oleh para mahasiswi ini adalah lengan, paha, betis, perut, pinggang, pinggul, kaki, tangan, tinggi badan, wajah dan hidung. Dari hasil survei, ketika membandingkan tubuhnya dengan orang lain, mahasiswi merasa sedih, kesal, minder dan merasa tubuhnya tidak ideal seperti orang lain. Selain itu, objek yang sering dijadikan para mahasiswi ini dalam membandingkan tubuhnya adalah teman, artis, orang-orang di media sosial atau *selebgram*.

Hasil survei juga menemukan bahwa sebanyak 10 mahasiswi (62, 5%) membanding-bandingkan hasil pekerjaannya dengan orang lain dan sebanyak 14 mahasiswi (87, 5%) membandingkan kemampuannya dengan orang lain.

Kemampuan tersebut berupa kemampuan akademik seperti kepintaran, kemampuan berbicara di depan umum, dan kepercayaan diri. Selain itu, para mahasiswi juga membandingkan penampilan, cara berdandan, dan kemampuan memiliki jaringan pertemanan yang luas. Berdasarkan hasil wawancara dan survei tersebut, dapat diketahui bahwa mahasiswi melakukan perbandingan sosial dari segi atribut fisik maupun atribut pribadi/sosial.

Berdasarkan pemaparan teoritis serta fenomena di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan antara perbandingan sosial dengan evaluasi penampilan pada mahasiswi?
2. Apakah ada hubungan antara perbandingan sosial dengan orientasi penampilan pada mahasiswi?
3. Apakah ada hubungan antara perbandingan sosial dengan kepuasan terhadap bagian tubuh pada mahasiswi?
4. Apakah ada hubungan antara perbandingan sosial dengan pengkategorian tubuh pada mahasiswi?
5. Apakah ada hubungan antara perbandingan sosial dengan kecemasan menjadi gemuk pada mahasiswi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Dari uraian di atas, secara spesifik tujuan yang ingin diketahui dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui adanya hubungan antara perbandingan sosial dengan evaluasi penampilan pada mahasiswi.
2. Untuk mengetahui adanya hubungan antara perbandingan sosial dengan orientasi penampilan pada mahasiswi.
3. Untuk mengetahui adanya hubungan antara perbandingan sosial dengan kepuasan terhadap bagian tubuh pada mahasiswi.
4. Untuk mengetahui adanya hubungan antara perbandingan sosial dengan pengkategorian tubuh pada mahasiswi.
5. Untuk mengetahui adanya hubungan antara perbandingan sosial dengan kecemasan menjadi gemuk pada mahasiswi.

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Memberi dan menambah pengetahuan mengenai peran perbandingan sosial terhadap citra tubuh untuk pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan, psikologi sosial dan psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi dan masukan bagi para mahasiswi untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh seperti perbandingan sosial dan membantu mahasiswi dalam menilai citra tubuhnya secara positif dan menerima bentuk tubuhnya.

### **E. Keaslian Penelitian**

Peneliti melakukan kajian literatur dengan menelusuri penelitian terdahulu yang mempunyai variabel bebas atau variabel terikat yang sama dengan variabel penelitian ini. Beberapa penelitian relevan sebelumnya yang menggunakan variabel perbandingan sosial dan citra tubuh.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Suarya (2018) dengan judul Hubungan *Social Comparison* dan Harga Diri terhadap Citra Tubuh pada Remaja Perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *social comparison* dan harga diri terhadap citra tubuh yang dimiliki pada remaja perempuan. Subjek pada penelitian ini berjumlah 100 orang remaja perempuan yang berusia 15-18 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social comparison* berhubungan terhadap citra tubuh dan variabel *social comparison* memiliki hubungan yang negatif terhadap variabel citra tubuh. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa harga diri berhubungan terhadap citra tubuh dan variabel harga diri memiliki hubungan yang negatif terhadap variabel citra tubuh.

Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel, subjek dan lokasi penelitian. Penelitian ini menggunakan 2 variabel bebas yaitu *social comparison* dan harga diri sedangkan peneliti hanya menggunakan variabel *social comparison* sebagai variabel bebas. Subjek penelitian ini adalah remaja yang berusia 15-18 tahun sedangkan peneliti menggunakan mahasiswi yang usianya tergolong remaja yaitu berusia 17-22 tahun.

Penelitian yang dilakukan oleh Abbasi dan Zubair (2016) dengan judul *Body Image, Self-Compassion, and Psychological Well-Being among University Students*. Tujuan penelitian ini untuk menentukan hubungan antara *self-compassion*, *body image*, dan *psychological well-being* mahasiswa dan menentukan peran berbagai demografi (gender dan pendidikan orang tua) dalam kaitannya dengan variabel penelitian. Sampel penelitian ini adalah 123 mahasiswa dan 177 mahasiswi dari universitas di Rawalpindi dan Islamabad. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-compassion* secara signifikan berhubungan dengan *psychological well-being* dan *body image*. Demikian pula *body image* berhubungan positif dengan *psychological well-being*. *Self-compassion* dan *body image* secara signifikan memprediksi *psychological well-being* pada mahasiswa.

Penelitian ini memiliki perbedaan variabel, subjek dan lokasi penelitian. Penelitian ini menggunakan variabel *body image* dan *self-compassion* sebagai variabel bebas dan variabel terikatnya adalah *psychological well-being*. Sedangkan peneliti menggunakan variabel *body image* sebagai variabel terikat dan perbandingan sosial sebagai variabel bebas. Subjek penelitian ini seluruh mahasiswa sedangkan peneliti hanya menggunakan mahasiswi saja sebagai subjek penelitian. Lokasi penelitian pun berbeda, penelitian ini dilakukan di Universitas di daerah Rawalpindi dan Islamabad sedangkan peneliti melakukan penelitian di Universitas daerah Sumatera Selatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Marita, Yuliadi, Karyanta (2014) dengan judul Hubungan antara *Body Image* dan *Imaginary Audience* dengan Kepercayaan Diri pada Siswi Kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan *imaginary audience* dengan kepercayaan diri pada siswi kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 siswi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dan *imaginary audience* dengan kepercayaan diri pada siswi kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk. Secara parsial menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri dan ada hubungan positif antara *imaginary audience* dengan kepercayaan diri

Terdapat perbedaan variabel, subjek dan lokasi penelitian. Penelitian ini menggunakan variabel *body image* dan *imaginary audience* sebagai variabel bebas dan variabel terikatnya adalah kepercayaan diri. Sedangkan peneliti menggunakan variabel *body image* sebagai variabel terikat dan perbandingan sosial sebagai variabel bebas. Subjek penelitian ini adalah siswi kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk sedangkan peneliti menggunakan mahasiswi universitas di Sumatera Selatan sebagai subjek penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Fitzsimmons-Craft (2017) dengan judul *Eating disorder-related social comparison in college women's everyday lives*. Penelitian ini meneliti frekuensi perbandingan tubuh ke atas dan ke bawah, makan, dan berolahraga; konteks di mana perbandingan ini

terjadi; dan arah perbandingan tubuh, makan, dan olahraga sebagai prediktor ketidakpuasan tubuh dan pikiran, dorongan dan perilaku gangguan makan dalam kehidupan sehari-hari wanita perguruan tinggi menggunakan *ecological momentary assessment* (EMA). Peserta penelitian adalah 232 wanita perguruan tinggi yang menyelesaikan protokol EMA selama dua minggu, menggunakan perangkat elektronik pribadi untuk menjawab pertanyaan tiga kali sehari. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perbandingan ke atas ditemukan memiliki konsekuensi negatif, dan perbandingan ke bawah umumnya tidak ditemukan memiliki efek *buffering* pada gangguan makan.

Letak perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada variabel penelitian. Penelitian ini menggunakan variabel *eating disorder* sebagai variabel terikat sedangkan peneliti menggunakan variabel citra tubuh sebagai variabel terikatnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Qaisy (2016) dengan judul *Body Image and Self-Esteem Among Isra' University Students*. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi citra tubuh siswa dan hubungannya dengan harga diri. Sampel penelitian ini adalah 300 mahasiswa (148 laki-laki, 152 perempuan). Hasil penelitian menunjukkan bahwa citra tubuh dan harga diri Mahasiswa Universitas Isra' tergolong rendah, terdapat hubungan yang positif antara citra tubuh dan harga diri, lalu perempuan ditemukan kurang puas dengan citra tubuhnya, dan ada perbedaan statistik yang signifikan dalam hubungan antara citra tubuh dan harga diri untuk laki-laki.

Penelitian ini memiliki perbedaan pada variabel, subjek dan lokasi penelitian. Penelitian ini menggunakan variabel citra tubuh sebagai variabel bebas dan variabel terikatnya adalah harga diri. Sedangkan peneliti menggunakan variabel citra tubuh sebagai variabel terikat dan perbandingan sosial sebagai variabel bebas. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Isra' sedangkan peneliti hanya menggunakan mahasiswi di daerah Sumatera Selatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Pinkasavage, Arigo, Schumacher (2015) dengan judul *Social comparison, negative body image, and disordered eating behaviour: The moderating role of coping style*. Penelitian ini meneliti hubungan antara perbandingan tubuh ke atas, jenis coping, dan citra tubuh dan gangguan perilaku makan. Subjek penelitian ini berjumlah 628 mahasiswi yang melengkapi asesmen elektronik mengenai demografis, perbandingan sosial ke atas, ketidakpuasan bentuk tubuh, gangguan perilaku makan dan gaya coping.

Dengan mengontrol BMI yang dilaporkan, jenis coping positif memoderasi hubungan antara perbandingan ke atas yang berfokus pada tubuh dan ketidakpuasan tubuh, bahwa wanita yang terlibat dalam pembingkaiian positif menunjukkan hubungan yang lemah pada perbandingan ke atas yang berfokus pada tubuh dan ketidakpuasan tubuh. Dengan mengontrol BMI dan ketidakpuasan tubuh, menyalahkan diri sendiri dan mengganggu diri sendiri juga memoderasi hubungan antara perbandingan ke atas yang berfokus pada tubuh dan perilaku makan yang

tidak teratur, wanita yang sangat menyalahkan diri dan mengganggu diri sendiri lebih rentan terhadap pengaruh negatif dari perbandingan ke atas yang berfokus pada tubuh.

Perbedaan pada penelitian ini terletak pada variabel penelitian. Penelitian ini menggunakan variabel citra tubuh dan gangguan perilaku makan sebagai variabel terikat sedangkan peneliti hanya menggunakan variabel citra tubuh sebagai variabel terikat. Penelitian ini juga menggunakan variabel jenis koping sebagai variabel yang memoderasi hubungan perbandingan sosial dengan citra tubuh negatif dan gangguan perilaku makan.

Penelitian yang dilakukan oleh You, Shin dan Kim (2016) yang berjudul *Body Image, Self-Esteem and Depression in Korean Adolescents*. Penelitian ini menguji hubungan antara citra tubuh, harga diri, dan depresi. Sampel penelitian ini adalah 3.658 remaja Korea. Hasil penelitian ini menunjukkan setelah mengendalikan usia kovariat, jumlah olahraga dan persepsi subjektif kesehatan, citra tubuh ditemukan memiliki efek signifikan pada harga diri dan depresi.

Perbedaan pada penelitian ini terletak pada variabel dan subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan variabel citra tubuh sebagai variabel bebas dan variabel terikatnya adalah harga diri dan depresi. Sedangkan peneliti menggunakan variabel citra tubuh sebagai variabel terikat dan perbandingan sosial sebagai variabel bebas. Subjek penelitian ini adalah

remaja Korea sedangkan peneliti menggunakan mahasiwi yang tergolong remaja di daerah Sumatera Selatan.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian di atas, penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya yaitu pada variabel, subjek dan lokasi penelitian yang digunakan. Dengan demikian, judul penelitian yang diambil dapat dipertanggungjawabkan keasliannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Allan, S., & Gilbert, P. (1995). *A social comparison scale: Psychometric properties and relationship to psychopathology*. *Personality and Individual Differences*, 19(3), 293-299.  
[https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00086-L](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00086-L)
- Abbasi, A., & Zubair, A. (2015). *Body Image, Self-Compassion, and Psychological Well-Being among University Students*. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology* 2015,13(1), 41-47
- Aries, M., & Alamsyah, I. E. (2018). *Unsri Terima 3.091 Mahasiswa Baru dari SBMPTN*.  
<https://www.republika.co.id/berita/nasional/daerah/18/07/03/pbaqyq349-unsri-terima-3091-mahasiswa-baru-dari-sbmptn>  
(diakses pada tanggal 26 Juli 2019)
- Azwar, S. 2016. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baldwin, M., & Mussweiler, T. (2018). *The culture of social comparison*. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(39), 9067–9074.  
<https://doi.org/10.1073/pnas.1721555115>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2012). *Psikologi Sosial Jilid 2 Edisi Kesepuluh*. Jakarta: Erlanga
- Behdarvandi, M., Azarbarzin, M., & Baraz, S. (2017). *Comparison of Body Image and its Relationship with Body Mass Index (BMI) in High School Students of Ahvaz, Iran*. *International Journal of Pediatric*, 5(2), 4353-4360
- Buunk, A.P., & Gibbons, F.X. (2006). *Social comparison orientation: a new perspective on those who do and those who don't compare with others*. Dalam Guimond, S. (Ed.) *Social Comparison and Social Psychology: Understanding cognition, intergroup relations and culture* (Hal. 15). Newyork: Cambridge University Press.
- Botta, A. (2003). *For Your Health? The Relationship Between Magazine Reading and Adolescents Body Image and Eating Disturbances*. *Sex Roles: A Journal of Research*, 48(9-10), 389-399.  
<https://doi.org/10.1023/A:1023570326812>
- Cash, T. F. (2002). *A "Negative Body Image" Evaluating Epidemiological Evidence*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 269). New York London: THE GUILFORD

- Cash, T. F. (2002). *Cognitive- Behavioral Persepctives on Body Image*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 39-42). New York London: THE GUILFORD
- Cash, T. F. (2011). *Cognitive- Behavioral Persepctives on Body Image*. Dalam Cash, T. F., & Smolak, L (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention 2n ed* (hal. 41). New York London: THE GUILFORD PRESS.
- Cash, T. F. (2004). *Body image: past, present, and future*. *Body Image*, 1, 1-5.  
[https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1)
- Cash, T. F. (2015). *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ)*. Dalam Wade, T (Ed). *Encyclopedia of Feeding and Eating Disorders*. Singapore: Springer Reference  
[http://doi.org/10.1007/978-981-287-087-2\\_3-1](http://doi.org/10.1007/978-981-287-087-2_3-1)
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). *Body image and Social Relations*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 277). New York London : THE GUILFORD PRESS.
- Christensen, V. T., & Jaeger, M. M. (2018). *Weight and social comparison: Does the weight of a stranger affect a person's perception of their own weight?*. *Health Psychology Open*, 1-9.
- Choate, L. H. (2005). *Toward a Theoretical Model of Women's Body Image Resilience*. *Journal of Counseling & Development*. 83(3), 320-330
- Colabianchi, N., et al. (2005). *Weight Preoccupation as a Function of Observed Physical Attractiveness: Ethnic Differences Among Normal-Weight Adolescent Females*. *Journal of Pediatric Psychology* 31(8), 803–812
- Corcoran, K., Crusius, J., & Mussweiler, T. (2011). *Social Comparison: Motives, standards, and mechanisms*. Dalam D. Chadee (Ed.), *Theories in Social Psychology* (hal. 119-139), Oxford, UK: Wiley-Blackwell
- Douchis, J. Z., Hayden, H. A., & Wilfley, D. E. (2001). *Obesity, Body Image, and Eating Disorders in Ethnically Diverse Children and Adolescents*. Dalam Thompson, J., Smolak. *Body image, eating disorders, and obesity in youth : assessment, prevention, and treatment* (hal. 73-74). Washington, DC : American Psychological Association

- Dunning, D. (2000). *Social Judgement as Implicit Social Comparison*. Dalam Suls, J., Wheeler, L (Eds). *Handbook of Social Comparison Theory and Research* (hal. 368-369). New York: Springer Science + Business Media
- Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D., & Paxton, S. J. (2006). *Five-year change in body satisfaction among adolescents*. *Journal of Psychosomatic Research*, 61(2006), 521– 527
- Faith, M. S., Leone, M. A., & Allison, D. B. (1997) *The Effects of Self-Generated Comparison Targets, BMI, and Social Comparison Tendencies on Body Image Appraisal*. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, 5(2), 128-140  
<https://doi.org/10.1080/10640269708249216>
- Fallon, P., & Ackard, D. M. (2002). *Sexual Abuse and Body Image*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 117). New York London : THE GUILFORD PRESS
- Feldman, R. S. (2012). *Pengantar Psikologi Edisi 10 Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika
- Festinger, L. (1954). *A Theory of Social Comparison Processes*. *Human Relations*, 7(2), 117–140  
<https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fitzsimmons-Craft, E. E. (2017). Eating disorder-related social comparison in college women's everyday lives. *International Journal of Eating Disorders*, 50(8), 893-905  
<http://doi.org/10.1002/eat.22725>
- Foster, G. D., & Matz, P. E. (2002). *Weight Loss and Changes in Body Image*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 405). New York London : THE GUILFORD PRESS
- Frith, K., Shaw, P., & Cheng, H. (2005). *The Construction of Beauty: A Cross-Cultural Analysis of Women's Magazine Advertising*. *Journal of Communication*, 55(1), 56 – 70  
<https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2005.tb02658.x>
- Furnham, A. and Greaves, N. (1994) '*Gender and locus of control correlates of body image dissatisfaction*'. *European Journal of Personality*, 8, 183–200.  
<https://doi.org/10.1002/per.2410080304>

- Garcia, S. M., Tor, A., & Schiff, T. M. (2013). *The Psychology of Competition: A Social Comparison Perspective*. *Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 634–650  
<https://doi.org/10.1177/1745691613504114>
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). *Individual Differences in Social Comparison*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129–142.  
[https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7\\_8](https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7_8)
- Gilmour, J. (2002). *Body Images Issues in Endocrinology*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 371). New York London: THE GUILFORD PRESS
- Griffin, A. M., & Langlois, J. H. *Stereotype Directionality and Attractiveness Stereotyping: Is beauty good or is ugly bad?*. *Social Cognition*, 24(2), 187-206  
<https://doi.org/10.1521%2Fsoco.2006.24.2.187>
- Grogan, S. (1999). *Woman and Body Image. Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men Women and Children*. New York: Routledge
- Grogan, S. (2008). *Woman and Body Image. Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men Women and Children Second Edition*. New York: Routledge
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Jakarta : Erlangga
- Jackson, L. A. (2002). *Physiscal Attractiveness A Social Perspectives*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 18). New York London : THE GUILFORD
- Jones, D. C. (2001). *Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys*. *Sex Roles*, 45(9–10), 645–664  
<https://doi.org/10.1023/A:1014815725852>
- Knauss, O, Paxton, S. J., & Alsaker, E D. (2007). *Relationships amongst body dissatisfaction, internalization of the media body ideal and perceived pressure from media in adolescent girls and boys*. *Body Image*, 4, 353-360  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.06.007>
- Levine, M. P., & Smolak, L. (2002). *Body Image Development in Adolescence*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of*

- Science, Practice and Prevention* (hal. 74, 77, 79). New York London: THE GUILFORD PRESS.
- Marita, G. A. D., Yuliadi, I., & Karyanta, N. A. (2014). Hubungan antara *Body Image* dan *Imaginary Audience* dengan Kepercayaan Diri pada Siswi Kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 3(3), 145- 155
- Menzel, J. E., Krawczyk, R., & Thompson, J. K. (2011). *Attitudinal Assesment of Body Image for Adolescents and Adults*. Dalam Cash, T. F., & Smolak, L (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention 2n ed* (hal. 154). New York London: THE GUILFORD PRESS
- Murnen, S. K. (2011). *Gender and Body Image*. Dalam Cash, T. F., & Smolak, L (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention 2n ed* (hal. 174). New York London: THE GUILFORD PRESS.
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). *Social Comparison as a Predictor of Body Dissatisfaction: A Meta-Analytic Review*. *Journal of Abnormal Psychology*. 118(4), 683-698
- Panger, G. (2014). *Social Comparison in Social Media: A Look at Facebook and Twitter*. Conference: Conference on Human Factors in Computing Systems - Proceedings, 2095-2100  
<http://doi.org/10.1145/2559206.2581184>
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2015). *Menyelami Perkembangan Manusia Edisi 12 Buku 1*. Salemba Humanika: Jakarta.
- Pinkasavage, E., Arigo, D., & Schumacer, L. M. (2015). *Social comparison, negative body image, and disordered eating behaviour: The moderating role of coping style*. *Eating Behaviours*, 16  
<http://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.10.014>
- Pruzinsky, T., & Cash, T. (2002). *Assessing Body Image and Quality of Life in Medical Setting*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 189). New York London : THE GUILFORD PRESS.
- Qaisy. (2016). *Body Image and Self-Esteem Among Isra' University Students*. *British Journal of Education*, 4(8), 63-71
- Rabbiipoor., et al. (2018). *How Does Obesity, Self-efficacy for Eating Control and Body Image in Women Affect Each Other?.* *MAEDICA Journal of Clinical Medicine*, 13(3), 223-228

- Rancourt, D., et al. *Effects of Weight-Focused Social Comparisons on Diet and Activity Outcomes In Overweight and Obese Young Women*. *Obesity*, 23, 85-89
- Rudd, N. A., & Lennon, S. J. (2000). *Body Image and Appearance-Management Behaviors in College Women*. *Clothing and Textiles Research Journal*, 18(3), 152-162.  
<http://doi.org/10.1177/0887302X0001800304>
- Rudd, N. A., & Lennon, S. J. (2001). *Body Image: Linking Aesthetics and Social Psychology of Appearance*. *Clothing and Textiles Research Journal*, 19, 120  
<https://doi.org/10.1177/0887302X0101900303>
- Salkind, N. J. (2006). *Encyclopedia of human development*. United States of America. Sage Publications, Inc.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja edisi kesebelas*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas Jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- Sari, I. A. W. P., & Suarya, L. M. K. S. (2018). Hubungan *Social Comparison* dan Harga Diri terhadap Citra Tubuh pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 265-277
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1983). *Self-Directed Attention and the Comparison of Self with Standards*. *JOURNAL OF EXPERIMENTAL SOCIAL PSYCHOLOGY*, 19(20), 5-222  
[https://doi.org/10.1016/0022-1031\(83\)90038-0](https://doi.org/10.1016/0022-1031(83)90038-0)
- Shahyad, S., Pakdamana, S., & Shokri, O. (2015). *Prediction of Body Image Dissatisfaction from Self-esteem, Thin-ideal Internalization and Appearance-related Social Comparison*. *International Journal of Travel Medicine and Global Health*, 3(2), 65-69  
<https://doi.org/10.20286/ijtmgh-030299>
- Smith, R. H. (2000). *Assimilative and Contrastive Emotional Reactions to Upward and Downward Comparisons*. Dalam Suls, J., Wheeler, L (Eds). *Handbook of Social Comparison Theory and Research* (hal. 175). New York: Springer Science + Business Media

- Smolak, L. (2002). *Body Image Development in Children*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 64). New York London: THE GUILFORD
- Streeter, V. M., et al. (2012). *Body Image, Body Mass Index, and Body Composition*. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 73(2), 78-83
- Striegel-Moore, R. H., & Franko, D. L. (2002) *Body Image Issues among Girls and Women*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 189). New York London: THE GUILFORD
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suls, J., & Wheeler, L. (2000). *A Selective History of Classic and Neo-Social Comparison Theory*. Dalam Suls, J., Wheeler, L (Eds). *Handbook of Social Comparison Theory and Research* (hal. 13). New York: Springer Science + Business Media
- Suls, J., Martin, R., & Wheeler, L. (2002). *Social Comparison: Why, With Whom, and With What Effect?*. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 159-163  
<https://doi.org/10.1111%2F1467-8721.0019>
- Stamenov, M. I. (2005). *Body schema, body image and mirror neurons*. Dalam Preester, H. D., & Knockaert, V (Eds). *Body Image and Body Schema : Interdisciplinary perspectives on the body* (hal. 21). Amsterdam/ Philadelphia John Benjamins Publishing Company
- Tantleff-Dun, S., & Gokee, J. L. (2002). *Interpersonal Influences on Body Image Development*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 109). New York London: THE GUILFORD PRESS.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2006). *Social Psychology Twelfth Edition*. New Jersey: Pearson Prentice Hall
- Tylka, T. L. (2011). *Positive Psychology Perspectives on Body image*. Dalam Cash, T. F., & Smolak, L (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention 2nd ed* (hal. 58). New York London: THE GUILFORD PRESS
- Wertheim, E. H., Paxton, S. J., & Blaney, S. (2009). *Body Image in Girls*. Dalam Smolak, L., Thompson, J (Eds). *Body image, eating disorders, and obesity in youth: assessment, prevention, and treatment 2<sup>nd</sup> ed* (hal. 48). Washington, DC: American Psychological Association

- Widiarso, W. (2012). *Tanya Jawab tentang Uji Normalitas*.  
<http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/wp/tanya-jawab-tentang-uji-normalitas/>  
(diakses pada tanggal 16 April 2019)
- White, C. A. (2002). *Body Images in Oncology*. Dalam Cash, T. F., & Pruzinsky, T (Eds). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention* (hal. 379). New York London: THE GUILFORD PRESS.
- White, J.B., Langer, E.J., Yariv, L., & Welch, J.C. (2006). *Frequent Social Comparisons and Destructive Emotions and Behaviors: The Dark Side of Social Comparisons*. *Journal of Adult Development*, 13 (1): 36-44.  
<https://doi.org/10.1007/s10804-006-9005-0>
- Wood, J. V. (1989). *Theory and Research Concerning Social Comparisons of Personal Attributes*. *Psychological Bulletin*, 106(2), 231–248.  
<http://doi.org/10.1037/0033-2909.106.2.231>
- Wood, J. V. (1996). *What is Social Comparison and How Should We Study It*. *Society for Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(5), 520-537  
<https://doi.org/10.1177/0146167296225009>
- Wykes, M., & Gunter, B. (2005). *The Media & Body Image*. London Thousand Oaks New Delhi: SAGE Publications Ltd
- Yan, Y., & Bissel, K. (2014). *The Globalization of Beauty: How is Ideal Beauty Influenced by Globally Published Fashion and Beauty Magazines?*. *Journal of Intercultural Communication Research*, 43(3), 194–214,  
<http://doi.org/10.1080/17475759.2014.917432>
- You, S., Shin, K., & Kim, A. Y. (2017). *Body Image, Self-Esteem, and Depression in Korean Adolescents*. *Child Indicators Research*, 10(1), 231- 245  
<http://doi.org/10.1007/s12187-016-9385-z>