

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN
SOSIAL DENGAN HARGA DIRI PADA MAHASISWI UNISSULA
PENONTONTREND GLOWUP
CHALLENGE DI TIKTOK**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagai persyaratan
Meperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun Oleh :

NAILATUS SYARIFAH

(30701800093)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN HARGA DIRI PADA MAHASISWI UNISSULA PENONTON TREND GLOW UP CHALLENGE DI TIKTOK

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nailatus Syarifah
30701800093

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal


Agustin Handayani, S.Psi, M.Si

15 Juli 2022

Semarang, 15 Juli 2022

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung


Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN HARGA DIRI PADA MAHASISWI UNISSULA PENONTON TREND GLOW UP CHALLENGE DI TIKTOK

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nailatus Syarifah
Nim: 30701800093

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 29 Juli 2022

Dewan Penguji

1. Dra. Rohmatun, M.Si, Psikolog
2. Anisa Fitriani, S.Psi, M.Psi, Psikolog
3. Agustin Handayani, S.Psi, M.Si

Tanda Tangan



Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 22 Agustus 2022

Mengetahui



Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
NIK. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya Nailatus Syarifah dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini 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
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



MOTTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.
(Q.S Al-Baqarah: 286)

Jatuh cinta pada diri sendiri adalah rahasia pertama menuju kebahagiaan
(Robert Morley)

Kehilangan kepercayaan pada tubuh berarti kehilangan kepercayaan pada diri
sendiri (Simone De Beauvoir)

Perbandingan adalah unsur paling beracun di hati manusia karena
menghancurkan kecerdikan dan merampas kedamaian dan kegembiraan
(Eugenia Herlihy)



PERSEMBAHAN

Penulis mempersembahkan karya ini kepada:

Kedua Individutua yang saya cintai, Bapak Rhomadhon dan Ibu Mufaridhatun yang tak henti-henti memberikan dukungan, doa, cinta dan kasih sayang yang teramat tulus. Serta adekku tersayang Rahima Sania Ramadhani yang selalu memberi dukungan dan semangat.

Dosen Pembimbing Ibu Agustin Handayani,S.Psi.,M.Si yang telah sabar membimbing, memberikan masukan, ilmu, pengetahuan, nasehat serta dukungan dalam menyelesaikan karya ini.

Almamater Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang kebanggaan peneliti.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan nikmat, hidayah, inayah, seta ridho yang telah diberikan kepada penulis sehingga karya sederhana ini dapat diselesaikan sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, semoga kita selalu mendapat syafa'at beliau.

Penulis mengakui dalam proses penulisan ini masih banyak kendala serta kekurangan, namun berkat bantuan, dukungan, motivasi baik berupa moril maupun materil dari semua pihak yang telah diberikan kepada peneliti, proses ini dapat terlampaui dengan baik. Akhirnya dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi.,M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah membantu dalam proses akademik maupun penelitian.
2. Ibu Agustin Handayani, S.Psi.,M.Si selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, dan membimbing dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Ibu Ibu Agustin Handayani, S.Psi.,M.Si selaku dosen wali yang senantiasa membantu dan memberikan saran serta perhatian kepada penulis selama penulis menjalani pendidikan di Fakultas Psikologi UNISSULA.
4. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan berbagai ilmu serta pengalaman kepada penulis yang sangat bermanfaat.
5. Bapak dan ibu staf TU serta perpustakaan Fakultas Psikologi UNISSULA, yang telah memberikan kemudahan dalam proses administrasi selama penulis menjalani pendidikan di Fakultas Psikologi UNISSULA.
6. Bapak dan Ibu tercinta, Bapak Rhomadhon dan Ibu Mufaridhatun yang tidak pernah berhenti mencurahkan doa dan harapan untuk kesuksesanku, sabar mendidik dan menyayangiku, serta motivasi baik moril maupun materil sehingga penulis mampu berada hingga ditahap yang sekarang ini.
7. Adek Rahima Sania Ramadhani, yang selalu memberikan motivasi dan semangatnya kepada saya.

8. Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Agama Islam dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian, dan tak lupa mahasiswanya yang telah bersedia menjadi respondendan mengisi kuesioner yang diberikan oleh peneliti.
9. Individu yang berarti dalam penulisan penelitian ini M. Nurul Yaqin, Widya Putri Arum Sari, Hanna Amalia, Ratna Sri yang telah selalu menemani dan membantu kelancaran dan memberikan kompor semangat untuk segera menyelesaikan penelitian ini. Semoga kebaikan kembali untuk kalian juga. Terimakasih banyak.
10. Sahabat-sahabatku, “Kopuk Family” Widya Putri Arum sari, Hanna Amalia Ardi Nabilah, serta Yuniar Anggraini yang telah banyak berbagi kisah, meluangkan waktu, memberikan motivasi, dukungan serta membantu penulis baik selama penulis menjalani pendidikan ataupun dalam proses penulis menyelesaikan karya tulis ini.
11. Teman-teman “HMK Official” Hanna, Widya, Shochi, Putra, serta Apit telah menghibur saya selama menjalani masa pendidikan ini.
12. Teman-Teman Faiza, Mesy, Fara, Indah yang telah menghibur disaat lelah menerpa dalam penelitian ini berlangsung.
13. Teman-teman satu bimbingan skripsi, yang telah banyak membantu serta berjuang bersama.
14. Teman-temanku, seluruh angkatan 2018, teman-teman organisasi Senat Mahasiswa periode 2020/2021 Fakultas Psikologi UNISSULA, serta sahabat/i PMII Komisariat Sultan Agung yang telah memberikan pengalaman berharga serta bermanfaat kepada penulis untuk sekarang hingga kedepannya.
15. Berbagai pihak yang telah turut membantu serta memberikan doa kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak guna menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi kedepannya.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i.
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN.....	iii.
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACK.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis.....	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Harga Diri.....	10
1. Pengertian Harga Diri.....	10
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri	11
3. Aspek- Aspek Harga Diri	14
B. Citra Tubuh.....	15.
1. Pengertian Citra Tubuh.....	16
2. Aspek-Aspek Citra Tubuh.....	17
C. Perbandingan Sosia.....	18.
1. Pengertian Perbandingan Sosial	19
2. Aspek-Aspek Perbandangan Sosial	19

D. Hubungan Antara Citra Tubuh dan Perbandingan Sosial Dengan Harga Diri	22
E. Hipotesis	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Identifikasi Variabel.....	25
B. Definisi Operasional.....	25
1. Harga Diri	25
2. Citra Tubuh.....	26
3. Perbandingan Sosial	26
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	27
1. Populasi	27
2. Sampel	29
3. Teknik Sampling	29
D. Metode Pengumpulan Data	29
1. Harga Diri	30
2. Citra Tubuh.....	31
3. Perbandingan Sosial.....	32
E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur.....	34
1. Validitas.....	34
2. Uji Daya Beda Item.....	34
3. Estimasi Reliabilitas Alat Ukur.....	35
F. Teknik Analisis	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Orientasi Kancan Penelitian dan Persiapan Penelitian.....	36
1. Orientasi Kancan Penelitian	36
2. Persiapan Penelitian.....	37
B. Pelaksanaan Penelitian	49
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	49
1. Uji Asumsi.....	49
2. Uji Normalitas	50
3. Uji Linearitas	51
4. Uji Multikolinieritas	51
5. Uji Hipotesis.....	52
D. Deskripsi Variabel Penelitian.....	53

1. Deskripsi Data Skala Harga Diri	54
2. Deskripsi Data Skala Citra Tubuh	55
3. Deskripsi Data Skala Perbandingan Sosial.....	56
E. Pembahasan	58
F. Kelemahan Penelitian	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	65



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian Data Mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung Semarang	28
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Harga Diri	30
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Citra Tubuh.....	31
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Perbandingan Sosial	33
Tabel 5. Uraian Surat Perijinan.....	37
Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Harga Diri.....	38
Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Citra Tubuh	39
Tabel 8. Sebaran Aitem Skala Perbandingan Sosial	40
Tabel 9. Daya Beda Aitem Harga Diri.....	41
Tabel 10. Daya Beda Aitem Citra Tubuh.....	42
Tabel 11. Daya Beda Aitem Perbandingan Sosial	43
Tabel 12. Susunan Nomor Aitem Baru Pada Skala Harga Diri	44
Tabel 13. Susunan Nomor Aitem Baru Pada Skala Citra Tubuh.....	45
Tabel 14. Susunan Nomor Aitem Baru Pada Skala Perbandingan Sosial.....	46
Tabel 15. Sebaran Nomor Aitem Skala Harga Diri	47
Tabel 16. Sebaran Nomor Aitem Skala Citra Tubuh.....	48
Tabel 17. Sebara Nomor Aitem Skala Perbandingan Sosial.....	49
Tabel 18. Hasil Uji Normalitas	50
Tabel 19. Linieritas	51
Tabel 20. Norma Kategori Skor	54
Tabel 21. Deskripsi Statistik Skor Skala Harga Diri.....	54
Tabel 22. Kategori Skor Harga Diri.....	55
Tabel 23. Deskripsi Statistik Skor Skala Citra Tubuh	56
Tabel 24. Kategori Skor Citra Tubuh.....	56
Tabel 25. Deskripsi Statistik Skor Skala Perbandingan Sosial	57
Tabel 26. Kategori Skor Perbandingan Sosial	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Norma Kategori Skala Harga Diri.....	55
Gambar 2. Norma Kategori Skala Citra Tubuh	56
Gambar 3. Norma Kategori Skala Perbandingan Sosial	57



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A SKALA UJI COBA.....	71
LAMPIRAN B TABULASI DATA UJI COBA.....	80
LAMPIRAN C RELIABILITAS DAN UJI DAYA BEDA AITEM SKALA UJI COBA.....	102
LAMPIRAN D SKALA PENELITIAN	109
LAMPIRAN E TABULASI DATA PENELITIAN	114
LAMPIRAN F UJI ASUMSI DAN UJI HIPOTESIS.....	160
LAMPIRAN G DOKUMENTSI PENELITIAN	168



**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN
SOSIAL DENGAN HARGA DIRI (*SELF-ESTEEM*) PADA MAHASISWI
UNISSULA PENONTON TREND GLOW UP
CHALLENGE DI TIKTOK**

Oleh:

Nailatus Syarifah¹, Agustin Handayani²

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: tussyarifahnaila@gmail.com

agustinhandayani75@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswa UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa UNISSULA. Sampel yang digunakan yaitu mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Agama Islam dan Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan sebanyak 353 responden. Penelitian ini menggunakan tiga alat ukur, yaitu skala harga diri dengan koefisien reliabilitas 0,755, skala citra tubuh dengan koefisien reliabilitas 0,734 dan skala perbandingan sosial dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,711. Teknik analisis yang digunakan yaitu teknik korelasi *Spearman* dengan bantuan SPSS. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswa unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok. pada hipotesis pertama, maka diperoleh skor $r_s = 0,671$ dengan $F = 26,159$ dengan signifikan 0,000 ($p < 0,01$). Hipotesis kedua mendapatkan hasil $r_{x1y} 0,221$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), yang artinya sama dengan ada hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada mahasiswa UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok. Hipotesis ketiga menghasilkan skor sebesar $r_{x2y} 0,410$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), yang menjelaskan bahwa ada hubungan antara perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswa UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok.

Kata kunci: Citra Tubuh, Perbandingan Sosial dan Harga Diri

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND SOCIAL
COMPARISON WITH SELF-ESTEEM IN STUDENTS OF UNISSULA
WATCHERS TREND GLOW UP
CHALLENGE ON TIKTOK**

Nailatus Syarifah¹, Agustin Handayani²

Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University Semarang

Email: tussyarifahnaila@gmail.com

agustinhandayani75@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a relationship between body image and social comparisons with self-esteem in 6th semester students of UNISSULA, viewers of the glow up challenge on TikTok. The population used in this study were 6th semester students of UNISSULA. The samples used were students of the Faculty of Nursing, Faculty of Islamic Religion and the Faculty of Teacher Training and Education as many as 353 respondents. This study uses three measuring instruments, namely the self-esteem scale with a reliability coefficient of 0.755, a body image scale with a reliability coefficient of 0.734 and a social comparison scale with a reliability coefficient of 0.711. The analytical technique used is the Spearman with the help of SPSS. The results of hypothesis testing show that there is a relationship between body image and social comparison with self-respect for the 6th semester student of Unissula, the audience of the glow up challenge on TikTok. in the first hypothesis, a score of $r_s = 0.671$ was obtained with $F = 26,159$ with a significance of 0.000 ($p < 0.01$). The second hypothesis gets the results of $r_{xy} = 0.221$ with a significance of 0.000 ($p < 0.01$), which means that there is a relationship between body image and self-esteem in 6th semester students of UNISSULA who are viewers of the glow up challenge TikTok. The third hypothesis resulted in a score of $r_{xy} = 0.410$ with a significance of 0.000 ($p < 0.01$), which explains that there is a relationship between social comparison and self-esteem in 6th semester UNISSULA female students who glow up challenge TikTok.

Keywords: Body Image, Social Comparison and Self-Esteem

BAB I

PENDAULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Saat Salah satu media sosial yang sedang menjadi tren saat ini adalah TikTok. TikTok mengalami kenaikan pesat dalam pemakaian sosial media saat ini. Indonesia merupakan pasar kedua terbesar TikTok di dunia pada 2020 melansir dari Statista, ada 22,2 juta pengguna aktif bulanan TikTok (monthly active users/MAU). Adapun popularitas TikTok tercatat melonjak semenjak pandemi Covid-19. Perusahaan milik ByteDance ini menjadi aplikasi yang paling banyak diunduh di dunia pada kuartal I-2020 dengan sekitar 315 juta unduhan (Annur CM, 2021). TikTok kini seakan menjadi aplikasi primadona yang layak dan wajib diunduh oleh semua Individu. Bahkan, menurut survei dari Sensor Tower, TikTok telah mengalahkan aplikasi besar lainnya seperti *Facebook* dan *Instagram* (Ferdiansyah, 2020). Sepanjang 2019, aplikasi ini diunduh 700 juta kali. Ini memungkinkan TikTok mengungguli beberapa layanan. Setelah Whatsapp yang memiliki 1,5 miliar unduhan, aplikasi TikTok berada di urutan kedua (Mangkuto, 2020).

TikTok mempunyai nama lain yaitu Douyin yang artinya video pendek vibrato. Douyin atau TikTok yang berperan sebagai jaringan sosial dan platform video musik itu diluncurkan pada bulan September 2016 oleh Zhang Yiming. Di Indonesia sendiri, aplikasi TikTok diluncurkan pada bulan Mei 2017 (Aji, 2018). Menurut Putra selaku kepala operasi pengguna dan konten TikTok Indonesia, ada lima jenis konten yang paling populer yaitu humor, fashion dan kecantikan, vlog, dan makanan, ada juga program olahraga dan hewan peliharaan. Konten kecantikan, terutama untuk remaja, adalah salah satu genre video paling populer, dengan pelajaran tata rias, saran tata rias, dan ulasan produk kecantikan di antara yang paling populer (Praisra, H., & Rezkisari, 2019)

TikTok sangat disukai oleh masyarakat umum saat ini dibandingkan dengan *Instagram* dan *Facebook*. TikTok lebih menarik dikarenakan menawarkan berbagai fitur unik dan menghibur yang memungkinkan pengguna mengunggah video dengan menghadirkan efek spesial yang menarik dan mudah digunakan, sehingga

semua individu bisa menciptakan sebuah video yang keren dengan mudah. TikTok memiliki banyak efek spesial, diantaranya efek shaking dan shivering pada video dengan musik elektronik, mengubah warna rambut, stiker 3D dan properti lainnya. Sebagai tambahan, kreator dapat lebih mengembangkan bakatnya lagi dan membuka dunia tanpa batas hanya dengan memasuki perpustakaan musik lengkap TikTok. TikTok menarik bukan hanya karena beragamnya file yang dapat dipublikasikan, tetapi juga karena penemuan video yang dapat diunggah (Aynayah, 2021).

Istilah glow berasal dari kata bahasa Inggris, yang berarti "bersinar". Istilah ini mengacu pada perubahan penampilan, terutama pada bagian tubuh dan wajah yang ditampilkan individu khususnya pada wanita. Dalam bahasa anak muda *glow up* juga mengacu pada perubahan besar dan progresif dari waktu ke waktu, seperti individu yang sebelumnya kurang memperhatikan penampilan mereka tiba-tiba menjadi sangat modis (Hibaturrahman, 2021). *Glow up* menurut urban dictionary adalah perubahan mental, fisik, dan emosional yang positif. *Glow up* juga bisa merujuk pada perubahan yang luar biasa. Dalam praktiknya istilah ini sering digunakan untuk memuji penampilan individu yang semakin membaik dari waktu ke waktu. (Woman, 2021).

Tantangan *Glow up* dijelaskan oleh TikTok yaitu platform media sosial yang menantang pengguna untuk berbagi foto yang menyandingkan yang lama dan yang baru (Febriani, 2021). Tantangan *glow up* yang sedang trending di media sosial ini juga mendorong perempuan untuk memposting gambar atau video perubahan fisik yang mereka alami dari waktu ke waktu, seperti ketika mereka kelebihan berat badan dan kemudian langsing, atau ketika mereka hitam menjadi putih. Di media sosial banyak wanita mengubah penampilannya agar terlihat lebih cantik. Di masa pandemi, banyak Individu menggunakan teknologi dan media sosial untuk berpartisipasi dalam *glow up challenge*. Lebih dari 197.000 pengguna TikTok telah berpartisipasi dalam tantangan *glow up*. Sementara itu, tantangan *glow up* di TikTok telah menarik lebih banyak pemain. Video dengan tagar #glowup challenge dibagikan di media sosial (Febriani, 2021)

Tantangan *glow up* adalah tren populer di media sosial, dan memiliki pengaruh positif dan negatif. Menurut Psikolog Meity Arianty trend *glow up challenge* memiliki dampak yang menguntungkan, trend ini positif apabila masyarakat dalam mengikuti trend tersebut sesuai dengan kapasitasnya, dilakukan secara sehat, dan tidak melakukan sesuatu yang melebihi kemampuannya (Febriani, 2021). Munculnya trend *glow up* mengakibatkan harga diri individu menjadi rendah. Trend ini memunculkan perasaan insecure pada wanita. Insecure merupakan perasaan tidak aman yang dimana seIndividu individu merasa tidak percaya diri, cemas dan lainnya akan suatu hal (Rahmah, 2020). Dampak negatif dari trend *glow up* yang beredar di internet cukup membuat individu merasa minder, karena tren baru-baru ini yang menunjukkan perubahan besar pada tubuh individu. Hal ini menciptakan keinginan bagi diri sendiri untuk memenuhi kriteria kecantikan seperti yang didefinisikan oleh standar kecantikan masyarakat saat ini. Seolah-olah tren ini memiliki dua sisi, di satu sisi jika dijadikan sebagai bentuk gambaran tubuh, tren ini bisa mengajarkan penonton bahwa menjadi berbeda bukanlah hal yang buruk. Sedangkan dalam sisi lain, tren ini bisa menjadi alat doktrin yang bisa diturunkan dari generasi ke generasi, bahwa keindahan itulah yang harus dipenuhi. Jika kondisi ini dibiarkan, maka perempuan akan mengalami diskriminasi karena masyarakat hanya menghargai wanita yang cantik. Perempuan akan dipandang sebagai objek yang hanya dikenal dalam bentuk penampilan saja. Media massa yang turut membentuk perempuan yang hanya ditonjolkan dari sisi fisik saja, kerap membebankan perempuan dan menciptakan perlombaan antar perempuan itu sendiri (Kalyanamitra, 2021).

Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa. Mahasiswa strata-1 adalah individu yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi, dengan rentang usia yang berkisar antara 18-23 tahun (Paramita, 2010). Mahasiswa memiliki rentang usia 20-22 tahun dimana pada usia tersebut masuk dalam kategori usia dewasa awal. Pada masa dewasa awal penampilan dianggap penting dan utama bagi seIndividu wanita. Oleh sebab itu, wanita sering membandingkan penampilan fisiknya, khususnya bentuk tubuhnya, dengan tubuh wanita lain yang dianggap lebih menarik. Hurlock (1996) menjelaskan masa dewasa awal didefinisikan sebagai

periode antara usia 18 dan 40 tahun. Menurut Santrock (2007) tugas perkembangan dewasa awal meliputi menjadi warga negara yang layak, mencari pekerjaan, mencari pasangan hidup, menikah, dan membesarkan anak selama tahun-tahun perkembangan.

Wawancara 1 pada tanggal 9 Oktober 2021 terhadap subjek yang berinisial D dengan umur 21 tahun, mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, Semarang angkatan 2019.

“Trend glowup ada cewe gendut terus olahraga sampai dia kurus, terus jugaa cewe jerawat terus skincarean dan berubah jadi cantik. Ingin mempunyai fisik yg sesuai di trend itu. Ada perasaan insecure banget karena pengen seperti mereka. Lingkungan sangat besar mempengaruhi saya karena selalu menekankan untuk cantik, harus putih yang lumayan membuat aku selalu terfikirkan dan membuat beban. Dengan trend tersebut sangat mempengaruhi karena buat aku harus mencoba produk-produk yang diiklan padahal bajet terkadang kurang mendukung. Untuk harga diri terpengaruh karena saya menganggap saya kurang cantik dan kurang berharga banget sampe terbawa dan selalu memikirkan. Kalo dinilai rendahnya harga diri terhadap trend itu skala 1-10 saya sampe 9,5 untuk nilai harga diri aku saat ini”.

Wawancara 2 pada tanggal 10 Oktober 2021 terhadap subjek yang berinisial D dengan umur 20 tahun, mahasiswi Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Islam Sultan Agung, Semarang angkatan 2019.

“Lihat trend glowup di TikTok, Keinginan mempunyai fisik yg sesuai di trend itu pengen banget . Perasaan insecure dengan trend tersebut jelas pasti sampai insecure tiap malem. Dengan masalah diwajahku pernah merasa di titik kayak gak berharga. Kalo di nilai perasaan insecure dibandingkan sama di trend glow up tersebut waktu breakout parah bisa sampe 1000000/10. Susah banget sih untuk membangun harga diri saat ini, yang membuat susah itu dari lingkungan dan diri sendiri, karna ngerasa ga pede kalo diluar ketemu banyak Individu udh minder duluan, tapi juga dari lingkungan yg biasane ngomen ga enak”.

Wawancara 3 pada tanggal 15 November 2021 terhadap subjek yang berinisial I dengan umur 21 tahun, mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, Semarang angkatan 2019.

“Pernah lihat trend glowup di TikTok. Aku pengen punya fisik yg sesuai di trend itu mbk. Gambaran harga diriku dengan adanya trend tersebut insecure, insecure nya ya kayak merasa minder aja, nggak percaya diri, lihat yang pada glowing dan mulus-mulus. Pengen glow up soal nya sekarang tu Individu-Individu yang good looking lebih dihargain. Lingkungan ku itu rata-rata temen-temen ku emang skincarean semua jadi membawa pengaruh juga ke aku, kalau temen pake skincare kita pasti juga pengen pake. Kalo dinilai pengaruh trend glow up mempengaruhi harga diri 1-10 sebesar 7 karena Karena menumbuhkan rasa insecure Mbak, jadi kek pengen glow up gitu.

Berdasarkan wawancara diatas dapat disimpulkan bahwasanya mahasiswa penonton trend glowup challenge merasa memiliki harga diri yang rendah disebabkan oleh citra tubuh yang rendah karena penilaian standar kecantikan yang diciptakan dalam trend tersebut dan perbandingan sosial yang rendah karena pengaruh dari lingkungan subjek yang juga mementingkan kecantikan yang sesuai dengan standar kecantikan pada masyarakat pada umum nya.

Copersmith (1967) menjelaskan harga diri adalah penilaian individu tentang bagaimana individu mengevaluasi dirinya sendiri, dengan tujuan penolakan atau penerimaan, serta keyakinan individu dalam pencapaian, kemampuan, nilai, dan makna. Harga diri dapat didefinisikan sebagai sejauh mana seIndividu individu menganggap dirinya sebagai Individu dengan kemampuan, makna, nilai, dan kompetensi (Kamila I & Mukhlis, 2013). Mengikuti pendapat Rosenberg (2015), Harga diri individu merupakan penilaian positif atau negatif terhadap diri sendiri. Dengan kata lain, harga diri adalah pendapat individu tentang dirinya sendiri.

Jan, M.,dkk (2017) menjelaskan bahwa pada kehidupan sekarang ini dipenuhi oleh stereotipe tubuh yang sempurna. Lebih lanjut Grogan (dalam Brahmini & Supriyadi, 2019) menyatakan bahwa individu yang melihat tipe tubuh ideal pada media tertentu akan memicu ketidakpuasan akan penampilan fisiknya. Ketidakpuasan ini berkaitan dengan citra tubuh negatif yang dapat memprediksi rendahnya harga diri individu (Dalila et al., 2021)

Salah satu dimensi dari penerimaan diri adalah dimensi fisik, yang mengacu pada persepsi individu terhadap kondisi fisik individu atau citra tubuh. Citra tubuh inilah yang akan peneliti jadikan salah satu variabel bebas dalam penelitian ini.

Pada kenyataannya TikTok dapat digunakan untuk memperlihatkan video yang terlihat menarik hal ini berkaitan dengan citra tubuh individu (Brahmini & Supriyadi, 2019). Citra tubuh mengacu pada bagaimana individu merasakan perwujudan dirinya sendiri, yang terdiri atas hubungan personal antara individu dengan tubuhnya sendiri, meliputi persepsi, keyakinan, pemikiran, perasaan, dan aksi yang menyinggung penampilan fisik (Cash, 2012). Henggaryadi (2008) menyebutkan bahwa pada kehidupan sekarang ini dipenuhi oleh penilaian tubuh yang sempurna. Lebih lanjut Grogan (dalam Fathiana Arshuha & Amalia, 2019) menyatakan bahwa individu yang melihat tipe tubuh ideal pada media tertentu akan memicu ketidakpuasan akan penampilan fisiknya. Ketidakpuasan ini berkaitan dengan citra tubuh negatif yang dapat memprediksi rendahnya harga diri individu (Ghufron & Riswanita, 2010).

Harga diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Michener (dalam Rahman, 2014) harga diri dipengaruhi oleh umpan balik kinerja pengalaman keluarga dan perbandingan sosial. Menurut Frey & Carlock (dalam Solistiawati, 2015) juga mengemukakan harga diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu interaksi antar manusia, lingkungan sekolah, pendidikan Individu tua, anggota kelompok, kepercayaan, pedoman individu, kematangan serta keturunan. Sama halnya dengan pendapat Burn (dalam Amandha Unziila, 2015) pola asuh, sosial ekonomi, lingkungan, pengalaman, dan citra tubuh merupakan faktor yang mempengaruhi harga diri. Harga diri juga dapat dipengaruhi oleh faktor usia, genetik, gender, lingkungan keluarga dan lingkungan. Kelompok sosial memegang peranan penting tentang penerimaan diri dan pengembangan standar sosial yang ditetapkan di lingkungan sosial (Husnainayah, 2017). Menurut Murk (dalam Suhron, 2017) Individu akan berinteraksi di lingkungan sosial dan memerlukan ketahanan diri untuk menghadapi tantangan yang ada, sebagai bentuk pengembangan harga diri, begitupun pada mahasiswa yang berada di tahap dewasa awal. Seiring bertambahnya usia, tantangan yang dialami individu akan berubah pula.

Sifat alami individu wanita adalah membandingkan dirinya dengan individu lain di lingkungannya dan di media. Saat melewatkan diri, wanita lebih cenderung

membuat perbandingan sosial, yang mungkin mengarah pada ketidakpuasan diri (Santrock, 2007). Perbandingan sosial yang dilakukan membuat perempuan semakin merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Menurut Jones (dalam Sari & Suarya, 2018). Perbandingan sosial yang dilakukan membuat perempuan semakin sering mengamati tubuhnya dan sekaligus menstimulasi untuk membandingkan tubuhnya dengan perempuan lain, maka disinilah proses perbandingan sosial terjadi. Melalui perbandingan sosial individu perempuan belajar untuk mengenali bagaimana konsep yang ideal didalam masyarakat, apakah penampilannya menarik atau tidak menarik, bagaimanakah standar ideal yang dimiliki masyarakat, kemudian individu perempuan akan mengidentifikasinya melalui sebuah perbandingan sosial. Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa perbandingan sosial merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan citra tubuh individu yang kemudian akan memengaruhi individu apakah puas atau tidaknya terhadap bentuk tubuhnya. Pada penelitian ini peneliti mengambil variabel X yaitu perbandingan sosial dan citra tubuh.

Pada penelitian yang relevan telah dilakukan sebelumnya oleh Augustiningsih dkk (2020) dengan judul “Hubungan citra tubuh dengan harga diri pada remaja putri penggemar K-Pop di komunitas A.R.M.Y Medan” menunjukkan hasil ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja putri penggemar K-Pop di komunitas A.R.M.Y Medan. Selanjutnya, pada penelitian Nur & Sari (2012) dengan judul penelitian “Hubungan antara citra tubuh dengan *self esteem* pada wanita dewasa awal pengguna skincare” juga mengungkapkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan *self esteem* pada wanita dewasa awal pengguna skincare, yang artinya semakin positif citra tubuh maka *self esteem* akan semakin tinggi, sebaliknya semakin negatif citra tubuh maka *self esteem* akan semakin rendah. Solistiawati & Sitasari (2015) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan signifikan dengan arah positif antara citra tubuh dengan harga diri pada mahasiswa reguler UEU. Artinya, semakin positif citra tubuh mahasiswa, semakin tinggi pula harga dirinya, dan sebaliknya.

Hasil penelitian sebelumnya oleh Syachfira & Nawangsih (2018) dengan judul “Hubungan *social comparison* dan *self esteem* pada mahasiswa pengguna

Instagram” menjelaskan hasil adanya hubungan antara *social somparison* dan *self-esteem* dengan mahasiswa yang menggunakan Instagram dengan kategori rendah. Berdasarkan hasil tersebut juga dapat dipahami, semakin tinggi perbandingan sosial dapat menurunkan *self-esteem* mahasiswa pengguna sosial media dikota Bandung. Penelitian lain dilakukan oleh Solistiawati (2015) menunjukkan hubungan yang signifikan dan positif antara citra tubuh dengan harga diri. Artinya, semakin positif citra tubuh maka menunjukkan semakin tinggi harga diri. Sebaliknya, semakin negatif citra tubuh maka semakin rendah harga diri.

Perbedaan antara penelitian peneliti dengan dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel penelitian. Pada penelitian – penelitian terdahulu antara variabel citra tubuh dan perbandingan sosial dikaji secara terpisah, namun pada penelitian ini sedikit ada perbedaan yaitu dengan menggabungkan citra tubuh dan perbandingan sosial menjadi variabel X. Perbedaan lain penelitian ini terletak pada pengambilan subjek yang menggunakan mahasiswi yang merupakan memasuki tahap dewasa awal, serta tempat penelitian yang mengambil di Universitas Islam Sultan Agung yang berada dikota Semarang.

Berdasarkan pengertian yang telah di uraikan dari beberapa ahli diatas, dapat di simpulkan bahwa masa dewasa awal adalah masa yang rentan terhadap suatu masalah. Harga diri individu dapat di pengaruhi oleh citra tubuh dan perbandingan sosial yang di dalam penelitian ini dengan hasil wawancara awal serta hasil penelitian terdahulu. Berdasarkan trend diatas membuat peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini, yaitu: apakah terdapat hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok?

C. Tujuan

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok.

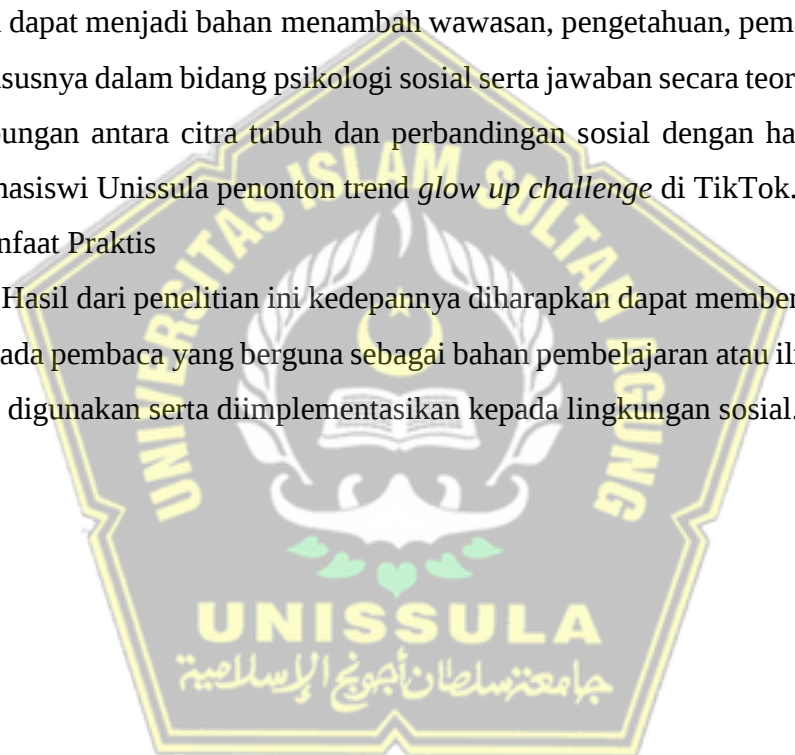
D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Harapan dari penelitian yang dilakukan ini agar kedepannya dapat memberikan pandangan baru bagi peneliti lain ataupun peneliti selanjutnya. Hal lain dapat menjadi bahan menambah wawasan, pengetahuan, pemahaman lebih khususnya dalam bidang psikologi sosial serta jawaban secara teoritis mengenai hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok.

2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini kedepannya diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pembaca yang berguna sebagai bahan pembelajaran atau ilmu tambahan dan digunakan serta diimplementasikan kepada lingkungan sosial.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Harga Diri

1. Pengertian Harga Diri

Coopersmith (dalam Rachmawati & Ria, 2017) harga diri adalah penilaian individu tentang bagaimana individu mengevaluasi dirinya sendiri, dengan tujuan penolakan atau penerimaan, serta keyakinan individu dalam pencapaian, kemampuan, nilai, dan makna. Harga diri adalah dimensi penilaian keseluruhan tentang diri sendiri (Santrok, 2012). Mengikuti pendapat Rosenberg (dalam Srisayekti & Setiady, 2015) harga diri individu merupakan penilaian positif atau negatif terhadap diri sendiri. Dengan kata lain, harga diri adalah pendapat individu tentang dirinya sendiri.

Harga diri menurut Santrok (2012) adalah penilaian keseluruhan individu tentang kemampuan yang belum dimanfaatkan, sejauh mana individu tidak percaya pada diri sendiri atau kemampuannya dalam waktu dekat. Harga diri adalah penilaian subjektif dari sikap individu terhadap diri sendiri (Dharma, 2019). Harga diri meliputi sikap individu terhadap dirinya sendiri, dari yang sangat negatif sampai yang sangat positif. Harga diri yang tinggi menunjukkan bahwa individu menyukai dirinya sendiri, dan penilaian positif ini didasarkan pada persepsi dan pengalaman pribadi Individu lain. Sikap terhadap diri sendiri dimulai dari interaksi bayi dengan ibu dan Individu lain, dan perbedaan budaya dapat mempengaruhi apa yang penting bagi harga diri individu (Baron, Robert, A., 2012). Menurut Myers (2012) harga diri adalah penilaian subjektif dari nilai keseluruhan individu, dan penilaian sikap baik atau buruk terhadap diri sendiri. Harga diri adalah penilaian yang dibuat Individu tentang diri mereka sendiri dengan mengekspresikan dan menunjukkan sikap positif atau negatif mereka.

Berdasarkan penjelasan beberapa tokoh di atas, dapat kita simpulkan bahwa harga diri merupakan hasil dari identitas individu, kemampuan, keterbatasan, dan penilaian individu terhadap apa yang telah dicapai oleh individu tersebut, penilaian inilah yang menjadi dasar harga diri dan nilai setiap individu.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

Menurut Ghuftron (2011) ada beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri individu diantaranya:

a. Faktor Gender

Wanita selalu merasa kurang percaya diri dibandingkan pria. Misalnya perasaan tidak mampu, kurang percaya diri, dan kebutuhan akan perlindungan. Hal ini karena peran Individu tua dan harapan sosial berbeda antara laki-laki dan perempuan.

b. Faktor Intelegensi

Karena pengukuran kecerdasan selalu didasarkan pada kinerja akademik, maka pengukuran tersebut terkait erat dengan kinerja secara keseluruhan. Individu dengan harga diri tinggi berprestasi lebih baik di sekolah daripada mereka yang memiliki harga diri rendah. Individu-Individu dengan harga diri yang tinggi memiliki skor kecerdasan dan ambisi yang tinggi, dan akan terus-menerus berjuang.

c. Faktor Kondisi Fisik

Ada hubungan yang konsisten antara ketertarikan fisik dan harga diri tinggi. Individu dengan karakteristik fisik yang menarik cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan karakteristik fisik yang tidak menarik.

d. Faktor Lingkungan Keluarga

Pentingnya Peran keluarga sangat penting dalam perkembangan harga diri anak. Dalam keluarga anak tidak hanya mengenal Individu tua yang membesarkan dan mendidiknya, tetapi juga menjadi dasar sosialisasi dalam lingkungan yang lebih luas. Keluarga perlu menemukan landasan untuk mengembangkan harga diri yang baik bagi anak-anak mereka. Memberikan perlakuan yang adil dan kesempatan untuk pendidikan yang aktif dan demokratis akan memberikan anak harga diri yang tinggi. Dan Individu tua yang memberikan hukuman dan larangan, seringkali tanpa alasan, akan membuat anaknya merasa tidak berharga atau rendah diri.

Menurut Mcloed & Owens, Powell (dalam Suhron, 2017) faktor-faktor

yang mempengaruhi harga diri adalah :

a. Usia

Pengembangan harga diri pada masa kanak-kanak dan remaja diperoleh dari teman, Individu tua dan guru ketika ke sekolah.

b. Ras

Keanekaragaman budaya atau ras tertentu dapat mempengaruhi harga diri untuk mempertahankan ras.

c. Etnis

Hal ini dapat mempengaruhi harga diri, karena kelompok etnis tertentu menentukan bahwa etnis mereka memiliki derajat yang lebih tinggi dalam kehidupan sosial dan masyarakat di bandingkan dengan etnis lain, sehingga dapat mempengaruhi harga diri.

d. Pubertas

Pubertas Merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa yang ditandai dengan munculnya ciri-ciri seksual sekunder dan kesuburan seksual yang dapat menimbulkan emosi menarik yang mempengaruhi harga diri.

e. Berat badan

Perubahan fisik akan tampak saat memasuki masa remaja ditandai dengan perubahan berat badan.

f. Jenis kelamin

Hal ini menunjukkan bahwa Gender berdampak pada harga diri karena laki-laki menjunjung tingginya agar dapat bersaing dan terlihat lebih baik daripada perempuan, terutama dalam hal prestasi.

Menurut Coopersmith (dalam Ghufon & Risnawita., 2011) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu:

a. Kondisi Fisik

Individu dengan harga diri tinggi biasanya tampak lebih baik secara fisik dari pada Individu dengan harga diri rendah. Karakteristik fisik yang lebih indah biasanya dikaitkan dengan tingkat harga diri yang lebih tinggi dari pada karakteristik yang kurang menarik. Masa dewasa awal juga

membutuhkan mempertimbangkan citra tubuh individu dan faktor luar yang dapat menurunkan harga diri individu.

b. Faktor Jenis Kelamin

Wanita selalu merasa harga dirinya lebih rendah dari pada pria, seperti perasaan kurang mampu kepercayaan diri yang rendah, atau merasa butuh di lindungi. Hal ini terjadi karena peran Individu tua dan harapan-harapan dari masyarakat yang berbeda-beda baik pria maupun wanita. Sehingga jenis kelamin mempengaruhi harga diri individu.

c. Intelegensi

Siswa Individu dengan harga diri yang tinggi akan mencapai prestasi akademik yang tinggi, dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri yang rendah. Selain itu, individu yang memiliki harga diri yang tinggi juga memiliki skor intelegensi yang lebih baik dan selalu berusaha lebih keras.

d. Lingkungan Keluarga

Perlakuan adil dan pemberian kesempatan untuk aktif dan mendidik secara demokratis akan membuat anak memiliki harga diri yang tinggi. Individu tua yang sering memberi hukuman dan larangan tanpa penyebab dan alasan akan menyebabkan anak merasa tidak berharga. Individu yang dengan keluarga yang bahagia akan memiliki harga diri yang tinggi karena berada dalam keluarga yang mampu memberikannya rasa aman, nyaman, menerima apa adanya, memberikan rasa cinta, dan selalu memberikan tanggapan positif. Sedangkan, pengabaian dan penolakan akan membuat individu merasa tidak berharga secara otomatis. Karena, individu akan merasa tidak berharga, merasa diacuhkan dan tidak dihargai, sehingga mereka akan mengalami perasaan negatif terhadap dirinya sendiri.

e. Lingkungan Sosial

Terdapat beberapa perubahan pada harga diri dan bisa dijelaskan melalui konsep-konsep kesuksesan, nilai, aspirasi dan prosedur pertahanan diri. Kesuksesan tadi muncul melalui pengalaman pada lingkungan, kesuksesan pada bidang tertentu, kompetisi dan nilai kebaikan.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti memilih faktor- faktor yang diungkapkan oleh Coopersmith (dalam Ghurfron & Risnawati, 2016) yang dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri adalah kondisi fisik, jenis kelamin, kecerdasan, lingkungan keluarga dan lingkungan sosial. Faktor yang mempengaruhi harga diri individu adalah kondisi fisik dan lingkungan sosial yang dalam penelitian ini kondisi fisik diambil variabel X yaitu citra tubuh dan variabel X perbandingan sosial yang masuk dalam faktor lingkungan sosial.

3. Aspek- Aspek Harga Diri

Sedangkan menurut Felker (2013) harga diri terdiri dari aspek-aspek:

a. Perasaan Diterima (*Felling of Belonging*)

Perasaan individu dimana menjadi anggota kelompok dan diakui oleh anggota kelompok. Kelompok ini dapat berupa keluarga, kelompok sebaya, atau kelompok apapun itu. Individu akan memiliki harga diri positif ketika mereka merasa diterima dan menjadi bagian dari suatu kelompok. Namun, jika individu merasa ditolak, individu tersebut akan memiliki harga diri yang negatif.

b. Perasaan Mampu (*Feeling of Competence*)

Perasaan dan keyakinan individu tentang kemampuan yang ada dalam diri sendiri untuk mencapai hasil yang diharapkan. Misalnya emosi individu ketika mengalami keberhasilan atau kegagalan.

c. Perasaan Berharga (*Felling of Worth*)

Perasaan individu dimana merasa berharga. Perasaan ini dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu. Emosi yang dimiliki individu seringkali ditunjukkan dan berasal dari pernyataan-pernyataan yang bersifat pribadi seperti kebijaksanaan, kesopanan, dan kebaikan.

Rosenberg (dalam Yuniar & Rahmania, 2021) menyatakan bahwa harga diri memiliki dua aspek, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua aspek tersebut memiliki lima dimensi yaitu: dimensi akademik, sosial, emosional, keluarga, dan fisik.

- a. Dimensi akademik mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas pendidikan individu.
 - b. Reaksi individu terhadap interaksi sosial dipengaruhi oleh dimensi sosial.
 - c. Dimensi emosional adalah bagaimana seIndividu individu berinteraksi dengan perasaan mereka sendiri.
 - d. Dimensi keluarga menunjukkan partisipasi individu dalam dan integrasi ke dalam keluarga penting bagi saya.
 - e. Dimensi fisik yang mengarah pada keadaan fisik individu telah dievaluasi.
- Coopersmith (dalam Ghufon & Risnawita., 2011) mengemukakan bahwa aspek-aspek harga diri ada empat yaitu:

a. Keberartian

Makna pribadi datang melalui penerimaan, perhatian, dan kasih sayang dari Individu-Individu di sekitar Anda. Ekspresi harga diri yang diterima individu adalah penerimaan dan penolakan terhadap lingkungan. Individu yang menghargai diri sendiri adalah Individu yang disambut, diperhatikan, dan disukai di lingkungannya. Sebaliknya, Individu dengan harga diri rendah adalah Individu yang ditolak, tidak didengar, dan dibenci oleh Individu lain.

b. Kebajikan

Kebajikan adalah istilah individu untuk nilai-nilai normal, etika, dan aturan dalam masyarakat. Aspek ini diatasi dengan bagaimana individu memandang masalah benar dan salah berdasarkan nilai-nilai moral, etika, dan aturan lingkungan yang meresap.

c. Kekuatan

Kemampuan untuk mengatur atau mengendalikan individu lain, serta diri sendiri, dicirikan sebagai kekuatan. Individu yang secara efektif dapat mengelola atau mengendalikan Individu lain dan dirinya sendiri akan memiliki sikap percaya diri, optimis, mampu berpikir sendiri, dan tidak mudah terombang-ambing oleh pandangan atau perilaku individu lain. Individu yang tidak mampu mengelola Individu lain atau dirinya sendiri

secara efektif, sebaliknya, akan memiliki sikap negatif dan bergantung pada Individu lain.

d. Kompetensi

Kemampuan individu untuk mencapai apa yang diinginkan atau diharapkan untuk dilakukan. Individu dengan kemampuan tinggi akan percaya diri dan positif tentang tujuan mereka dan akan mampu mengatasi tantangan.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan aspek-aspek harga diri menurut Coopersmith (dalam Ghufroon & Risnawita., 2011) yaitu unsur-unsur harga diri meliputi kekuasaan, makna diri, kebajikan, dan kemampuan. Penjelasan ini dapat digunakan untuk menarik kesimpulan. Karena peneliti menganggap bahwa teori Coopersmith sesuai dengan tujuan penyelidikan ini,

B. Citra Tubuh

1. Pengertian Citra Tubuh

Definisi citra tubuh Cash (2012) berpendapat bahwa citra tubuh adalah pengalaman pribadi yang dicirikan oleh kesan bentuk dan berat tubuh, dan perilaku itu memengaruhi penilaian individu terhadap penampilan fisiknya. citra tubuh dikemukakan oleh Rombe (2014) merupakan representasi dari persepsi individu tentang tubuh ideal dan apa yang diinginkan secara fisik, baik dari segi berat badan maupun bentuk tubuh, yang didasarkan pada persepsi Individu lain dan bagaimana mereka harus mengubah persepsi tersebut. Pengertian citra tubuh menurut Arthur (2010) adalah persepsi subjektif individu terhadap tubuhnya, terutama yang berkaitan dengan penilaian individu lain dan seberapa baik tubuh harus mematuhi persepsi tersebut. Beberapa ilmuan hanya menggunakan kata ini untuk merujuk pada penampilan fisik, sementara yang lain mencakup penilaian tentang fungsi fisiologis, gerakan tubuh, dan koordinasi tubuh.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas citra tubuh adalah gambaran mengenai tubuh individu yang di peroleh melalui penilaian sendiri yang menghasilkan perasaan puas atau tidak puas dengan keadaan tubuhnya.

2. Aspek-Aspek Citra Tubuh

Gardner (1996) menerangkan terdapat dua aspek citra tubuh, yakni:

a. Komponen Persepsi

Mendefinisikan bagaimana Individu menilai tubuh mereka melalui introspeksi diri berdasarkan persepsi individu lain (ideal atau kelebihan berat badan, mulus atau tidak, menarik atau jelek, hitam atau putih, dan sebagainya)

b. Komponen Sikap

Individu mungkin puas atau tidak puas dengan bagian tubuh tertentu atau seluruh tubuh. Preferensi individu terhadap bentuk tubuhnya didorong oleh perasaan puas dan tidak puas yang datang dalam berbagai kondisi.

Menurut Thompson (dalam Utami, 2014) mengemukakan ada tiga aspek citra tubuh, yaitu:

a. Persepsi Terhadap Bagian-bagian Tubuh dan Penampilan Secara Keseluruhan

Bentuk tubuh merupakan suatu simbol dari diri seIndividu individu, karena dalam hal tersebut individu dinilai oleh individu lain dan dinilai oleh dirinya sendiri. Selanjutnya bentuk tubuh serta penampilan baik dan buruk dapat mendatangkan perasaan senang atau tidak senang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.

b. Perbandingan dengan Individu Lain.

Adanya hal-hal yang lebih baik atau lebih buruk dari yang lain, menyebabkan perbedaan dalam dirinya dibandingkan dengan individu lain, item yang dibandingkan individu saat menilai penampilan fisiknya.

c. Aspek Sosial Budaya (reaksi terhadap individu lain)

Individu dapat menilai reaksi terhadap individu lain apabila dinilai individu itu menarik secara fisik, maka gambaran individu itu akan menuju hal-hal yang baik untuk menilai dirinya.

Menurut Brown, Cash, & Smolak (2011) mengungkapkan bahwa terdapat lima aspek pada citra tubuh, yaitu:

a. Evaluasi Penampilan (*Appearance Evaluation*)

Elemen tersebut mengacu pada kemampuan individu untuk menilai dan mengevaluasi penampilan dan kesenangan mereka secara keseluruhan.

b. Orientasi Penampilan (*Appearance Orientation*)

Orientasi tampilan mengacu pada bagaimana individu menilai betapa pentingnya penampilan mereka bagi individu lain, bagaimana mereka memperhatikannya, dan bagaimana mereka mencoba mengembangkan dan meningkatkannya. Upaya khas yang dilakukan melalui pakaian, bentuk rambut, makanan, dan perawatan tubuh, juga berkaitan tentang popularitas operasi plastik.

c. Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh (*Body Areas Satisfaction*)

Menggambarkan Aspek ini menggambarkan bagaimana individu mengevaluasi berat badannya dan mengukur kesenangannya dengan karakteristik atau bagian tertentu dari fisiknya. Seperti wajah, rambut, penampilan otot, berat badan, tinggi badan, dan daya tarik umum lain yang dapat menjadi beberapa faktor yang dapat dipertimbangkan.

d. Kecemasan untuk Menjadi Gemuk (*Overweight Preoccupation*)

Menggambarkan kecenderungan individu untuk kelebihan berat badan atau obesitas. Hal ini meningkatkan kesadaran Individu akan berat badan mereka, serta kecenderungan mereka untuk melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi kebiasaan makan mereka.

e. Pengkategorian Tubuh (*Self Classified Weight*)

Menggambarkan bagaimana individu memandang dan menilai berat badannya, mulai dari yang sangat kurus hingga yang sangat gemuk.

Berdasarkan uraian diatas peneliti mengambil teori dari Brown, Cash, & Smolak (2011) aspek dari citra tubuh yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

C. Perbandingan Sosial

1. Pengertian Perbandingan Sosial

Perbandingan sosial yaitu dimana individu membandingkan dirinya dengan individu lain untuk membuat penilaian tentang dirinya dalam masyarakat (Suniarto, 2012). Perbandingan sosial adalah proses subjektif individu membandingkan kemampuan dan penampilannya dengan individu lain di lingkungannya. Individu selalu ingin terlihat lebih baik dari individu lain. Karena memungkinkan mereka untuk beradaptasi dengan budaya dalam kehidupan mereka (Yuniar & Rahmania, 2019). Menurut Schaefer & Thompson (2014) mengemukakan bahwa perbandingan sosial adalah tindakan membandingkan diri (penampilan) dengan individu lain untuk mengevaluasi diri. Menurut Jones (2001) perbandingan sosial merupakan penilaian kognitif yang dibuat oleh remaja tentang atribut tertentu yang dimilikinya dibandingkan dengan atribut individu lain.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa perbandingan sosial adalah proses subyektif individu membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan individu lain dalam lingkungannya dengan tujuan memperoleh penilaian yang lebih akurat mengenai dirinya dalam masyarakat.

2. Aspek-Aspek *Social Comprasion*

Terdapat lima aspek fisik yang menjadi objek pembanding dalam perbandingan yang dilakukan oleh individu saat melakukan perbandingan sosial menurut Schaefer dan Thomson (2014), yakni:

a. Penampilan Fisik (*Physical Appearance*)

Individu sering mengoreksi perilakunya untuk menyamakan tampilan fisiknya dengan individu lain.

b. Berat Tubuh (*Weight*)

Individu sering membandingkan berat badan mereka dengan berat badan individu lain.

c. Bentuk Tubuh (*Body Shape*)

Individu lebih sering membandingkan bentuk tubuh mereka dengan individu lain.

d. Ukuran Tubuh (*Body Size*)

Individu sering membandingkan ukuran bagian tubuh mereka sendiri dengan ukuran bagian tubuh lainnya. individu dapat, misalnya, membandingkan ukuran dada, pinggang, atau area lainnya.

e. Lemak Tubuh (*Body Fat*)

Individu secara keliru berpikir bahwa bagian tubuh lain setara dengan bagian-bagian tubuh mereka yang lebih mungkin memiliki kelebihan lemak. Misalnya, individu wanita mungkin membandingkan jumlah lemak di pipi dan perutnya.

Menurut Fisher dkk (2002), terdapat aspek-aspek dalam perbandingan sosial, yaitu:

a. Bagian Tubuh yang Tidak Berhubungan dengan Otot dan Berat Badan

Perbandingan antara berbagai bagian fisik yang tidak terkait dengan otot atau berat badan, seperti telinga, hidung, bibir, rambut, gigi, dagu, bentuk wajah, pipi, dan dahi.

b. Bagian Tubuh yang Berhubungan dengan Berat Badan

Wanita sering membandingkan berbagai bagian tubuh yang berhubungan dengan berat badan, seperti bokong, perut, paha, pinggul, dan betis.

c. Bagian Tubuh yang Berhubungan dengan Otot

Bagian tubuh termasuk lengan atas, lengan bawah, bahu, dada, punggung, dan pinggang sering digunakan dalam perbandingan ini.

d. Penampilan Tubuh Secara Keseluruhan

Bentuk otot-otot di tubuh bagian atas, bentuk tubuh bagian bawah, dan tubuh secara keseluruhan adalah bagian-bagian yang sering dikontraskan.

Menurut Jones (2001), aspek – aspek perbandingan sosial diantaranya yaitu:

a. Aspek Tinggi Tubuh (*Height*)

Individu membandingkan tinggi badan mereka dengan tinggi individu lain untuk membentuk penilaian tentang ukuran mereka sendiri.

b. Aspek Berat Tubuh (*Weight*)

Individu membandingkan ukuran tubuh mereka dengan ukuran individu lain dan memberi mereka peringkat seperti ideal, kurus, gemuk, dan rata-rata.

c. Aspek Bentuk Tubuh (*Shape*)

Individu yang sering mengevaluasi bentuk tubuh individu lain menggunakan istilah seperti ideal, gendut, dan perawakan kecil.

d. Aspek Wajah (*Face*)

Individu sering melihat wajah mereka sendiri dan membandingkannya dengan wajah individu lain, menilai mereka berdasarkan kecantikan, tidak jerawat, bibirnya kecil, pipinya tirus, pipinya tembam dan lain sebagainya.

e. Aspek Gaya (*Style*)

Individu membandingkan kemampuan berdandannya dengan orang lain, mulai dari cara berpakaian, aksesoris yang digunakan. Dengan penilaian, penampilannya baik, keren, pakaiannya baik dan bergaya.

Penelitian ini menggunakan aspek perbandingan sosial menurut Jones (2001) yang menyangkut tentang daya tarik fisik (*physical attractiveness*) yang terdiri dari aspek tinggi tubuh, berat tubuh, bentuk tubuh, aspek wajah, gaya (*style*). Banyak kasus ketidakpuasan tubuh yang bersumber dari perbandingan sosial hal ini disebabkan oleh munculnya umpan balik negatif, perasaan tidak mampu yang timbul dari lingkungan sekitar atau standar daya tarik yang diciptakan dimasyarakat. (Fisher, Edunn, 2002).

D. Hubungan Antara Citra Tubuh dan Perbandingan sosial Dengan Harga Diri.

Hurlock (1996) menjelaskan masa dewasa awal didefinisikan sebagai periode antara usia 18 dan 40 tahun. Pada masa dewasa awal penampilan dianggap penting dan utama bagi seorang wanita. Oleh karena itu, wanita sering membandingkan penampilan fisiknya, khususnya bentuk tubuhnya, dengan tubuh wanita lain yang dianggap lebih menarik. Menurut Santrock (2002) tugas perkembangan dewasa awal meliputi menjadi warga negara yang layak, mencari pekerjaan, mencari pasangan hidup, menikah, dan membesarkan anak selama tahun-tahun perkembangan. Mencari pasangan hidup menyebabkan mulai munculnya keinginan individu khususnya wanita untuk tampil lebih cantik dan menarik. Menurut Sunartio dkk (2012), penampilan dianggap penting dan utama bagi seorang wanita. Oleh sebab itu, wanita sering membandingkan penampilan fisiknya, khususnya bentuk tubuhnya, dengan tubuh wanita lain yang dianggap lebih menarik. Munculnya pandangan negatif wanita pada dirinya dikarenakan banyaknya wanita yang merasa tidak puas dengan tubuhnya. Menurut Hurlock (dalam Nur & Sari, 2012) daya tarik fisik merupakan aspek kunci dalam memperoleh dukungan sosial dari lingkungan sekitar, serta reputasi yang baik dan pekerjaan yang baik. Seseorang akan merasa puas dengan bentuk tubuhnya karena memiliki bentuk tubuh yang baik, apabila seseorang tidak dapat memenuhi kepuasan tersebut, mereka akan memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang rendah.

Cash & Grant citra tubuh negatif atau ketidakpuasan terhadap tubuh merupakan keyakinan individu bahwa penampilan tidak memenuhi standar pribadinya, sehingga menilai rendah tubuhnya. Hal ini lebih lanjut dapat menyebabkan individu menjadi rentan memiliki harga diri yang rendah, depresi, 8 kecemasan sosial dan menarik diri dari situasi sosial, serta mengalami disfungsi seksual (Cash & Grant, 2007).

Mruk (dalam Sari & Suarya, 2018) menjelaskan bahwa harga diri meliputi sejauh mana individu percaya pada dirinya sendiri jika dirinya mampu dan berguna. Salah satu faktor yang diduga berpengaruh terhadap harga diri seseorang yakni

kondisi fisik atau citra tubuh (Ghufron & Risnawita., 2011). Santrock (2012) juga mengungkapkan bahwa penampilan fisik dapat menyebabkan rendahnya harga diri, dikarenakan masa dewasa awal akan cenderung khawatir terhadap penampilan karena pada masa ini dalam mencari pasangan. Guindon (dalam Rachmawati & Ria, 2017) penampilan fisik saling berkaitan dengan harga diri, yang menyangkut penilaian dari teman sebaya, orangtua, lingkungan sekitar yang akan membentuk persepsi remaja terhadap daya tarik tubuhnya maupun tubuh orang lain.

Masters (dalam Suhron, 2017) menjelaskan sama halnya dengan citra tubuh dan perbandingan sosial juga menjadi salah satu faktor yang diduga berpengaruh terhadap harga diri dewasa awal. Perbandingan sosial merupakan proses pengamatan secara langsung oleh individu tentang penampilan seseorang, yang nantinya akan dibandingkan dengan dirinya sendiri.

Ketika mahasiswi pada masa dewasa awal membandingkan dirinya dengan melihat orang lain yang dinilai lebih baik darinya, secara tidak langsung penilaian negatif ini akan berdampak pada diri individu dan menjadikan individu memiliki perbandingan sosial yang tinggi. Festinger (dalam Sunartio et al., 2012). Hal ini yang akan mempengaruhi harga diri mahasiswi pada tahap dewasa awal. Penelitian yang dilakukan oleh Uswatun dkk (2020) juga mendapatkan hasil bahwasannya perbandingan sosial yang terjadi dikalangan perempuan menjadi salah satu dari penyebab ketidakpuasan terhadap tubuh, dan menjadikan rendahnya harga diri. Penelitian Alfasi (2019) dengan hasil perbandingan sosial menjadi salah satu faktor yang berkontribusi bagi harga diri.

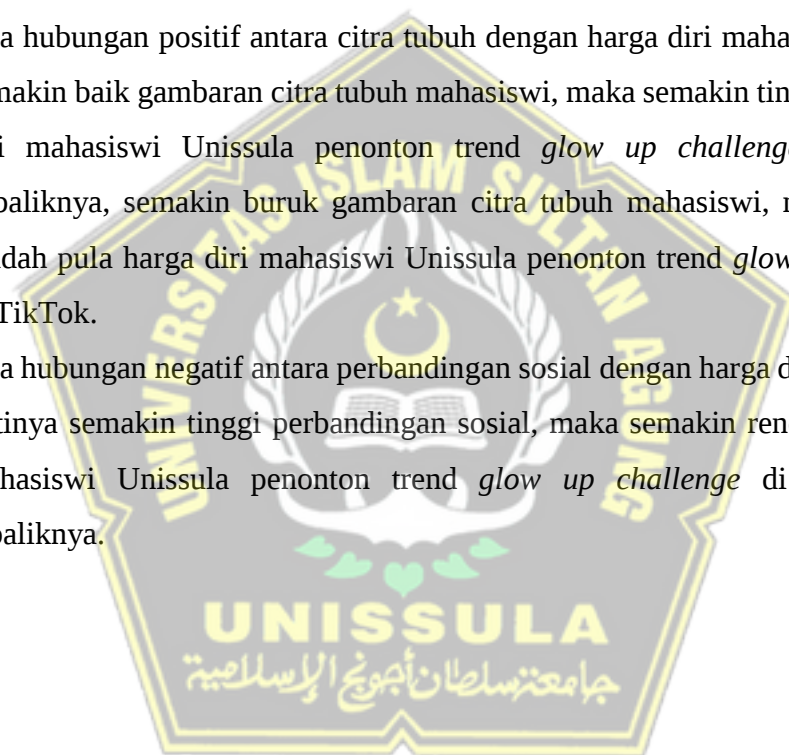
Verplanken (dalam Herabadi, 2007) menjelaskan kebiasaan seseorang untuk berpikiran negatif dalam menilai dirinya sendiri. Penilaian negatif menjadi kebiasaan serta terus menerus muncul secara otomatis, sering dan menetap dalam benak seseorang sehingga dapat menurunkan harga diri. Semakin negatif citra tubuh pada masa dewasa awal, semakin rendah harga diri yang dimilikinya. Sama halnya dengan perbandingan sosial, semakin tinggi perbandingan sosial masa dewasa awal maka menunjukkan rendahnya harga diri dewasa awal. Dapat ditarik kesimpulan bahwa citra tubuh dan perbandingan sosial mempengaruhi harga diri mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok, semakin negatif

citra tubuh dan semakin tingginya perbandingan sosial, berkontribusi semakin rendahnya harga diri mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok.

E. Hipotesis

Penelitian ini mengangkat tema yang menyatakan hubungan antara tiga variabel. Sehingga, hipotesis pada penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri mahasiswi Unissula penonton *trend glow up challenge* di TikTok.
2. Ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri mahasiswi. Artinya semakin baik gambaran citra tubuh mahasiswi, maka semakin tinggi pula harga diri mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok. Sebaliknya, semakin buruk gambaran citra tubuh mahasiswi, maka semakin rendah pula harga diri mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok.
3. Ada hubungan negatif antara perbandingan sosial dengan harga diri mahasiswi. Artinya semakin tinggi perbandingan sosial, maka semakin rendah harga diri mahasiswi Unissula penonton trend *glow up challenge* di TikTok dan sebaliknya.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian ditentukan dengan cara tertentu oleh peneliti yang bersangkutan untuk memperoleh informasi tentangnya dan menarik kesimpulan (Sugiyono, 2016). Variabel adalah konsep tentang atribut atau sifat yang terdapat dalam penelitian dan dapat berubah secara kuantitatif dan kualitatif (Arikunto, 2017). Variabel penelitian penting ditentukan serta dijelaskan supaya alur hubungan dua atau lebih variabel didalam penelitian dapat dicari serta dianalisis. Variabel penelitian terbagi menjadi 2 bagian, yaitu variabel bebas dan tergantung. Variabel tergantung merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Sedangkan variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel tergantung. Adapun variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Tergantung (Y) : Harga Diri
2. Variabel Bebas (X1) : Citra Tubuh
3. Variabel Bebas (X2) : Perbandingan Sosial

B. Definisi Operasional

Untuk membatasi ruang lingkup atau pemahaman variabel yang sedang diselidiki, Anda perlu memberi mereka batasan atau definisi operasional. Definisi operasional membantu memandu pengukuran atau pengamatan variabel (Notoatmodjo, 2010). Definisi operasional tersebut terdiri dari variabel terikat dan variabel bebas.

1. Harga Diri

Harga diri adalah kemampuan individu untuk mengevaluasi dirinya sendiri dan mengenali dirinya secara keseluruhan, dan hasil evaluasi individu tersebut menjadi dasar dari tindakannya. Penelitian ini mengukur harga diri menggunakan skala harga diri Coopersmith (1967) dengan parameter : *power* (kekuatan), *significance* (keberartian diri), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kemampuan).

Semakin tinggi skor total skala harga diri maka semakin tinggi pula harga diri mahasisiwi penonton *tren glow up challenge*. Sebaliknya, semakin rendah skor total skala harga diri maka semakin rendah pula harga diri mahasisiwi penonton *tren glow up challenge*.

2. Citra Tubuh

Citra tubuh didefinisikan oleh penilaian seseorang terhadap tinggi badan, bentuk tubuh, berat badan, dan dimensi lain yang berkaitan dengan penampilan, dan penilaian tersebut ditunjukkan dengan kecemasan atau kepuasan. Penelitian ini menggunakan pengukuran citra tubuh dengan skala likert dengan menggunakan aspek dari Brown, Cash, & Smolak (2011) yaitu aspek : evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh.

Semakin tinggi skor total skala citra tubuh yang diperoleh maka semakin positif pula citra tubuh mahasisiwi penonton *tren glow up challenge*. Sebaliknya, semakin rendah skor total skala citra tubuh yang diperoleh maka semakin negatif pula citra tubuh mahasisiwi penonton *tren glow up challenge*.

3. Perbandingan Sosial

Hal ini perbandingan sosial Hal ini terjadi ketika seorang individu mengevaluasi dirinya sendiri dengan membandingkan dirinya dengan kriteria orang lain. Dalam penelitian ini perbandingan sosial diukur menggunakan skala likert dengan menggunakan aspek perbandingan sosial Jones (2001) dengan aspek : *Height* (Tinggi Tubuh), *Weight*, (Berat Tubuh), *Shape* (Bentuk Tubuh), *Face* (Wajah), dan *Style* (Gaya).

Semakin tinggi skor total skala perbandingan sosial yang diperoleh maka semakin negatif pula perbandingan sosial mahasisiwi penonton *tren glow up challenge*. Sebaliknya, semakin rendah skor total skala perbandingan sosial yang diperoleh maka semakin positif pula perbandingan sosial mahasisiwi penonton *tren glow up challenge*.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah suatu kelompok yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2010). Sesuai dengan permasalahan peneliti yang diangkat dalam penelitian ini, maka peneliti menentukan beberapa kriteria populasi dalam penelitian ini yaitu :

- a. Mahasiswi aktif S1 Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- b. Mempunyai Aplikasi TikTok
- c. Menonton Trend *glow up challenge*



Tabel 1. Rincian Data Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang

NO	NAMA FAKULTAS	NAMA PRODI	JUMLAH
1.	Fakultas Ekonomi	Akuntansi	41
		Manajemen	228
		Kedokteran Umum	160
2.	Fakultas Kedokteran	Kebidanan	62
		Farmasi	71
3.	Fakultas Hukum	Ilmu Hukum	191
4.	Fakultas Keperawatan	Keperawatan	216
5.	Fakultas Psikologi	Psikologi	156
		Syariah	29
6.	Fakultas Agama Islam	Tarbiyah	87
		Sipil	59
		Planologi	42
7.	Fakultas Teknik	Industri	25
		Informatika	8
		Teknik Elektro	10
8.	Fakultas Teknologi Industri	Pendidikan Bahasa Inggris	43
		Sastra Inggris	37
		Ilmu Komunikasi	41
9.	Fakultas Bahasa & Ilmu Komunikasi	Pendidikan Matematika	25
		Pendidikan Bahasa & Sastra Indonesia	20
		PGSD	71
11.	Fakultas Kedokteran Gigi	Kedokteran Gigi	161
Jumlah Total			1783

2. Sampel

Suryabrata & Sumadi (2014) Sampel menyatakan bahwa ada sejumlah besar individu yang dapat menarik kesimpulan dari sampel tentang populasi tersebut. Ini dapat diperoleh jika sampel yang representatif dapat mewakili populasi. Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswi angkatan 2019 dari Fakultas Ilmu Keperawatan Fakultas Agama Islam dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

3. Teknik Sampling

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *cluster random sampling*. *Cluster random sampling* digunakan untuk menentukan sampel bila obyek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas. Menurut Sugiono (2016) Untuk menentukan penduduk mana yang akan dijadikan sumber data, maka pengambilan sampelnya berdasarkan area populasi yang telah ditetapkan. Teknik *cluster random sampling* merupakan cara pengambilan sampel yang dilakukan dengan mengambil sampel dari populasi yang ada secara acak berdasarkan kelas dan tidak boleh memilih sendiri subjek yang akan diteliti untuk mengisi alat tes (Sugiyono, 2016). Tahap dalam pengambilan sampel fakultas adalah dengan teknik random sampling, didapatkan 3 fakultas yaitu Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Agama Islam dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode penelitian data Sugiyono (Sugiyono 2015) yang umum digunakan dalam suatu penelitian adalah observasi, wawancara dan kuisioner. Azwar (2011) skala merupakan metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Seperangkat pernyataan yang telah dibuat untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pernyataan disebut dengan skala. Penelitian ini menggunakan skala *likert* yang berguna untuk mengukur pendapat atau persepsi individu atau sekelompok individu mengenai suatu trend (Sugiyono, 2015). Adapun skala pada penelitian ini :

1. Harga Diri

Skala harga diri disusun berdasarkan aspek-aspek harga diri menurut menurut Coopersmith (1967) yaitu kekuatan, keberartian diri, kebajikan, dan kemampuan.

Tabel 2. Blue Print Skala Harga Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Power</i> (Kekuatan)	4	4	8
2.	<i>Significance</i> (Keberartian Diri)	4	4	8
3.	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	4	4	8
4.	<i>Competence</i> (Kemampuan)	4	4	8
Jumlah		16	16	32

Skala harga diri ini menerapkan model empat alternatif jawaban diantaranya (SS) yang berarti Sangat Sesuai, (S) yang berarti Sesuai, (TS) yang berarti Tidak Sesuai, dan (STS) yang berarti Sangat Tidak Sesuai. Skala ini memiliki 2 aitem, yaitu *favourable* dan *unfavourable* dengan jumlah masing-masing yaitu 16 aitem. Aitem *favourable* berisi mengenai pernyataan-pernyataan yang menyetujui, sedangkan aitem *unfavourable* berisi pernyataan-pernyataan yang tidak menyetujui. Penelitian ini menerapkan metode penskalaan, yaitu sebuah metode penghitungan yang berfokus pada suatu kontinum penilaian sehingga dapat memperoleh kedudukan relatif pada individu yang diukur (Azwar 2017).

Penskalaan dalam aitem *favourable* yaitu memberikan skor 1 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), memberikan skor 2 pada jawaban responden untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), memberikan skor 3 pada jawaban responden untuk jawaban Sesuai (S), dan memberikan skor 4 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Penskalaan pada aitem *unfavourable* dilakukan dengan urutan sebaliknya, yaitu memberikan skor 4 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), memberikan skor 3 pada jawaban responden untuk jawaban Tidak Sesuai (TS),

memberikan skor 2 pada jawaban responden untuk jawaban Sesuai (S), dan memberikan skor 1 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Tinggi rendahnya penilaian harga diri dapat dilihat dari skor total skala harga diri yang telah diisi oleh responden. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin bagus harga diri. Sebaliknya, semakin rendah skor total yang diperoleh menunjukkan semakin buruk rendah harga diri.

2. Citra Tubuh

Skala citra tubuh disusun berdasarkan aspek-aspek citra tubuh menurut Brown, Cash, & Smolak (2011) aspek citra tubuh yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

Tabel 3. Blue Print Skala Citra Tubuh

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Appearance Evaluation</i> (Evaluasi Penampilan)	4	4	8
2.	<i>Appearance Orientation</i> (Orientasi Penampilan)	4	4	8
3.	<i>Body Area Satisfaction</i> (Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh)	4	4	8
4.	<i>Overweight Preoccupation</i> (Kecemasan Menjadi Gemuk)	4	4	8
5.	<i>Self Classified Weight</i> (Pengkategorian Ukuran Tubuh)	4	4	8
Jumlah		20	20	40

Skala ini menerapkan model empat alternatif jawaban diantaranya (SS) yang berarti Sangat Sesuai, (S) yang berarti Sesuai, (TS) yang berarti Tidak Sesuai, dan (STS) yang berarti Sangat Tidak Sesuai. Skala ini memiliki 2 aitem, yaitu *favourable* dan *unfavourable* dengan jumlah masing-masing yaitu 20

aitem. Aitem *favourable* berisi mengenai pernyataan-pernyataan yang menyetujui aspek yang diungkap, sedangkan aitem *unfavourable* berisi pernyataan-pernyataan yang tidak menyetujui aspek yang diungkap. Peneliti ini menerapkan metode penskalaan subjek, yaitu sebuah metode penghitungan yang berfokus pada suatu kontinum penilaian sehingga dapat memperoleh kedudukan relatif pada individu menurut atribut yang diukur (Azwar 2012).

Penskalaan dalam aitem *favourable* yaitu memberikan skor 1 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), memberikan skor 2 pada jawaban responden untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), memberikan skor 3 pada jawaban responden untuk jawaban Sesuai (S), dan memberikan skor 4 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Penskalaan pada aitem *unfavourable* dilakukan dengan urutan sebaliknya, yaitu memberikan skor 4 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), memberikan skor 3 pada jawaban responden untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), memberikan skor 2 pada jawaban responden untuk jawaban Sesuai (S), dan memberikan skor 1 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Tinggi rendahnya penilaian citra tubuh dapat dilihat dari skor total skala citra tubuh yang telah diisi oleh responden. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin rendahnya citra tubuh. Sebaliknya, semakin rendah skor total yang diperoleh menunjukkan semakin buruk citra tubuh.

3. Perbandingan Sosial

Skala perbandingan sosial disusun berdasarkan aspek-aspek perbandingan sosial menurut Jones (2001) yang menyangkut tentang daya tarik fisik (*physical attractiveness*) yang terdiri dari aspek tinggi tubuh (*height*), berat tubuh (*weight*), bentuk tubuh (*shape*), aspek wajah (*face*), gaya (*style*).

Tabel 4. *Blue Print* Skala Perbandingan Sosial

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Height</i> (Tinggi Tubuh)	3	3	6
2.	<i>Weight</i> (Berat Tubuh)	3	3	6
3.	<i>Shape</i> (Bentuk tubuh)	3	3	6
4.	<i>Face</i> (Wajah)	3	3	6
5.	<i>Style</i> (Gaya)	3	3	6
Jumlah		15	15	30

Skala perbandingan sosial ini menerapkan model empat alternatif jawaban diantaranya (SS) yang berarti Sangat Sesuai, (S) yang berarti Sesuai, (TS) yang berarti Tidak Sesuai, dan (STS) yang berarti Sangat Tidak Sesuai. Skala ini memiliki 2 aitem, yaitu *favourable* dan *unfavourable*. Jumlah item *favourable* 15 item dan item *unfavourable* yaitu 15 aitem. Aitem *favourable* berisi mengenai pernyataan-pernyataan yang menyetujui aspek yang diungkap, sedangkan aitem *unfavourable* berisi pernyataan-pernyataan yang tidak menyetujui aspek yang diungkap. Penelitian ini menerapkan metode penskalaan subjek, yaitu sebuah metode penghitungan yang berfokus pada suatu kontinum penilaian sehingga dapat memperoleh kedudukan relatif pada individu menurut atribut yang diukur (Azwar 2012).

Penskalaan dalam aitem *favourable* yaitu memberikan skor 1 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), memberikan skor 2 pada jawaban responden untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), memberikan skor 3 pada jawaban responden untuk jawaban Sesuai (S), dan memberikan skor 4 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Penskalaan pada aitem *unfavourable* dilakukan dengan urutan sebaliknya, yaitu memberikan skor 4 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), memberikan skor 3 pada jawaban responden untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), memberikan skor 2 pada jawaban responden untuk jawaban Sesuai (S), dan

memberikan skor 1 pada jawaban responden untuk jawaban Sangat Sesuai (SS). Tinggi rendahnya penilaian perbandingan sosial dapat dilihat dari skor total skala perbandingan sosial yang telah diisi oleh responden. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin bagus perbandingan sosial. Sebaliknya, semakin rendah skor total yang diperoleh menunjukkan semakin buruk perbandingan sosial.

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Valid memiliki arti tepat dan cermat mencapai sasaran, jika dalam pengukuran berarti berhasil mengukur secara akurat (Azwar, 2012). Menurut Sugiono (2015) validitas merupakan ketepatan suatu instrumen dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur, sehingga alat ukur tersebut mampu mendapatkan data dengan valid. Uji validitas penelitian ini yaitu *content validity* (validitas isi), yaitu pengujian validitas yang dilakukan dengan membandingkan antara isi instrumen dengan isi atau rancangan yang telah ditetapkan (Ningtyas, 2020), dalam hal ini dilakukan melalui *expert judgement* yaitu dosen pembimbing.

2. Uji Daya Beda Item

Daya beda atau daya diskriminasi aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012). Indeks daya diskriminasi aitem merupakan indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi aitem-total. Pengujian daya diskriminasi aitem dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem-total (Azwar, 2012).

Batasan pemilihan aitem didasarkan pada korelasi aitem-total yaitu $r_{ix} > 0,30$ dengan penjelasan aitem yang mencapai koefisien korelasi tersebut dianggap memiliki daya beda yang memuaskan. Aitem yang memiliki r_{ix} dibawah 0,30 diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah.

Sebaliknya, apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria menjadi 0,25 (Azwar, 2012).

Uji diskriminasi aitem dalam penelitian ini dihitung menggunakan teknik korelasi product moment untuk mengetahui analisis uji daya beda aitem menggunakan bantuan SPSS Statistic versi 23.0.

3. Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan suatu yang dapat dipercaya, jika dalam pengukuran berarti memiliki konsistensi hasil ukur. Konsep reliabilitas menunjuk kepada taraf kepercayaan atau taraf konsistensi hasil ukur (Azwar, 2012). Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, maka akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2015). Hasil uji reliabilitas dapat dikatakan reliabel jika menunjukkan angka 0-1,00. Semakin mendekati nilai 1,00, maka pengukuran tersebut dikatakan semakin reliabel. Pengujian koefisien reliabilitas menggunakan alpha cronbach dengan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 23.0.

F. Teknik Analisis

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul, yang kemudian diarahkan untuk menjawab rumusan masalah dan atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal (Sugiyono, 2015). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi berganda dan korelasi parsial. Analisis regresi berganda digunakan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel dan korelasi parsial digunakan untuk mengetahui hubungan kedua variabel dengan mengontrol efek dari satu atau lebih variabel yang lain (Sugiyono, 2015). Perhitungan analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 23.0.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan Penelitian dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Orientasi kancan penelitian atau disebut juga dengan orientasi lapangan merupakan suatu hal yang perlu peneliti lakukan serta perhatikan sebelum melaksanakan penelitian, dengan tujuan agar peneliti mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan selama penelitian berlangsung, sehingga penelitian dapat berjalan dengan optimal serta tercapainya keberhasilan dalam penelitian yang dilakukan.

Tahapan awal dalam penelitian ini yaitu wawancara awal sebagai data awal yang peneliti lakukan terhadap tiga Individu mahasiswi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Populasi pada penelitian ini yaitu semua mahasiswi angkatan 2019 Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Peneliti menentukan subjek penelitian dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*, melalui dua tahap. Tahap pertama yaitu penentuan sampel dengan cara *random sampling*, meliputi 3 fakultas dari angkatan 2019 di Universitas Islam Sultan Agung Semarang, terdiri dari Fakultas Ilmu Keperawatan (FIK) dan Fakultas Agama Islam (FAI) dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Tahap kedua peneliti menentukan jumlah subjek sebagai calon responden dari masing-masing fakultas (*cluster sampling*), didapatkan Fakultas Ilmu Keperawatan (FIK) sebanyak 216 responden dan Fakultas Agama Islam (FAI) sebanyak 116 responden dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan sebanyak 116 responden.

Peneliti menentukan subjek yang telah diuraikan diatas sebagai sampel penelitian, dengan pertimbangan :

- a. Peneliti hanya mengambil populasi mahasiswi angkatan 2019 Universitas Islam Sultan Agung Semarang, dikarenakan memiliki kriteria lebih didapatkan secara spesifik, serta keterbatasan waktu dan biaya.

- b. Peneliti melakukan *random sampling* terhadap 3 fakultas Universitas Islam Sultan Agung Semarang, dikarenakan keterbatasan penyebaran skala penelitian, serta izin penelitian yang diajukan cukup mudah dan tidak membutuhkan proses yang panjang.

Berdasarkan pertimbangan yang telah diuraikan diatas, menjadikan peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian tentang hubungan citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok.

2. Persiapan Penelitian

Penelitian membutuhkan proses yang terperinci dengan baik, guna meminimalisir adanya kesalahan yang dapat mengakibatkan hambatan dalam terlaksananya penelitian dalam mencapai keberhasilan. Persiapan peneliti dalam melakukan penelitian ini melalui beberapa tahapan, yaitu :

a. Tahap Perijinan

Tahap perijinan merupakan syarat awal atau sebagai jalan masuk untuk melakukan penelitian terhadap responden. Tahap pertama yang dilakukan peneliti yaitu dengan mengajukan permohonan perijinan melalui surat izin penelitian ini dikeluarkan oleh Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang, yang ke Tabel 5 Uraian Surat Perijinan.

Tabel 5. Uraian Surat Perijinan

No	Fakultas	Tanggal Surat Masuk	Nomor Surat
1.	Rektorat	10 Februari 2022	139/C.1/Psi-SA/II/2022
2.	Fakultas Ilmu Keperawatan	14 Maret 2022	48/C.1/Psi-SA/III/2022
3.	Fakultas Agama Islam	14 Maret 2022	47/C.1/Psi-SA/III/2022
4.	Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan	14 Maret 2022	52/C.1/Psi-SA/III/2022

b. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur memiliki arti suatu alat yang diperlukan untuk keperluan penelitian. Alat ukur dalam penelitian ini adalah skala penelitian. Dalam melakukan penyusunan alat ukur berdasarkan aspek tiap-tiap variabel. Terdapat tiga skala dalam penelitian ini yaitu skala harga diri, citra tubuh dan perbandingan sosial.

Skala pada penelitian yang akan berlangsung terdiri atas aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Penelitian ini terdiri dari empat pilihan jawaban dan memiliki skor 1-4. Pilihan jawaban aitem *favorable* yaitu sangat tidak sesuai (STS) memiliki skor satu, tidak sesuai (TS) memiliki skor dua, sesuai (S) memiliki skor tiga, dan sangat sesuai (SS) memiliki skor empat. Sedangkan pilihan jawaban aitem *unfavorable* yaitu sangat tidak sesuai (STS) memiliki skor empat, tidak sesuai (TS) memiliki skor tiga, sesuai (S) memiliki skor dua, dan sangat sesuai (SS) memiliki skor satu. Skala penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Skala Harga Diri

Penyusunan skala harga diri sendiri berdasarkan aspek yang disebutkan menurut Coopersmith (1967) adalah kekuatan, keberartian diri, kebajikan, dan kemampuan. Skala harga diri terdapat 32 item yang terdiri dari 16 *favorable* dan 16 *unfavorable*. Sebaran skala harga diri sebagai berikut :

Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Harga Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	<i>Power</i> (Kekuatan)	1,6,29,7	5,26,31,28	8
2.	<i>Significance</i> (Keberartian Diri)	2,3,8,9	23,24,25,27	8
3.	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	11,16,20,22	10,12,13,21	8
4.	<i>Competence</i> (Kemampuan)	4,15,19,32	14,17,18,30	8
Jumlah		16	16	32

2) Skala Citra Tubuh

Penyusunan skala citra tubuh berdasarkan aspek-aspek dijelaskan oleh Brown, Cash, & Smolak (2011) aspek citra tubuh meliputi evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh. Skala citra tubuh terdapat 40 aitem yang terdiri dari 20 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable*. Sebaran skala citra tubuh sebagai berikut :

Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Citra Tubuh

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	Evaluasi Penampilan (<i>Appearance Evaluation</i>)	1,3,36,40	2,35,37,38	8
2.	Penampilan (<i>Orientation</i>)	4,6,10,23	5,7,9,30	8
3.	Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh (<i>Body Area Satisfaction</i>)	8,25,29,31	11,12,13,26	8
4.	Kecemasan Menjadi Gemuk (<i>Overweight Preoccupation</i>)	15,20,28,24	14,16,18,22	8
5.	Pengkategorian Ukuran Tubuh (<i>Self Classified Weight</i>)	17,21,32,34	19,27,33,39	8
Jumlah		20	20	40

3) Skala Perbandingan Sosial

Penyusunan skala perbandingan sosial disusun berdasarkan aspek-aspek perbandingan sosial menurut Jones (2001) yang menyangkut tentang daya tarik fisik (*physical attractiveness*) yang terdiri dari aspek tinggi tubuh (*height*), berat tubuh (*weight*), bentuk tubuh (*shape*), aspek wajah (*face*), gaya (*style*). Skala perbandingan sosial terdapat 30 aitem yang terdiri dari 15 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable*. Sebaran skala perbandingan sosial sebagai berikut :

Tabel 8. Sebaran Aitem Skala Perbandingan Sosial

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
	<i>Height</i>			
1.	(Tinggi Tubuh)	3,5,29	6,4,28	6
2.	<i>Weight</i> (Berat Tubuh)	1,7,8,	2,27,30	6
	<i>Shape</i>			
3.	(Bentuk tubuh)	11,21,26	9,10,20	6
4.	<i>Face</i> (Wajah)	13,22,23	12,14,19	6
5.	<i>Style</i> (Gaya)	15,17,18	16,24,25	6
	Jumlah	15	15	30

c. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur yang dilakukan terhadap subjek penelitian bertujuan untuk mengetahui sejauhmana kualitas dari instrumen yang digunakan dalam penelitian. Uji coba alat ukur pada mahasiswi angkatan 2019 Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Peneliti melakukan uji coba terhadap 162. Uji coba dilakukan dengan memasukkan skala ke dalam google formulir yang kemudian link dikirimkan kepada subjek penelitian melalui media sosial *WhatsApp*.

d. Uji Daya Beda Item dan Reliabilitas Alat Ukur

1) Skala Harga Diri

Hitungan uji daya beda aitem pada skala harga diri terdapat 32 aitem diketahui bahwa 20 aitem memiliki uji daya beda tinggi dan 12 aitem memiliki uji daya beda rendah. Kriteria koefisien daya beda aitem yaitu sebesar $\geq 0,300$. Jika aitem yang lolos belum mencukupi jumlah yang diharapkan maka kriteria daya beda dapat diurungkan menjadi $\geq 0,25$ (Azwar, 2017)

Rentang uji daya beda yang tinggi berkisar antara 0,306-0,895. Sedangkan rentang uji daya beda rendah berkisar dari -0,712-0,239. Estimasi reliabilitas diperoleh dengan menggunakan reliabilitas *Alpha*

Cronbach. Nilai reliabilitas yang diperoleh sebesar 0,755 dan skala harga diri dapat dikatakan reliabel. Daya beda harga diri dapat dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 9. Daya Beda Aitem Harga Diri

No	Aspek	Aitem		Daya Beda Aitem	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Tinggi	Rendah
1.	<i>Power</i> (Kekuatan)	1*,6,29*,7	5*,26,31*,28*	3	5
2.	Keberartian Diri)	2,3,8,9	23,24,25*,27	7	1
3.	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	11,16,20*, 22	10*,12*,13,21	5	3
4.	<i>Competence</i> (Kemampuan)	4,15*,19,3 2*	14,17,18*30	5	3
Total		16	16	20	12

Keterangan : * item daya beda rendah

2) Skala Citra Tubuh

Hitungan uji daya beda aitem pada skala Citra Tubuh terdapat 40 aitem diketahui bahwa 22 aitem memiliki uji daya beda tinggi dan 18 aitem memiliki uji daya beda rendah. Kriteria koefisien daya beda aitem yaitu sebesar $\geq 0,300$. Jika aitem yang lolos belum dapat mencukupi jumlah yang diharapkan maka kriteria daya beda dapat diurungkan menjadi $\geq 0,25$ (Azwar, 2012).

Rentang uji daya beda yang tinggi berkisar antara 0,306-0,429. Sedangkan rentang uji daya beda rendah berkisar dari -0,112-0,183. Estimasi reliabilitas diperoleh dengan menggunakan reliabilitas *Alpha Cronbach*. Nilai reliabilitas yang diperoleh sebesar 0,734 dan skala citra tubuh dapat dikatakan reliabel. Daya beda *body image* dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 10. Daya Beda Aitem Citra Tubuh

No	Aspek Perilaku	Aitem		Daya Beda Aitem	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Tinggi	Rendah
1.	<i>Appearance Evaluation</i> (Evaluasi Penampilan)	1,3*,36*, 40	2*,35,37,38	5	3
2.	<i>Appearance Orientation</i> (Orientasi Penampilan)	4,6,10*,23	5*,7*,9*,30	4	4
3.	<i>Body Area Satisfaction</i> (Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh)	8*,25,29*, 31	11,12,13,26*	5	3
4.	<i>Preoccupation</i> (Kecemasan Menjadi Gemuk)	15,20,28*, 24	14,16*,18*, 22*	4	4
5.	<i>Self Classified Weight</i> (Pengkategorian Ukuran Tubuh)	17,21*,32 *,34*	19*,27,33,39	4	4
Total		20	20	22	18

Keterangan : * aitem daya beda rendah

3) Skala Perbandingan Sosial

Hitungan uji daya beda aitem pada skala perbandingan sosial terdiri dari 30 aitem diketahui bahwa 16 memiliki daya aitem tinggi dan 14 aitem memiliki daya aitem rendah. Suatu aitem akan dikatakan lolos dan dapat digunakan jika nilai uji daya beda aitem tinggi. Apabila aitem yang lolos belum mencukupi batas yang diharapkan maka peneliti dapat menurunkan batas kriteria daya beda aitem menjadi $\geq 0,25$

Rentang koefisien daya beda aitem pada skala perbandingan sosial tinggi berkisar dari 0,258-0,510. Sedangkan rentang koefisien daya beda aitem rendah berkisar dari, -0,062 - 0,227. Estimasi reliabilitas diperoleh dari reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,711 sehingga alat ukur *perbandingan sosial* dapat dikatakan reliabel. Daya beda aitem dapat dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 11. Daya Beda Aitem Perbandingan Sosial

No	Aspek Perilaku	Aitem		Daya Beda Aitem	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Tinggi	Rendah
1.	<i>Height</i> (Tinggi Tubuh)	3,5,29	6,4,28	6	0
2.	<i>Weight</i> (Berat Tubuh)	1,7,8*	2,27*,30	4	2
3.	<i>Shape</i> (Bentuk tubuh)	11*,21,26*	9*,10*,20*	1	5
4.	<i>Face</i> (Wajah)	13*,22,23	12*,14,19	4	2
5.	<i>Style</i> (Gaya)	15*,17*,18*	16,24*,25*	1	5
Total		15	15	16	14

Keterangan : * aitem daya beda rendah

e. Penomoran Ulang Item dengan Nomor Baru

Setelah melakukan uji daya beda aitem tahap selanjutnya yaitu penomoran ulang sesuai dengan urutan yang baru. Aitem yang memiliki daya beda rendah dihilangkan dan aitem yang memiliki daya beda tinggi dapat dilakukan untuk penelitian. Penomoran baru pada skala harga diri, citra tubuh dan perbandingan sosial sebagai berikut.

Tabel 12. Susunan Nomor Aitem Baru Pada Skala Harga Diri

No	Aspek	Aitem		Daya Beda Aitem	
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	Tinggi	Rendah
1.	<i>Power</i> (Kekuatan)	1,6(4),29,7(5)	5,26(18),31,28	3	5
2.	Keberartian Diri)	2(1),3(2),8(6) , 9(7)	23(16),24(17) ,25, 27(19)	7	1
3.	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	11(8),16(11), 20, 22(15)	10,12,13(9), 21(14)	5	3
4.	<i>Competence</i> (Kemampuan)	4(3),15*,19 (13),32*	14(10),17(12) ,18 30(20)	5	3
Total		16	16	20	12

Keterangan : (...) nomor aitem baru yang digunakan untuk skala penelitian



Tabel 13. Susunan Nomor Aitem Baru Pada Skala Citra Tubuh

No	Aspek Perilaku	Aitem		Daya Beda Aitem	
		Favorabel	Unfavorabel	Tinggi	Rendah
1.	<i>Appearance Evaluation</i> (Evaluasi Penampilan)	1(1),3,36,40 (22)	2,35(18),37 (19),38(20)	5	3
2.	<i>Appearance Orientation</i> (Orientasi Penampilan)	4(2),6(3),10, 23(11)	5,7,9,30(15)	4	4
3.	<i>Body Area Satisfaction</i> (Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh)	8,25(13),29, 31(16)	11(4),12(5), 13(6),26	5	3
4.	<i>Preoccupation</i> (Kecemasan Menjadi Gemuk)	15(8),20(10), 28,24(12)	14(7),16,18, 22	4	4
5.	<i>Self Classified Weight</i> (Pengkategorian Ukuran Tubuh)	17(9),21,32, 34	19,27(14),33 (17), 39(21)	4	4
Total		20	20	22	18

Keterangan : (...) nomor aitem baru yang digunakan untuk skala penelitian

Setelah melakukan uji daya beda aitem tahap selanjutnya yaitu penomoran ulang sesuai dengan urutan yang baru. Aitem yang memiliki daya beda rendah dihilangkan dan aitem yang memiliki daya beda tinggi dapat dilakukan untuk penelitian. Penomoran baru pada skala harga diri, citra tubuh dan perbandingan sosial sebagai berikut :

Tabel 14. Susunan Nomor Aitem Baru Pada Skala Skala Perbandingan Sosial

No	Aspek	Aitem		Daya Beda Aitem	
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	Tinggi	Rendah
1.	<i>Height</i> (Tinggi Tubuh)	3(3),5(5),29(15)	6(6),4(4),28(14)	6	0
2.	<i>Weight</i> (Berat Tubuh)	1(1),7(7),8	2(2),27,30(16)	4	2
3.	<i>Shape</i> (Bentuk tubuh)	11,21(11),26	9,10,20	1	5
4.	<i>Face</i> (Wajah)	13,22(12),23(13)	12,14(8),19(10)	4	2
5.	<i>Style</i> (Gaya)	15,17,18	16(9),24,25	1	5
Total		15	15	16	14

Keterangan : (...) nomor aitem baru yang digunakan untuk skala penelitian

f. Pelaksanaan Penelitian

Instrumen pengukuran penelitian merupakan skala dengan aitem-aitem yang telah dirancang ulang dengan memperhatikan daya beda aitem yang tergolong tinggi, mencakup skala harga diri, citra tubuh dan perbandingan sosial.

1) Skala Harga Diri

Skala harga diri tersusun atas 20 aitem, meliputi 11 aitem *favorable* serta 9 aitem *unfavorable*. Jumlah aitem terwakili dalam setiap aspek. Distribusi aitem skala harga diri tabel 15.

Tabel 15. Sebaran Nomor Aitem Skala Harga Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Power</i> (Kekuatan)	4,5	18	3
2.	<i>Significance</i> (Keberartian Diri)	1,2,6,7	16,17,19	8
3.	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	8,11,15	9,14	5
4.	<i>Competence</i> (Kemampuan)	3,13	10,12,20	5
Jumlah		11	9	20

2) Skala Citra Tubuh

Skala Citra Tubuh terdiri dari 22 aitem, meliputi 11 aitem *favorable* serta 11 aitem *unfavorable*. Jumlah aitem terwakili dalam setiap aspek. Distribusi aitem skala Citra Tubuh tabel 16.



Tabel 16. Sebaran Nomor Aitem Skala Citra Tubuh

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Appearance Evaluation</i> (Evaluasi Penampilan)	1,22	20,19,18	6
2.	<i>Appearance Orientation</i> (Orientasi Penampilan)	4,11,3	15	4
3.	<i>Body Area Satisfaction</i> (Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh)	16,13	5,4,6	5
4.	<i>Overweight Preoccupation</i> (Kecemasan Menjadi Gemuk)	12,8,10	7	4
5.	<i>Self Classified Weight</i> (Pengkategorian Ukuran Tubuh)	9	14,21,17	4
Jumlah		11	11	22

3) Skala Perbandingan Sosial

Skala perbandingan sosial terdiri dari 16 aitem, meliputi 8 aitem *favorable* serta 8 aitem *unfavorable*. Jumlah aitem terwakili dalam setiap aspek. Distribusi aitem skala perbandingan sosial dalam tabel 17.

Tabel 17. Sebara Nomor Aitem Skala Perbandingan Sosial

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Height</i> (Tinggi Tubuh)	3,5,15	6,4,14	6
2.	<i>Weight</i> (Berat Tubuh)	1,7	2,16	4
3.	<i>Shape</i> (Bentuk tubuh)	11	-	1
4.	<i>Face</i> (Wajah)	12,13	10,8	4
5.	<i>Style</i> (Gaya)	-	9	1
Jumlah		8	8	16

B. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian pada tanggal 20 Mei 2022 hingga 13 Juni 2022 dengan cara mengirim *link skala google form* pada seluruh mahasiswi angkatan 2019 Universitas Islam Sultan Agung. Peneliti dibantu oleh ketua angkatan masing-masing fakultas untuk membagikan *link form* penelitian kepada subjek penelitian. Fakultas untuk penelitian adalah Fakultas Agama Islam, Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Sultan Agung.

Skala penelitian yang sudah diisi oleh subjek kemudian dikirim kepada peneliti dan diberikan skor oleh peneliti untuk kemudian diolah datanya agar dapat mengetahui hubungan antar variabel yang sedang diteliti. Proses dalam pengelolaan data statistik dalam penelitian ini menggunakan SPSS versi 23.0 *for windows*

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji asumsi adalah tahapan selanjutnya yang harus dilakukan sebelum menganalisis data. Prosedur uji asumsi terdiri dari penghitungan uji normalitas, uji multiko linearitas, dan uji linieritas yang dipakai pada tiap-tiap variabel yang diteliti. Pengujian dalam penelitian ini menggunakan program SPSS versi 23.0 *for Windows*.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dipakai untuk dapat mengetahui normal atau tidak sebuah distribusi variabel-variabel penelitian. Uji normalitas dilakukan dengan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dalam SPSS for windows versi 23. Penentuan normal atau tidak distribusi sebuah variabel penelitian dapat dilihat apabila hasil uji normalitas lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) maka hasil normal dan sebaliknya apabila kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka hasil tidak normal.

Tabel 18. Hasil Uji Normalitas

	N	Mean	Standar deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Harga Diri	353	65,95	5,579	0,335	0,000	<0,05	Tidak Normal
Citra Tubuh	353	66,58	8,994	0,122	0,000	<0,05	Tidak Normal
Perbandingan Sosial	353	37,31	4,189	0,117	0,000	<0,05	Tidak Normal

Hasil uji normalitas tersebut diketahui bahwa variabel citra tubuh, perbandingan sosial dan harga diri tidak berdistribusi secara normal. Menurut Ghozali (2019) uji normalitas bertujuan untuk menuji hasil dari variabel dependen dan independen dalam model regresi apakah hasil tersebut normal atau tidak normal. Hasil regresi yang baik menunjukkan hasil normal, sedangkan hasil dengan distribusi yang cenderung menyimpang ke kanan atau ke kiri (kurva normalitas) akan menunjukkan hasil tidak normal. Sehingga dapat dipastikan bahwa penelitian ini dikatakan tidak normal karena hasil dari kurva yang cenderung menyimpang ke kanan. Kemudian syarat untuk meneruskan uji analisis selanjutnya yaitu kedua variabel atau salah satu variabel harus terdistribusi dengan normal, apabila data tersebut tidak terdistribusi dengan normal maka tahap selanjutnya dapat menggunakan uji non-parametrik.

3. Uji Linearitas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan linier atau nonlinier pada variabel yang akan diteliti. Uji linieritas pada penelitian ini menggunakan uji F_{linear} dengan menggunakan program SPSS versi 23.0 for Windows. Berikut adalah hasil pemeriksaan uji linearitas dalam penelitian ini:

- 1) Uji linieritas diantara citra tubuh dengan harga diri didapatkan koefisien $F_{\text{linier}} = 6.165$ dengan taraf signifikan 0,013 ($p < 0,05$). Menurut temuan, ada hubungan linier antara harga diri dan citra tubuh.
- 2) Uji linieritas diantara perbandingan sosial dengan harga diri didapatkan koefisien $F_{\text{linier}} = 52.335$ dengan taraf signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menyatakan ada hubungan harga diri dengan perbandingan sosial memiliki hubungan yang linier.

Tabel 19. Linieritas

Variabel	F_{linier}	Sig	Keterangan
Harga diri dengan Citra Tubuh	75.449	0,013	Linier
Harga diri dengan Perbandingan Sosial	52.335	0,000	Linier

4. Uji Multikolinieritas

Tujuan dari uji multikolinearitas adalah untuk memeriksa apakah ada hubungan antara variabel bebas yang digunakan dalam model regresi. Apabila tidak ada hubungan antara variabel bebas dalam model regresi, itu dianggap baik. dengan menggunakan uji regresi yang dibuktikan dengan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) < 10 dan nilai *Tolerance* $< 0,1$ menunjukkan bahwa multikolinearitas dapat digunakan untuk mendukung penyelidikan ini (Sugiyono 2015b).

Hasil uji multikolinearitas berikutnya yang dilakukan pada kedua variabel bebas yang memperoleh hasil skor VIF = 1.170 dan skor *tolerance* = 0,854. Hal

ini menunjukkan skor <10 dan skor *tolerance* $>0,1$, yang artinya tidak ada hubungan multikolonieritas pada variabel bebas.

5. Uji Hipotesis

a. Uji Hipotesis Pertama

Uji hipotesis pertama penelitian ini menggunakan *spearman's rho* yang mana merupakan salah satu uji koefisien korelasi dalam statistika non-parametrik. Hal ini bertujuan untuk menguji hubungan antara Citra Tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri (*self esteem*) pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok. Berdasarkan hasil uji korelasi Sperman Rank Corellation besarnya koefesien korelasi rangking (rs) yang dilakukan skor 0,671 dengan $F = 26,159$ dengan signifikan 0,000 ($p < 0,01$). Ini menjelaskan bahwa ada hubungan yang kuat antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok.

Hal ini menjelaskan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima. Hipotesis ini menguji hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok.

b. Uji Hipotesis Kedua

Uji hipotesis kedua penelitian ini menggunakan *spearman's rho* yang mana merupakan salah satu uji koefisien korelasi dalam statistika non-parametrik. Hal ini bertujuan untuk menguji hubungan antara variabel citra tubuh dan harga diri diperoleh skor r_{xy} sebesar 0,221 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna dan menguntungkan antara citra tubuh dengan kontrol terhadap variabel harga diri.

Hal ini menjelaskan bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi tingkat citra tubuh mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok maka akan semakin tinggi juga tingkat harga diri yang dirasakan oleh mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok.

c. Uji Hipotesis Ketiga

Uji hipotesis ketiga ini pada penelitian ini menggunakan *spearman's rho* yang mana merupakan salah satu uji koefisien korelasi dalam statistika non-parametrik yang dilakukan, terlihat bahwa antara variabel perbandingan sosial dengan harga diri diperoleh nilai r_{xy} sebesar 0,410 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara perbandingan sosial dengan harga diri. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ke tiga ditolak dikarenakan ada hubungan positif yang signifikan antara perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswa UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok dimana semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin tinggi pula harga diri mahasiswa UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok.

D. Deskripsi Variabel Penelitian

Deskripsi data variabel dari penelitian ini membantu untuk memberikan gambaran tentang keadaan nilai-nilai yang diperoleh subjek sehubungan dengan pengukuran, serta informasi tentang variabel yang dipelajari dan fungsinya sebagai keadaan subjek. Kategori normatif subjek penelitian ini menggunakan model distribusi normal yang mengasumsikan bahwa skor subjek survei berdistribusi normal. Ini bertujuan untuk membagi subjek ke dalam kelompok yang berbeda, dikelompokkan menurut kontinum atribut yang diukur (Azwar, 2017)

Pada distribusi normal ada enam bagian yang dapat di klasifikasikan dengan satuan standar deviasi (STD) yang diukur (Azwar, 2017). Memiliki tanda negative dibagian kiri sejumlah tiga, dan tiga bagian lainnya terletak di sebelah kanan dan memiliki tanda positif. Distribusi normal kelompok pada subjek dalam penelitian ini terbagi atas lima satuan deviasi, sehingga di dapatkan $6/5 - 1,2$ SD. Normal kategori dalam penelitian ini adalah :

Tabel 20. Norma Kategori Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1,8 \sigma < x \leq \mu + 3 \sigma$	Sangat Tinggi
$\mu + 0,6 \sigma < x \leq \mu + 1,8 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0,6 \sigma < x \leq \mu + 0,6 \sigma$	Sedang
$\mu - 1,8 \sigma < x \leq \mu - 0,6 \sigma$	Rendah
$\mu - 3 \sigma < x \leq \mu - 1,8 \sigma$	Sangat Rendah

μ = Mean hipotetik, σ = Standar deviasi hipotetik

1. Deskripsi Data Skala Harga Diri

Skala harga diri memiliki 20 item, masing-masing item memiliki kekuatan yang berbeda, skor berkisar dari 1 hingga 4. Skor minimum yang diperoleh subjek tes pada skala harga diri adalah 20 (20×1) dan skor maksimum adalah 80 (20×4). Rentang skor skala yang diperoleh adalah 60 ($80 - 20$). Rentang skor dibagi menjadi 6 standar deviasi $10(60/6)$, mean hipotetis yang dihasilkan adalah $50((80+20)/2)$. Hasil pendeskripsian variabel harga diri diuraikan dalam tabel berikut ini:

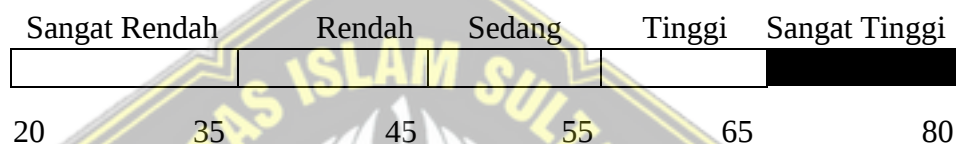
Tabel 21. Deskripsi Statistik Skor Skala Harga Diri

	Empirik	Hipotetik
Skor minimal	43	20
Skor maksimal	71	80
Mean (M)	69,95	50
Standar deviasi (SD)	5,579	10

Berdasarkan standar pada tabel di atas, terlihat bahwa mean empiris lebih besar dari mean hipotetis ($69,95 > 50$). Hal ini menjelaskan bahwa subjek masuk pada kategori tinggi dalam populasi. Tabel ini menampilkan kategori secara umum variabel harga diri 22.

Tabel 22. Kategori Skor Harga Diri

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$80 > 65$	Sangat Tinggi	257	72,2%
$55 < X \leq 65$	Tinggi	86	24,4%
$45 < X \leq 55$	Sedang	9	2,5%
$35 < X \leq 45$	Rendah	1	3%
$20 < 35$	Sangat Rendah	0	0%

**Gambar 1. Norma Kategori Skala Harga Diri**

2. Deskripsi Data Skala Citra Tubuh

Skala citra tubuh memiliki 22 item, masing-masing item memiliki kekuatan yang berbeda, skor berkisar dari 1 hingga 4. Skor minimum yang diperoleh subjek tes pada skala citra tubuh adalah 22 (22×1) dan skor maksimum adalah 88 (22×4). Rentang skor skala yang diperoleh adalah 66 ($88 - 22$). Rentang skor dibagi menjadi 6 standar deviasi 11 ($66/6$). Mean hipotetis yang dihasilkan adalah 55 ($(88+22)/2$). Hasil deskripsi variabel citra tubuh dijelaskan dalam tabel berikut.

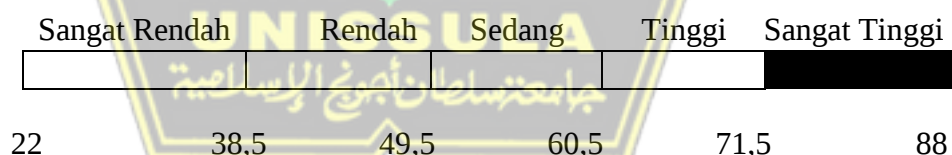
Tabel 23. Deskripsi Statistik Skor Skala Citra Tubuh

	Empirik	Hipotetik
Skor minimal	43	22
Skor maksimal	82	88
Mean (M)	66,58	55
Standar deviasi (SD)	8,994	11

Norma tabel di atas menunjukkan bahwa terlihat mean empiris lebih besar dari mean hipotetis ($66,58 > 55$). Ini mengartikan bahwa subjek berada dalam kategori tinggi dalam populasi. Kategori data variabel citra tubuh secara keseluruhan dapat dilihat pada Tabel 24.

Tabel 24. Kategori Skor Citra Tubuh

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$88 > 71,5$	Sangat Tinggi	128	36,3%
$60,5 < X \leq 71,5$	Tinggi	113	32,0%
$49,5 < X \leq 60,5$	Sedang	108	30,6%
$38,5 < X \leq 49,5$	Rendah	4	1,1%
$22 < 38,5$	Sangat Rendah	0	0%

**Gambar 2. Norma Kategori Skala Citra Tubuh**

3. Deskripsi Data Skala Perbandingan Sosial

Skala perbandingan sosial terdiri dari 16 item, masing-masing item memiliki kekuatan yang berbeda, skor berkisar antara 1 sampai 4. Skor minimum yang diperoleh subjek tes pada skala perbandingan sosial adalah 16 (16×1) dan skor maksimum adalah 64 (16×4). Rentang skor skala yang diperoleh adalah 48 ($64 - 16$). Rentang skor dibagi menjadi 6 standar deviasi 8 ($48/6$), mean hipotetis yang dihasilkan adalah 40 ($(64+16)/2$). Hasil deskripsi variabel perbandingan sosial dijelaskan dalam tabel berikut:

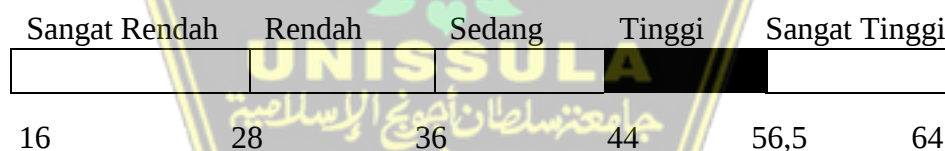
Tabel 25. Deskripsi Statistik Skor Skala Perbandingan Sosial

	Empirik	Hipotetik
Skor minimal	23	16
Skor maksimal	47	64
Mean (M)	37,31	40
Standar deviasi (SD)	4,189	8

Berdasarkan norma yang terdapat pada tabel di atas, dapat terlihat bahwa mean empiris lebih besar dari mean hipotetis ($37,31 > 40$). Hal ini menjelaskan bahwa subjek berada dalam kategori tinggi dalam populasi. Kategori data variabel perbandingan sosial secara keseluruhan dapat dilihat pada Tabel.

Tabel 26. Kategori Skor Perbandingan Sosial

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$64 > 56,5$	Sangat Tinggi	8	2,3%
$44 < X \leq 56,5$	Tinggi	216	61,2%
$36 < X \leq 44$	Sedang	120	34,0%
$28 < X \leq 36$	Rendah	9	2,5%
$16 < 28$	Sangat Rendah	0	0%

**Gambar 3. Norma Kategori Skala Perbandingan Sosial**

E. Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *body image* dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok. Pada penelitian ini terdapat tiga hipotesis dan berdasarkan analisis data yang telah dilakukan pada hipotesis pertama, maka diperoleh skor $r_s = 0,671$ dengan $F = 26,159$ dengan signifikan 0,000 ($p < 0,01$). Hipotesis kedua mendapatkan hasil $r_{x1y} 0,221$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), yang artinya sama dengan ada hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok. Hipotesis ketiga menghasilkan skor sebesar $r_{x2y} 0,410$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), yang menjelaskan bahwa ada hubungan antara perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok.

Kontribusi efektif diberikan skor R-squared sebesar 0,007 atau 33,8% pada variabel citra tubuh dengan perbandingan sosial terhadap variabel harga diri. Variabel citra tubuh dan harga diri memberikan sumbangan efektif sebesar 0,130 atau 13% terhadap variabel harga diri. pada variabel harga diri dengan perbandingan sosial memberikan kontribusi efektif sebesar 0,363 atau 36,3% dan efektif kontribusi kedua variabel tersebut. Hal ini menjelaskan bahwa citra tubuh dan perbandingan sosial berperan penting dalam meningkatkan harga diri individu.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan Syachfira & Nawangsih (2018) dengan judul hubungan antara *body image* dan *social comparison* dengan *self esteem* pada remaja putri penggemar selebgram, menjelaskan bahwa remaja yang selebgram memiliki hubungan antara *self esteem* dan *body image* dan *social comparison*. Hal ini menandakan bahwa remaja penggemar selebgram memiliki hubungan antara *body image* dan *social comparison* dalam pengembangan harga diri yang positif..

Hipotesis kedua adalah untuk menguji apakah ada hubungan yang positif antara citra tubuh dengan harga diri. Uji hipotesis kedua pada penelitian ini menggunakan uji korelasi parsial, dan mendapatkan skor $r_{x1y} 0,221$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan

signifikan antara citra tubuh dengan kontrol terhadap variabel harga diri. Semakin tinggi tingkat citra tubuh mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok maka akan semakin tinggi pula tingkat harga diri yang dirasakan oleh mahasiswi UNISSULA.

Hasil penelitian tersebut memperkuat penelitian yang dilakukan oleh Solistiawati & Sitasari (2015) menjelaskan adanya hubungan yang signifikan positif antara *body image* dengan *self-esteem*. Dengan kata lain, *body image* yang baik berkorelasi dengan peningkatan *self esteem*, dan sebaliknya. Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswi dewasa awal yang sadar diri dapat membentuk pendapat tentang penampilan dan tipe tubuh mereka, itu akan mengarah pada pikiran mereka, persepsi tubuh positif, citra tubuh positif, dan membuat kebanggaan pribadi, yang semuanya akan mengarah pada sikap harga diri yang tinggi.

Hipotesis ketiga dalam penelitian ini mendapatkan skor r_{xy} 0,410 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara perbandingan sosial dengan harga diri. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ke tiga ditolak dikarenakan ada hubungan positif yang signifikan antara perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok dimana semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin tinggi pula harga diri mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* diTikTok.

Hasil penelitian menunjukkan hasil yang rendah di karenakan beberapa alasan seperti halnya, penjelasan menurut Berzonsky (2008) teori pemrosesan identitas dapat menjelaskan bahwa perbandingan sosial dapat memberikan kontribusi pada rendahnya *self-esteem* dengan menggunakan teori pemrosesan identitas. Dengan pendekatan normative perbandingan sosial dapat meningkatkan kesadaran akan beberapa norma penting (misalnya standar kecantikan, kebenaran pendapat). Penonton untuk tren *glow up challenge* di TikTok cenderung memiliki pendapat yang buruk tentang diri mereka sendiri ketika mereka merasa bahwa mereka berbeda dari mayoritas peserta dalam tren. Mereka diminta untuk mengubah agar sesuai dengan standar dan nilai-nilai kelompok referensi oleh perbedaan norma

(standar mereka yang berpartisipasi dalam tren glow up di TikTok). Masalah tersebut menjadikan harga diri mereka rendah.

Selaras dengan penelitian yang dilakukan Hasanati & Aviani (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perbandingan sosial dan harga diri dengan hasil negatif. Maka dengan itu semakin banyak individu yang membandingkan dengan lingkungannya, semakin rendah harga diri. Sebaliknya, semakin sedikit perbandingan sosial, semakin tinggi harga diri individu tersebut. Perbandingan sosial dan harga diri dapat dilihat dalam penelitian ini dalam kaitannya dengan pengguna *Instagram* pada daerah Bukit Tinggi. Selain itu sesuai dengan penelitian yang berjudul perbandingan sosial, sosial media, dan *self-esteem* oleh Vogel (2014) yang dilakukan pada subjek mahasiswi perempuan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswi yang lebih sering menggunakan *Facebook* memiliki harga diri yang lebih buruk disebabkan oleh paparan yang lebih besar terhadap perbandingan sosial di media sosial.

Individu yang secara teratur melakukan perbandingan sosial terhadap citra tubuh menghasilkan harga diri yang negatif, sehingga mereka lebih cenderung tidak puas dengan bentuk tubuhnya, sehingga perbandingan sosial membuat wanita tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Wanita didorong untuk membandingkan tubuh mereka dengan tubuh wanita lain sebagai hasil dari perbandingan sosial, yang meningkatkan intensitas mereka dalam mengamati tubuh mereka sendiri (Jones, 2001)

Semakin sering individu wanita membandingkan tubuhnya dengan wanita lain, semakin dia menjadi tidak bahagia dengan tubuh yang sudah dia miliki (Sunartio et al, 2012). Hal ini sesuai dengan pernyataan (Jones, 2001) perbandingan sosial adalah salah satu bagian paling penting dalam pengembangan harga diri, yang pada akhirnya mempengaruhi seberapa puas individu wanita dengan tubuhnya.

Hasil analisis data tersebut berbeda dengan hipotesis peneliti, dimana hipotesis peneliti yaitu adanya hubungan negatif antara perbandingan sosial dengan harga diri. Hal tersebut mungkin terjadi dikarenakan pengaruh faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini yang dapat memengaruhi variabel perbandingan sosial pengisian skala yang berada pada skala tiga menjadi kejenuhan bagi subjek

membaca skala sehingga berpengaruh pada hasil penelitian. Penjelasan diatas memberikan gambaran kepada pembaca mengapa hasil penelitian ini mempunyai hasil dengan arah negatif.

Hasil deskripsi data yang sudah dibahas, menunjukkan skor yang tinggi dari masing-masing variabel yang diteliti. Hasil wawancara awal dengan hasil penelitian pun selaras dan dibuktikan dengan diterimanya dua hipotesis dan satu hipotesis yang tidak diterima yang dalam penelitian ini. Hasil analisis data dalam variabel harga diri mendapatkan skor mean empirik sebesar 69,95 skor ini berada dalam kategori tinggi. Variabel citra tubuh mendapatkan skor empirik sebesar 66,58 dan masuk kedalam kategori tinggi, dan variabel perbandingan sosial memiliki mean empirik 37,31 dengan kategori tinggi. Ketiga variabel tersebut memiliki mean empiris yang lebih tinggi dari mean yang dihipotesiskan, menjelaskan bahwa subjek dalam penelitian ini terdapat dalam kategori sangat tinggi pada populasi.



F. Kelemahan Penelitian

Kelemahan atau kekurangan yang terdapat dalam proses penelitian ini ialah sebagai berikut :

1. Proses pengambilan data tidak dapat diamati secara langsung dikarenakan kuesioner disebar secara online menggunakan *google form* dikarenakan keadaan yang tidak memungkinkan untuk disebar secara langsung melihat kondisi yang masih dalam pandemi.
2. Terbatasnya subjek mahasiswi yang mau mengisi kuesioner secara online, walaupun sudah melalui chat dan sudah dikoordinasikan oleh ketua angkatan masing-masing fakultas.
3. Permasalahan yang diangkat masih baru sehingga kurang mendalamnya sumber data sebagai bahan referensi, dikarenakan masih sedikit peneliti mengangkat masalah tersebut.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah melakukan tes analisis data, peneliti menerima temuan yang meliputi adanya hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok. Sehingga dugaan hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu :

1. Hipotesis pertama penelitian diterima. Hasilnya terdapat adanya hubungan antara citra tubuh dan perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok. Sehingga citra tubuh dan perbandingan sosial berpengaruh dalam membentuk harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok.
2. Hipotesis kedua penelitian ini diterima. Hasilnya terdapat adanya hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok. Dengan arah hubungan positif, artinya mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok yang memiliki citra tubuh yang positif akan membentuk harga diri yang tinggi, begitupun sebaliknya.
3. Hipotesis ketiga penelitian ditolak. Hasil penelitian tersebut ada hubungan antara perbandingan sosial dengan harga diri pada mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok. Dengan arah negatif, artinya mahasiswi UNISSULA penonton trend *glow up challenge* di TikTok yang memiliki perbandingan sosial tinggi akan membentuk harga diri yang rendah, demikian sebaliknya.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek untuk tetap mempertahankan citra tubuh dan harga diri yang sudah tinggi, diharapkan subjek mampu menjaga citra tubuh dan harga diri di lingkungan sekitar. Kemudian untuk subjek yang mempunyai harga diri yang rendah, dapat menggunakan penelitian ini sebagai sarana evaluasi diri agar bisa memperbaiki harga diri yang dimilikinya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan Untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat, diharapkan untuk melakukan studi yang lebih menyeluruh tentang harga diri yang mencakup komponen harga diri tambahan dan sampel yang representatif.



DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, Nia, Faizatur Rohmi, & Yulis Eka Rahayu. (2020). Hubungan body image dengan harga diri pada remaja putri penggemar kpop di komunitas a.r.m.y medan. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 8(2):109. doi: 10.32831/jik.v8i2.244.
- Aji, Wisnu N. (2018). Aplikasi tik tok sebagai media pembelajaran bahasa dan sastra indonesia. *Pertemuan Ilmiah Bahasa Dan Sastra Indonesia* 431(Prosiding Seminar Nasional Pertemuan Ilmiah Bahasa Dan Sastra Indonesia):431–40.
- Amandha Unziila. (2015). Konsep body image remaja putri.3:55–61.
- Annur CM. (2021). Indonesia jadi pasar kedua terbesar TikTok di dunia pada 2020. *Katadata*.
- Arikunto, S. (2017). *Metode penelitian*. Yogyakarta.
- Arthur, S. R. & Emily S. R. (2010). *Kamus psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Aynayah. (2021). Aplikasi Tik Tok Dan Dampaknya Bagi Masyarakat Ditengah Pandemi. *Aynayah*.
- Azwar. (2011). *Metode penelitian*. Yogyakarta.
- Azwar. (2012). *Penyusunan skala psikologi (Edisi 2)*. Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. (2017). *Penyusunan skala psikologi*.
- Baron, Robert, A., & Byrne, D. (2012). *Psikologi sosial*. jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Brahmini, Ida A. & Supriyadi. (2019). Kontribusi Intensitas Komunikasi Di Media Sosial Instagram Terhadap body image Remaja Perempuan Pelajar SMA Di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana* 6(01):109. doi: 10.24843/jpu.2019.v06.i01.p11.
- Cash, T. F. (2012). *Cognitive behavioral perspectives on body image*. Elsevier.
- Cash, Thomas F. & Linda Smolak. (2011). *Sample chapter: body image*, second edition. *a handbook of science, practice, and prevention* 3–11.
- Coopersmith, S. (1967). *Antecedents of self esteem*. edited by W.H. San Fransisco: Freeman and Company.
- Dahono, Yudo. Ini media sosial paling populer di indonesia 2020-2021. *Beritasatu*.
- Dalila, Firda, Asri Mutiara Putri, & Prida Harkina. (2021). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan harga diri. *Jurnal Psikologi Malahayati* 3(1):47–55. doi: 10.33024/jpm.v3i1.3769.
- Dharma, Sanata. (2019). Hubungan antara body image dan kepercayaan diri pada wanita bertubuh besar. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*.
- Estiane, Uthia. (2015). Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis*

Dan Kesehatan Mental 4(1):29–40.

- Fathiana Arshuha & Ilmi Amalia. (2019). Pengaruh *social comparison* dan perfeksionisme terhadap *body image* . *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi* 5(2):75–92.
- Febriani, Gresnia Arela. (2021). Tren glow up challenge, saat para wanita termotivasi jadi cantik dan sehat. *Wolipop*.
- Felker. 2013. *The development of self-esteem*. New York.: William Morrow & Company,.
- Ferdiansyah, M. (2020). Jumlah unduhan TikTok kalahkan *Facebook* dan *Instagram*. *Okezone Techno*.
- Fisher, Edunn, Thompson J. (2002). Perbandingan sosial dan citra tubuh: investigasi proses perbandingan tubuh menggunakan penskalaan multidimensi. *Journal of Social and Clinical Psychology* 21(5):566–79. doi: 10.1521/jscp.21.5.566.22618.
- Fisher, Erik, Michael Dunn, and J. Kevin Thompson. (2002). *Social comparison and body image: an investigation of body comparison processes using multidimensional scaling*. *Journal of Social and Clinical Psychology* 21(5):566–79. doi: 10.1521/jscp.21.5.566.22618.
- Ghozali, Imam. (2019). Aplikasi analisis multivariete.
- Ghufron & Risnawita. (2011). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Ghurfron, M. Nur & Rini Risnawati. (2016). *Teori-teori psikologi cetakan II*. 3rd ed. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Siti Maisarah Hasibuan & Syaiful Bahri. (2018). Pengaruh kepemimpinan, lingkungan kerja dan motivasi kerja terhadap kinerja. *Maneggio: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen* 1(1):71–80. doi: 10.30596/maneggio.v1i1.2243.
- Henggaryadi, G., & Fakhrurrozi, M. (2008). *Relationship between body image and self-esteem in adolescent men taking exercise*. *Journal of Faculty of Psychology Gunadarma University* 1–24.
- Herabadi, Astrid Gisela. (2007). Hubungan Antara kebiasaan berpikir negatif tentang tubuh dengan body esteem dan harga diri. *Makara Human Behavior Studies in Asia* 11(1):18. doi: 10.7454/mssh.v11i1.42.
- Hibaturrahman, Novaldi. (2021). Arti kata glow up dan glowing yang populer di Instagram dan TikTok. *Tribun News*.
- Hurlock, E. (1996). *Psikologi perkembangan*. edited by dr. Med. Metasari T. and D. M. Z. Jakarta: Erlangga.
- Husnainayah. (2017). Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap harga diri (self esteem) penderita tuberkulosis paru di wilayah eks kawadenan indramayu. 9(1):1–12.
- Jan, Muqaddas, Sanobia Anwwer Soomro & Nawaz Ahmad. (2017). *Impact of*

- social media on self-esteem. European Scientific Journal, ESJ* 13(23):329. doi: 10.19044/esj.2017.v13n23p329.
- John W. Santrock. (2007). *Perkembangan anak. Jilid 1 Edisi Kesebelas*. Jakarta: Erlangga.
- Jones, Diane Carlson. (2001). *Social Comparison and body image: attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. Sex Roles* 45(9/10):645–64. doi: <https://doi.org/10.1023/A:1014815725852>.
- Kalyanamitra. (2021). Glow up challenge standarisasi kecantikan di medsos yang rugikan perempuan. *Siapgrak*.
- Kamila I & Mukhlis. (2013). Perbedaan harga diri (self esteem) remaja ditinjau dari keberadaan ayah. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau* 9(Desember):100–112.
- Kominfo. (2020). Survei penetrasi pengguna internet di indonesia bagian penting dari transformasi digital. *Dirjen PPI*.
- Lestari, Annisa & Siska Dwi Paramitha. (2020). Efektivitas layanan bimbingan kelompok meningkatkan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa. *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education* 1(1):17–23. doi: <https://doi.org/10.32923/ijoce.v1i1.1150>.
- Mangkuto, Wangi Sinintya. (2020). Waspada Facebook! desain TikTok mirip Instagram nih. *CNBC Indonesia*.
- Myers, David G. (2012). *Psikologi sosial*. jilid 2. edited by Salemba Humanika. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ningtyas, M. (2020). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nur, Dahlia & Permata Sari. (2012). Hubungan antara body image dan self-esteem pada dewasa awal tuna daksa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* 1(1):1–9.
- Paramita, Greta Vidya. (2010). Studi kasus perbedaan karakteristik mahasiswa di universitas ‘ x ’ indonesia dengan universitas ‘Y’ australia. *Humaniora* 629–35. doi: 10.21512.
- Praisra, H., & Rezkisari, I. (2019). Tik-Tok bukan media sosial lho. *Republika*.
- Rachmawati, Amira & Dewi Eryani Ria. (2017). Hubungan dukungan sosial dengan self esteem pada remaja panti sosial asuhan anak taman harapan muhammadiyah bandung. *Prosiding Psikologi* 3(2):583–89.
- Rahmah, Riezka Annisa. (2020). Perasaan insecure pada masa covid-19 mengakibatkan maraknya individu menjual produk kecantikan. *SocArXiv Papers* 23(99):2.
- Rahman, Taufikur. (2014). Analisis determinan minat individu dosen dan mahasiswa terhadap bank syariah. *Muqtasid: Jurnal Ekonomi Dan Perbankan*

- Syariah* 5(1):53. doi: 10.18326/muqtasid.v5i1.53-74.
- Riyanto, Putri G. (2021). Jumlah pengguna internet indonesia 2021 tembus 202 juta. *Kompas*, 2–7.
- Rombe, Sufrihana. (2014). Hubungan body image dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di sma negeri 5 samarinda. 2(1):76–91.
- Rosenberg dan morris. (2015). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Santrock. J. W. (2002). *Perkembangan remaja*. edisi keen. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi perkembangan remaja*. edisi 11. Jakarta: Erlangga.
- Santrok. (2012). *Life-span development*. Perkembang. edited by Wijayanto. Jakarta: Erlangga.
- Sari, Ida Ayu Wika Permata & Luh Made Sukmayanti Suarya. (2018). Hubungan antara perbandingan sosial dan harga diri terhadap citra tubuh pada remaja perempuan. *Jurnal Psikologi Ilmiah* 5(2):265–77.
- Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2014). The development and validation of the physical appearance comparison scale-revised (pacs-r). *Eating Behaviors* 15(2):209–217. doi: 10.1016/j.eatbeh.2014.01.001.
- Schaefer, Lauren M. & J. Kevin Thompson. (2014). The development and validation of the physical appearance comparison scale-revised (pacs-r). *Eating Behaviors* 15(2):209–17. doi: 10.1016/j.eatbeh.2014.01.001.
- Solistiawati, Ayu. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan harga diri remaja akhir (studi pada mahasiswi reguler universitas esa unggul). *Jurnal Psikologi* 13.
- Srisayekti, Wilis & David A. Setiady. (2015). Harga diri (self-esteem) terancam dan perilaku menghindar. *Jurnal Psikologi* 42(2):141. doi: 10.22146/jpsi.7169.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Sugiyono.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif dan r&d*. 2nd ed. edited by Sutopo. Bandung: Alfabeta.
- Suhron, Muhammad. (2017). *Konsep harga diri (self esteem)*. Ponorogo.
- Sunartio, Livian, Monique Elizabeth Sukamto & Ktut Dianovinina. (2012). Social comparison dan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal* 9(2):157. doi: 10.26555/humanitas.v9i2.342.
- Syachfira, Nabila & Endah Nawangsih. (2018). Hubungan Social comparison dan self-esteem pada mahasiswa pengguna Instagram. (2014):554–59. doi: 10.29313/.v6i2.23136.

- Uswah Hasanati, Yolivia Irna Aviani & Nawangsih, Endah. (2020). Hubungan social comparison dan self-esteem pada mahasiswa pengguna Instagram. *Prosiding Psikologi* 6(2):554–59.
- Utami, Wulan Tri. (2014). Hubungan antara citra tubuh dengan perilaku konsumtif kosmetik make up wajah pada mahasiswi. 3(2):1–46.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). *Social comparison, social media, and self-esteem. Psychology of Popular Media Culture* 3:206. doi: <https://doi.org/10.1037/ppm0000047>.
- Winarso, Bambang. (2021). Apa itu TikTok dan apa saja fitur-fiturnya. *Trikinet*.
- Woman. (2021). Arti glow up dalam bahasa gaul, tak melulu soal fisik. *Kumpran*.
- Yuniar, I. & Rahmania. (2019). Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental* 1(2):110–17.

