

**HUBUNGAN *SOCIAL COMPARISON* DENGAN KETIDAKPUASAN
BENTUK TUBUH PADA MAHASISWI FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS SEMARANG**

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Di Susun Oleh :

Titis Tri Fahrani

30701900172

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2023

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN *SOCIAL COMPARISON* DENGAN KETIDAKPUASAN
BENTUK TUBUH PADA MAHASISWI FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS X**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Titis Tri Fahrani

30701900172

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi (S-1)

Pembimbing

Tanggal

Inhastuti Suglasih, S.Psi., M.Psi

1 November 2023

Semarang, 1 November 2023

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 2107099001

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN *SOCIAL COMPARISON* DENGAN KETIDAKPUASAN
BENTUK TUBUH PADA MAHASISWI FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Titis Tri Fahrani

30701900172

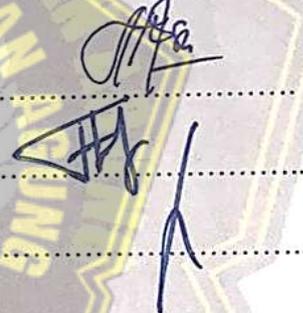
Telah diperhankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal 23 November 2023

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Hj. Ratna Supradewi, S.Psi., Msi.Psi
2. Falasifatul Falah, S.Psi., MA
3. Inhastuti Sugiasih, S.Psi., M.Psi



Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 23 November 2023

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 2107099001

...

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, Titis Tri Fahrani dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah karya saya 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 atau diterbitkan oranglain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia bertanggung jawab derajat kesarjanaan saya dicabut

Semarang, 12 Oktober 2023

Yang menyatakan




Titis Tri Fahrani
(30701900172)

UNISSULA
جامعة سلطان أبوبنوح الإسلامية

MOTTO

“ Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu lah engkau berharap”

(QS. Al-Insyirah 6-8)

“Jika kamu tidak sanggup menahan lelahnya belajar maka kamu harus sanggup menahan perihnya kebodohan”

(Imam Syafi'i)

“Jika kamu ingin mengubah hidupmu, cobalah bersyukur. Itu akan mengubah hidupmu secara besar-besaran”

(Gerald Good)



PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

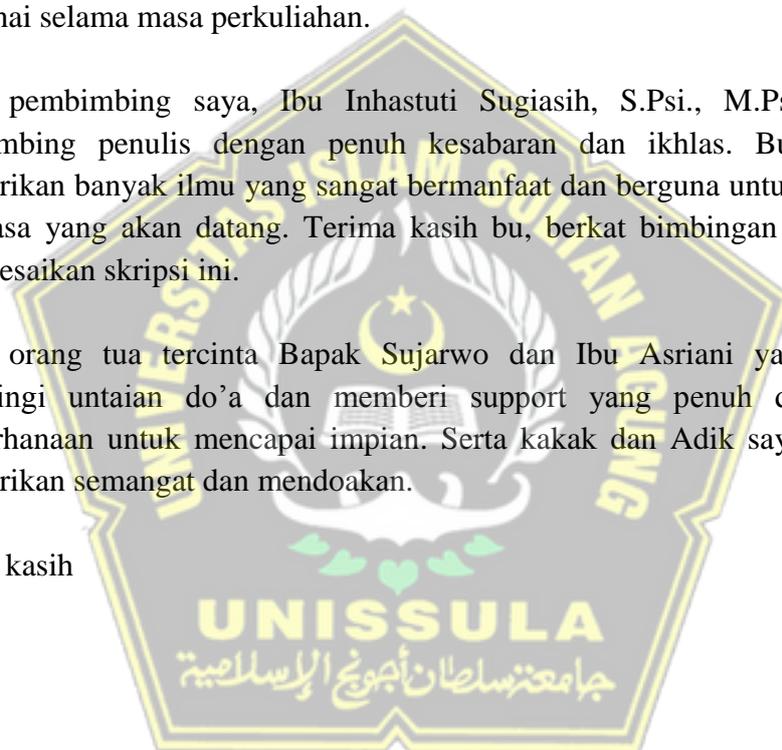
Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, puji syukur yang tak henti-hentinya kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

Karya ini saya persembahkan kepada Almater Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah menjadi tempat bertemu dengan teman-teman dan orang-orang yang sangat penulis sayangi. Tempat segala suka cita yang mewarnai selama masa perkuliahan.

Dosen pembimbing saya, Ibu Inhasuti Sugiasih, S.Psi., M.Psi yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran dan ikhlas. Bu Inhas telah memberikan banyak ilmu yang sangat bermanfaat dan berguna untuk sekarang ini dan masa yang akan datang. Terima kasih bu, berkat bimbingan ibu saya bisa menyelesaikan skripsi ini.

Kedua orang tua tercinta Bapak Sujarwo dan Ibu Asriani yang senantiasa mengiringi untaian do'a dan memberi support yang penuh dengan ajaran kesederhanaan untuk mencapai impian. Serta kakak dan Adik saya yang selalu memberikan semangat dan mendoakan.

Terima kasih



KATA PENGANTAR

Asslamu'alaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan Rahmat, Taufik dan Hidayah-Nya yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Social Comparison* dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang”. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini merupakan tugas akhir untuk memenuhi persyaratan dalam rangka mencapai gelar Sarjana pada program S-1 Sarjana Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak.

Oleh karena itu, penulis dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi, Msi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan kemudahan dan menyalurkan tenaga dan pikirannya
2. Ibu Inhasuti Sugiasih, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi yang telah berkenan meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing saya dengan penuh kesabaran, memberikan arahan, motivasi, serta nasihat, dan perhatian sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Ibu Erni Agustina Setiowati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen wali yang telah membimbing dan memeberikan perhatian dan nasehat selama proses perkuliahan.
4. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah bersedia berbagi ilmu yang sangat bermanfaat sehingga penulis mendapatkan pengetahuan dan berbagai pengalaman.

5. Seluruh Bapak dan Ibu Staf TU dan Perpustakaan serta seluruh Karyawan Fakultas Psikologi Unissula, terima kasih atas bantuan dan kerja sama dengan memberikan kemudahan dalam proses administrasi sehingga skripsi ini selesai.
6. Orang tuaku tercinta Bapak Sujarwo dan ibu Asriani, terima kasih selalu mendoakan, memberikan semangat dan motivasi tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan studinya sampai sarjana.
7. Kakak dan adikku tersayang, Ika Puji Rahayu, S.Psi, Utari Dwi Aryani, Khofifah Catur Azahra terima kasih atas bantuan, motivasi, kasih sayang canda dan suka duka yang kalian berikan selama penyelesaian skripsi ini.
8. Diri saya sendiri Titis Tri Fahrani, terima kasih karena terus berusaha dan tetap ikhlas menjalani semuanya, terima kasih untuk tidak pernah menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin. Ini merupakan suatu pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.
9. Bapak dan Ibu Staf TU Fakultas Ekonomi Universitas Semarang, terima kasih telah membantu penulis selama proses dan pengumpulan data di dalam penelitian ini.
10. Seluruh Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang, sebagai subjek penelitian, terima kasih karena telah meluangkan waktunya untuk membantu peneliti dengan mengisi kuesioner penelitian ini.
11. Sahabat-sahabat perkuliahan Syifa Novistia Salsabila, Sherin Farhana, S.Psi Syafridha, Siska Amelia Sari, S.Psi dan Sitna Morviani Hi. Ali yang telah memberikan bantuan pada saat penelitian berlangsung serta mau direpotkan oleh penulis, terima kasih sudah jadi bagian dari proses penulisan skripsi ini.
12. Sahabat-sahabat SMA Yeyen, Ana, Fahria, Aldi dan Marwa, terima kasih selalu menghibur dan memberikan dukungan kepada penulis.
13. Seluruh Angkatan 2019 yang telah memberikan pengalaman selama dibangku perkuliahan ini.
14. Kepada semua pihak yang telah memberikan doa, dukungan dan semangat kepada peneliti yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kesempurnaan dan memiliki banyak kekurangan yang harus diperbaiki, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak agar lebih baik lagi. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat untuk siapapun, khususnya untuk pengetahuan ilmu Psikologi.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Semarang, 12 Oktober 2023

Titis Tri Fahrani
(30701900172)



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
LAMPIRAN A SKALA UJI COBA.....	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	7
A. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh.....	7
1. Pengertian Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	7
2. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Ketidakpuasan Bentuk Tubuh.....	8
3. Aspek-Aspek Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	10
B. <i>Sosial Comparison</i>	12
1. Pengertian <i>Sosial Comparison</i>	12
2. Aspek-Aspek <i>Sosial Comparison</i>	13

C.	Hubungan <i>Social Comparison</i> dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang	14
D.	Hipotesis	15
BAB III METODE PENELITIAN		16
A.	Identifikasi Variabel	16
B.	Definisi Operasional	16
1.	Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	16
2.	<i>Social Comparison</i>	16
C.	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	17
1.	Populasi	17
2.	Sampel	17
3.	Teknik Pengambilan Sampling	17
D.	Metode Pengumpulan Data.....	18
1.	Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	18
2.	Skala <i>social comparison</i>	19
E.	Validitas, Uji Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur.....	20
1.	Validitas.....	20
2.	Uji Beda Aitem.....	20
3.	Reliabilitas Alat Ukur.....	21
F.	Teknik Analisis Data	21
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		22
A.	Orientasi Kanchah dan pelaksanaan Penelitian	22
1.	Orientasi Kanchah Penelitian	22
2.	Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	23
B.	Pelaksanaan Penelitian.....	28
C.	Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	29
1.	Uji Normalitas	29
2.	Uji Linearitas	29
3.	Uji Hipotesis.....	29
D.	Analisis Deskripsi Variabel Penelitian	30
1.	Deskripsi Data Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	30
2.	Deskripsi Data <i>Social Comparison</i>	31
E.	Pembahasan	32
F.	Kelemahan Penelitian	34

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	35
A. Kesimpulan Penelitian	35
B. Saran	35
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN.....	40
LAMPIRAN A.....	41
SKALA UJI COBA	41



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh.....	19
Tabel 2. Blue Print Skala Social Comparison.....	20
Tabel 3. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala Ketidakpuasan Bentuk tubuh ..	24
Tabel 4. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala Social Comparison	25
Tabel 5. Demografi Subjek Uji Coba	25
Tabel 6. Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	27
Tabel 7. Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala <i>Social Comparison</i>	28
Tabel 8. Demografi Subjek Penelitian	29
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas	29
Tabel 10. Norma Kategorisasi Skor	30
Tabel 11. Deskripsi Skor Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	31
Tabel 12. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh ..	31
Tabel 13. Deskripsi Skor Social Comparison	32
Tabel 14. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala <i>Social Comparison</i>	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Norma Kategori Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	31
Gambar 2. Norma Kategori Skala <i>Social Comparison</i>	32



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A SKALA UJI COBA	
A-1 Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	42
A-2 Skala <i>Social Comparison</i>	45
LAMPIRAN B TABULASI DATA SKALA UJI COBA	
B-1 Tabulasi Data Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	49
B-2 Tabulasi Data <i>Social Comparison</i>	55
LAMPIRAN C UJI RELIABILITAS DAN BEDA DAYA AITEM	
C-1 Uji Reliabilitas dan Beda Daya Aitem Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	62
C-2 Uji Reliabilitas dan Beda Daya Aitem <i>Social Comparison</i>	65
LAMPIRAN D SKALA PENELITIAN	
D-1 Skala Penelitian Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	72
D-2 Skala Penelitian <i>Social Comparison</i>	75
LAMPIRAN E TABULASI DATA SKALA PENELITIAN	
E-1 Tabulasi Data Penelitian Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	78
E-2 Tabulasi Data Penelitian <i>Social Comparison</i>	86
LAMPIRAN F ANALISIS DATA	
F - 1 Uji Normalitas	95
F - 2 Uji Linearitas	96
F - 3 Uji Hipotesis	98
F - 4 Uji Deskriptif	98
LAMPIRAN G SURAT IZIN PENELITIAN	
G-1 Surat Keterangan	101
G-2 Dokumentasi	102

**HUBUNGAN *SOCIAL COMPARISON* DENGAN KETIDAKPUASAN
BENTUK TUBUH PADA MAHASISWI FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS SEMARANG**

Oleh :

Titis Tri Fahrani

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : titistrifahrani21@std.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 152 mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini terdiri dari dua skala yaitu skala *social comparison* terdiri dari 24 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,979 dan skala ketidakpuasan bentuk tubuh yang terdiri dari 23 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,915. Uji hipotesis dengan teknik korelasi *product moment* memperoleh koefisien koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,820 dengan taraf signifikan sebesar = 0.000 ($p < 0,01$), artinya ada hubungan positif antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Hasil sumbangan efektif *social comparison* terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh sebesar 67,3% sedangkan sisanya 32,7% dipengaruhi oleh faktor lain

Kata Kunci : *Social comparison* dan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

**THE RELATIONSHIP OF SOCIAL COMPARISON WITH BODY
DISSATISFACTION IN FEMALE SYUDENTS OF THE
FACULTY OF ECONOMICS UNIVERSITY OF
SEMARANG**

By :

Titis Tri Fahrani

Faculty of Psychology

Sultan Agung Islamic University Semarang

Email : titistrifahrani21@std.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between social comparison and body dissatisfaction in female students of the Faculty of Economics, University of Semarang. The sample used in this study amounted to 152 female students of the Faculty of Economics, University of Semarang. The sampling technique used in this study was cluster random sampling. The measuring instrument in this study consists of two scales, namely the social comparison scale consisting of 24 items with a reliability coefficient of 0.979 and a body shape dissatisfaction scale consisting of 23 items with a reliability coefficient of 0.915. Hypothesis testing with product moment correlation technique obtained the correlation coefficient coefficient (r_{xy}) = 0.820 with a significance level of = 0.000 ($p < 0.01$), meaning that there is a positive relationship between social comparison and body shape dissatisfaction in female students of the Faculty of Economics, University of Semarang. These results show that the hypothesis is accepted. The result of effective contribution of social comparison to body shape dissatisfaction is 67.3% while the remaining 32.7% is influenced by other factors.

Keywords: Social comparison and body dissatisfaction

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Umumnya perempuan yang berada di masa dewasa awal sangat memperhatikan penampilan fisik dan ingin memiliki bentuk tubuh yang ideal agar tampak menarik dihadapan banyak orang khususnya lawan jenis. Santrock (2011) berpendapat bahwa dewasa awal merupakan masa transisi dari masa remaja menuju ke masa dewasa. Masa dewasa awal ini individu akan banyak menemui permasalahan dalam hidupnya seperti permasalahan ekonomi, percintaan dan permasalahan penampilan fisik.

Beberapa perempuan merasa tidak puas dengan penampilan fisik yang dimiliki. Perempuan yang memiliki tubuh yang gemuk, warna kulit yang hitam, wajah kurang mulus, dan bentuk hidung yang tidak sesuai dengan keinginan akan merasa minder dan tidak menerima keadaan fisiknya, sedangkan bagi perempuan yang menerima keadaan fisik akan menganggap bahwa setiap individu memiliki fisik yang berbeda-beda dan keunikannya masing-masing. Timbulnya perasaan minder dikarenakan bahwa daya tarik fisik sangat berperan penting dalam hubungan sosial. Perempuan yang memiliki tubuh dan wajah yang menarik akan menimbulkan keuntungan dan mendapatkan kemudahan dalam ketertarikan dari orang lain baik dalam pekerjaan ataupun percintaan (Salma, 2021).

Munculnya permasalahan mengenai ketidakpuasan tubuh membuat para perempuan kurang percaya diri karena kriteria tubuh ideal yang berkembang di masyarakat adalah badan yang langsing, kulit yang putih dan wajah yang bersih. Individu yang kurang percaya diri terhadap bentuk tubuhnya akan melakukan berbagai macam cara agar bisa menutupi kekurangan yang ada pada dirinya seperti menggunakan obat pelangsing dan melakukan program diet yang ketat. (Pratitit, 2022). Wanita yang memiliki tubuh yang ideal adalah prioritas utama. Perempuan Indonesia, terutama yang tinggal di kota-kota, percaya bahwa kecantikan ideal adalah orang yang ramping, tinggi, kulit putih dan mulus, dan

memiliki hidung yang mancung. Konsep ideal tersebut seringkali membuat wanita merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya (Juanita & Karyanta)

Hasil survei di Amerika Serikat yang dilansir pada situs Glamour (Usihana 2016), ada sebanyak 89% wanita merasa tidak puas dengan berat badan sebanyak 39% mengaku gelisah ketika berat badan bertambah terus. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan Dephinto (2017) pada 80 remaja putri diketahui bahwa 51,2% memiliki citra tubuh yang negatif dan melakukan perilaku diet yang tidak sesuai yakni dengan membatasi asupan makanan dan mengkonsumsi obat diet.

Hasil survei yang dilakukan majalah perempuan pada tahun 2010, menunjukkan bahwa dari 4000 remaja perempuan, hanya 19% saja yang merasa puas akan tubuhnya dan sisanya 81% merasa tidak puas dan cenderung melakukan diet (Putri & Indryawati, 2019)

Ketidakpuasan bentuk tubuh merupakan penilaian negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya akibat dari adanya perbedaan antara bentuk tubuh ideal dengan bentuk tubuh yang sebenarnya (Suseno & Dewi, 2014). Schaefer & Thompson (2014) menyatakan bahwa atribut fisik yang sering dijadikan perbandingan yakni aspek berat tubuh (*weight*), aspek penampilan (*physical appearance*), aspek bentuk tubuh (*body shape*), aspek ukuran tubuh (*body size*), dan aspek lemak tubuh (*body fat*). Hal tersebut dapat menjadi kecenderungan pada kebanyakan perempuan untuk membandingkan tubuhnya dengan tubuh individu lain yang dianggap memiliki bentuk tubuh yang ideal.

Ketidakpuasan bentuk tubuh dapat memberikan efek negatif bagi orang-orang yang mengalami kondisi tersebut, diantaranya gangguan makan, depresi, dan hilangnya rasa kepercayaan diri. Ketidakpuasan bentuk tubuh yang dialami oleh Mahasiswi Universitas Semarang, berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut

“Saya pernah mendapatkan komentar yang kurang enak didengar terhadap perubahan bentuk tubuh saya, komentarnya itu seperti kok kamu sekarang gendutan sih padahal waktu SMA kamu kurusan, tidak hanya bentuk tubuh saya yang dikomentari kadang juga masalah bekas jerawat dari komentar itu membuat saya harus melakukan diet seperti mengurangi porsi makan, mengkonsumsi obat diet, tidak hanya itu saya juga pernah memakai cream pemutih yang

dosisnya tinggi dan membuat seluruh badan saya gatal-gatal. Saya juga merasa iri dengan orang lain yang memiliki bentuk tubuh ideal, wajah yang mulus, warna kulit yang putih” (S, 2023)

Hasil wawancara yang dilakukan oleh subjek S menunjukkan bahwa subjek merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki sehingga subjek berusaha untuk memperoleh kepuasan fisik dengan menggunakan berbagai cara seperti mengurangi porsi makan dan mengonsumsi obat penurun berat badan dan subjek juga merasa iri dengan orang lain yang memiliki bentuk tubuh yang ideal.

“ Komentarnya itu tidak begitu negatif hanya mengatakan pipimu sekarang tambah gede, saya juga malu dan kurang percaya diri ketika berat badan saya tambah naik. Saya melakukan program diet dengan mengurangi porsi makan, menghindari makanan yang berlemak dan saya juga mengonsumsi obat diet saya melakukan itu karena saya ingin memiliki bentuk tubuh ideal seperti orang-orang disekitar saya” (A,2023)

Hasil wawancara yang dilakukan oleh subjek A menunjukkan bahwa subjek tidak puas dengan bentuk tubuhnya sehingga subjek berupaya memiliki bentuk tubuh yang ideal dengan melakukan diet.

“Pernah mendapatkan komentar yang kurang enak didengar dari keluarga sendiri seperti warna kulit kamu kok gini beda sama temanmu komentar tersebut membuat saya sakit hati. Sesekali saya membandingkan bentuk tubuh saya dengan orang lain yang memiliki bentuk tubuh yang ideal. Saya juga malu dan kurang percaya diri dengan bentuk tubuh saya yang sekarang setiap liat foto sendiri itu suka nangis karena malu sama badan sendiri kayak gak ada yang bisa dibanggain dari diri sendiri. Tentu saja saya memiliki keinginan untuk merubah bentuk tubuh agar saya tampak menarik dihadapan banyak orang. Apalagi kita tinggal di Indonesia soal standar kecantikan Indonesia itu ya harus cantik, putih, badan yang langsing, dan memiliki hidung yang mancung. Saya juga pernah mengonsumsi obat biar badan saya ideal eh gak taunya obat itu bikin jantung saya berdebar-debar ya karena mungkin dosisnya yang tinggi”. (F, 2023)

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa ke 3 subjek tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimiliki. Faktor penyebab ketidakpuasan tubuh pada subjek diantaranya mendapatkan

komentar negatif dari teman atau saudara adanya komentar negatif yang diterima subjek membuat subjek mengevaluasi bentuk tubuhnya dengan cara membandingkan dirinya dengan individu lain.

Penelitian yang dilakukan Husni & Indrijati, (2014) bahwa sekitar 50-80% remaja perempuan memiliki persepsi negatif terhadap bentuk tubuhnya, hal ini dikarenakan memiliki bentuk tubuh yang langsing dan menarik merupakan bentuk tubuh yang ideal di kalangan perempuan. Perempuan dinilai dari penampilannya, tidak heran jika perempuan sangat mementingkan penampilan. Perempuan akan merasa tidak puas jika bentuk tubuhnya tidak sesuai dengan standar kecantikan. Faktor pengaruh penilaian bentuk tubuh di kalangan perempuan salah satunya adalah media sosial. Televisi maupun media sosial lainnya akan menampilkan artis-artis yang memiliki bentuk tubuh yang ideal sehingga para perempuan akan terobsesi dan memandang bahwa perempuan yang memiliki bentuk tubuh ideal akan terlihat menarik.

Seseorang yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya karena membandingkan dirinya dengan orang lain yang memiliki kriteria cantik ideal. Proses membandingkan dirinya dengan orang lain dikenal dengan sebutan *social comparison*. Penelitian yang telah dilakukan oleh Sunartio & Dianovinina, (2012) menunjukkan hasil bahwa individu yang melakukan *social comparison* yakni dengan membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain akan mempergunakan objek pembandingan yakni individu lain yang lebih menarik dari sisi bentuk tubuhnya.

Laki-laki maupun perempuan melakukan *social comparison* dengan orang lain berjenis kelamin yang sama, namun perempuan mempunyai kecenderungan lebih besar untuk melakukan perbandingan sosial atau *social comparison*. *Social comparison* membuat seorang perempuan semakin tidak puas dengan bentuk tubuhnya. *Social comparison* yang dilakukan seringkali membuat perempuan memantau tubuhnya dan mendorong mereka untuk membandingkan tubuhnya dengan perempuan lain (Jones 2001). Seorang perempuan yang sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan perempuan lain, semakin banyak

perempuan yang tidak pernah puas dengan bentuk tubuhnya (Sunartio & Dianovinina, 2012).

Penelitian mengenai ketidakpuasan bentuk tubuh pernah dilakukan oleh Riezka Restu Amalia (2018) dengan judul hubungan “*social comparison* dan *body dissatisfaction* pada mahasiswi Universitas X di Yogyakarta”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil koefisien korelasi $r=0,484$ dengan $p=0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara *social comparison* dan *body dissatisfaction* pada mahasiswi Universitas X di Yogyakarta

Hal yang sama juga dilakukan oleh Annisa (2020) dengan judul “hubungan *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada Remaja Perempuan”. Penelitian tersebut didapatkan hasil yakni nilai korelasi *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi r variabel *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh sebesar 0,439 dengan nilai signifikansi (p) 0,000 maka $p \leq 0,01$. Hal tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara variabel *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh cukup signifikan dan searah yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja perempuan SMAN 5 Pekanbaru

Pada penelitian Riezka Restu Amalia (2018) subjek yang diambil merupakan mahasiswa dari beberapa Fakultas di Universitas Islam Indonesia dengan metode pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* atau secara acak. Sedangkan pada penelitian Annisa (2020) subjek yang digunakan adalah remaja perempuan SMAN 5 Pekanbaru. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada subjek dan pengambilan sampel, subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah Mahasiswi dari Fakultas Ekonomi prodi Manajemen di Universitas Semarang.

Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, dengan demikian peneliti tertarik dan ingin mengetahui hubungan *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas ekonomi Universitas Semarang.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang

C. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini yakni diharapkan dapat memberikan pengetahuan pada kajian teori di bidang Psikologi mengenai hubungan *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada Perempuan

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian dapat memberi pengetahuan kepada mahasiswi bahwa *social comparison* dapat memunculkan perasaan tidak puas terhadap tubuh yang dimiliki.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

1. Pengertian Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Candra & Novianty (2022) mengungkapkan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh merupakan penilaian negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya dikarenakan adanya perbedaan antara tubuh sebenarnya dengan tubuh yang ideal. Juanita & Karyanta (2016) menyatakan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh adalah ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya terutama bentuk fisik baik sebagian maupun seluruhnya karena ukuran tubuh sebenarnya dan ukuran yang diinginkan tidak sesuai

Pratitis (2022) menyatakan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh merupakan evaluasi negatif terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang dihasilkan dari persepsi perbedaan antara bentuk tubuh ideal dan bentuk tubuh yang dimiliki. Prima & Sari (2013) mengungkapkan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh merupakan perasaan tidak senang dan tidak puas yang dimiliki seseorang mengenai bentuk tubuh dan penampilan fisiknya.

Menurut pandangan Khoriyah & Rosdiana (2019), ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh merujuk pada penilaian negatif individu terhadap tubuhnya sendiri, serta timbulnya perasaan malu ketika berinteraksi di lingkungan sosial dengan bentuk tubuh yang dianggap tidak ideal. Hall (2006) juga berpendapat bahwa ketidakpuasan tubuh merupakan evaluasi negatif seseorang tentang tubuhnya. Ini terjadi ketika seseorang menilai dan mempersepsikan tubuhnya secara negatif, sehingga mereka percaya bahwa tubuh mereka tidak menarik.

Dari beberapa pandangan mengenai ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, bisa diartikan sebagai penilaian negatif terhadap ukuran atau bentuk tubuh seseorang yang timbul karena perbedaan antara bentuk tubuh yang diinginkan dan yang sebenarnya.

2. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh dikemukakan oleh Cash & Pruzinsky (2002) antara lain yaitu:

- a. Perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat kepuasan terhadap bentuk tubuh. Umumnya, perempuan cenderung merasa kurang puas dengan penampilan tubuh dibandingkan dengan laki-laki. Ketidakpuasan tubuh pada perempuan seringkali berkaitan dengan keinginan untuk memiliki tubuh yang lebih kurus, sementara pada laki-laki ketidakpuasan tubuh lebih sering terkait dengan keinginan untuk memiliki tubuh yang lebih besar, tinggi, dan berotot
- b. Hubungan interpersonal. Individu yang menerima masukan atau kritikan dari seseorang dapat mempengaruhi perasaan dan pandangannya terhadap penampilan fisik yang dimiliki
- c. Media massa. Media massa dapat mempengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh karena isi tayangan pada media adalah standar kecantikan perempuan yang memiliki bentuk tubuh langsing hal itu dapat membuat para perempuan percaya bahwa memiliki bentuk tubuh langsing merupakan individu yang menarik.

Hall (2009) mengelompokkan faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh menjadi empat yakni:

- a. Hubungan dengan teman sebaya. Hubungan individu dengan teman sebaya sangat penting bagi setiap orang. Pengaruh teman sebaya dapat menyebabkan penurunan berat badan secara drastis, yang berdampak ketidakpuasan tubuh di kalangan perempuan.
- b. Lingkungan sosial dan media salah satu sumber yang memaksa perempuan untuk menurunkan berat badan adalah lingkungan sosialnya, kerabat atau teman yang menyuruh untuk diet agar memiliki tubuh yang dikagumi. Lingkungan sosial dan media dapat menyebabkan perempuan menjadi kurus. Kerabat atau teman salah satu sumber tekanan menjadi kurus

- c. Mindset tubuh yang ideal. Adanya keyakinan bahwa memiliki tubuh yang kurus akan diterima dikalangan masyarakat dan sukses dibidang akademis dan karir
- d. Kurangnya dukungan sosial. Banyaknya tekanan dari orang-orang sekitar yang menyatakan bahwa memiliki bentuk tubuh yang kurus jauh lebih baik dibandingkan bertubuh gemuk. Kurangnya dukungan dari orang-orang sekitar seperti teman dan orangtua membuat individu semakin tidak menghargai dan tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya.

Brehm (Kartikasari, 2013) membagi faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh menjadi lima yakni:

- a. Standar kecantikan yang tidak dapat dicapai. Suatu budaya atau daerah memiliki standar kecantikan yang berbeda-beda. Meskipun biasanya, orang yang berbeda menganggap penampilan dan kesenangan sebagai status yang lebih tinggi dan peluang yang lebih baik untuk menarik lawan jenis.
- b. Kepercayaan atau keyakinan bahwa kontrol diri yang dimiliki oleh seseorang akan menghasilkan tubuh yang sempurna. Berat badan merupakan salah satu hal yang bisa diubah dari tubuh. Hal ini menjadi sasaran ketika seseorang tidak puas dengan tubuhnya
- c. Ketidakpuasan mendalam terhadap diri sendiri dan kehidupan. Ahli citra tubuh (*body image*) percaya bahwa ketidakpuasan tubuh merupakan gambaran harga diri yang rendah, terutama jika meningkat menjadi rasa benci terhadap tubuhnya. Tubuh merupakan bagian diri yang dapat dilihat sehingga bila individu memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, maka dia juga memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya.
- d. Kebutuhan akan kontrol karena banyak hal yang tidak dapat dikontrol. Manusia pasti memiliki masalah-masalah dalam hidupnya. Terkadang sebagian masalah tersebut tidak memiliki jawaban kendati orang yang bersangkutan sangat membutuhkan jawaban atas suatu masalah. Keadaan ini dapat menyebabkan Sebagian orang berusaha mengontrol hal-hal yang dapat mereka kontrol misalnya mengontrol berat badan kemampuan

mengontrol tubuh membuat individu dapat merasa tertolong karena hal tersebut akan mempengaruhi hidupnya.

- e. Hidup dalam budaya “kesan pertama” terhadap penampilan seseorang sangatlah penting. Hal ini dibuktikan dengan penilaian terhadap oranglain yang ditemui, seperti cara individu berpakaian, cara berjalan, dan cara berbicara.

Dari beberapa faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh maka dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi yaitu (a) hubungan dengan teman sebaya (b) lingkungan sosial dan media dapat mempengaruhi karena adanya tekanan dari orang-orang sekitar mengenai sosok tokoh yang dikagumi.

3. Aspek-Aspek Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Rosen & Reiter (1995) membagi aspek ketidakpuasan bentuk tubuh menjadi lima yaitu:

- a. Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu. Perempuan yang jauh dari kata sempurna merasa tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya. Perempuan akan merasa lebih baik ketika membandingkan dirinya dengan orang yang memiliki tubuh yang kurang ideal
- b. Perasaan malu terhadap bentuk tubuh. Menarik diri saat berada dilingkungan sosial, alasan seseorang menarik diri dari lingkungan sosial dikarenakan penampilannya sering diperhatikan oleh orang sekitar
- c. Pemeriksaan tubuh (*Body Checking*). Seseorang yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh seringkali memeriksa kondisi fisiknya dengan bercermin dan menimbang berat badan.
- d. Tindakan kamuflase seringkali terjadi pada individu yang merasa tidak puas terhadap penampilan fisiknya, di mana mereka mencoba menyembunyikan atau menyamarikan penampilan tubuh mereka dari realitas sebenarnya.

- e. Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik. Orang yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya biasanya akan malas berinteraksi dengan orang lain

Thompson (Prima & Sari, 2013) membagi aspek ketidakpuasan bentuk tubuh menjadi tiga yaitu:

- a. Afektif. Seseorang yang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh akan memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya
- b. Kognitif. Informasi-informasi dapat berupa pengetahuan mengenai bentuk dan ukuran tubuh sendiri yang dianggap positif dan negatif oleh lingkungan sosial
- c. Perilaku, munculnya perilaku ketidakpuasan pada tubuh membuat seseorang akan berusaha menurunkan berat badannya.

Cash (Maimunah & Satwika, 2021) membagi aspek ketidakpuasan tubuh menjadi lima yaitu:

- a. *Appearance evaluation*. Evaluasi penampilan, individu memperhatikan penampilan atau bentuk tubuhnya dan menilai apakah memuaskan atau tidak memuaskan
- b. *Appearance orientation*. Orientasi penampilan, usaha yang dilakukan oleh individu untuk meningkatkan penampilan yang dimiliki
- c. *Overweight preoccupation*. Kecemasan akan kegemukan, rasa khawatir yang dirasakan seseorang ketika badannya semakin gemuk dan munculnya keinginan yang membuat seseorang untuk mengubah pola makannya
- d. *Body area satisfaction*. Kepuasan terhadap bagian tubuh, kepuasan yang spesifik atas bagian tubuh yang dimiliki seperti bagian pinggul, wajah, kaki dan perut
- e. *Self-classified weight*. Klasifikasi berat tubuh, individu memiliki pandangan tersendiri bagaimana orang lain menilai ukuran tubuh yang dimilikinya.

Dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek ketidakpuasan bentuk tubuh berdasarkan pendapat ahli yakni aspek penilaian negatif terhadap bentuk

tubuh, perasaan malu terhadap bentuk tubuh, pemeriksaan tubuh (*body checking*), kamufase, dan menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik selain itu aspek afektif, kognitif, perilaku, aspek evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kecemasan atas kegemukan, kepuasan terhadap bagian tubuh, dan aspek klasifikasi berat tubuh.

B. Social Comparison

1. Pengertian Social Comparison

Najla & Zulfiana (2022) berpendapat bahwa *social comparison* merupakan salah satu perilaku individu untuk membandingkan dirinya dengan individu lain yang lebih baik darinya. Wika & Suarya (2018) menyatakan bahwa *social comparison* salah satu cara perempuan mengevaluasi dirinya secara keseluruhan termasuk mengevaluasi bentuk tubuhnya apakah bentuk tubuhnya sesuai dengan keinginannya atau tidak. Melalui *social comparison* seorang perempuan belajar mengenali konsep ideal di dalam masyarakat.

Maurilla & Sukmayanti (2020) mengungkapkan bahwa *social comparison* merupakan suatu evaluasi diri yang dilakukan oleh individu yang melibatkan orang lain sebagai pembanding untuk membuat penilaian mengenai dirinya. Wood (Wulandari & Budiani, 2020) mengatakan bahwa *social comparison* merupakan salah satu penilaian kognitif yang dilakukan oleh individu terhadap atribut yang dimiliki oleh orang lain kemudian dijadikan perbandingan dengan dirinya sendiri. Schaefer & Thompson (Setyaningsih & Sakti, 2021) berpendapat bahwa *social comparison* adalah salah satu tindakan yang dilakukan seseorang dengan membandingkan diri (penampilan) dengan orang lain guna untuk mengevaluasi diri.

Festinger (Puspitasari & Ambarini, 2017) mengungkapkan bahwa *social comparison* merupakan perilaku saling bersaing dalam interaksi sosial yang dapat menyebabkan terjadinya perbandingan diri dengan individu lain yang dianggap lebih baik darinya. Jones Wika & Suarya (2018) mengungkapkan bahwa *social comparison* merupakan salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan citra tubuh yang dapat mempengaruhi seseorang apakah puas atau tidaknya terhadap bentuk tubuhnya yang dimiliki.

Berdasarkan pemaparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *social comparison* merupakan perilaku individu yang membandingkan bentuk fisiknya dengan individu lain yang dianggap lebih baik darinya dan akan menimbulkan perasaan tidak puas.

2. Aspek-Aspek *Social Comparison*

Festinger (Wulandari & Budiani, 2020) membagi aspek *social comparison* menjadi dua, yaitu:

- a. Aspek kemampuan (*ability*) yakni keinginan untuk meningkatkan kemampuan agar tidak ada perbedaan kemampuan yang dimiliki dengan kemampuan orang lain
- b. Aspek pendapat (*opinion*) yakni mengubah pendapat sendiri agar sesuai dengan pendapat orang lain.

Schaefer dan Thompson (2014) membagi lima aspek fisik perbandingan sosial diantaranya yaitu :

- a. Aspek penampilan fisik (*physical appearance*) pada aspek ini individu membandingkan penampilan fisiknya dengan penampilan individu lain
- b. Berat tubuh (*weight*) individu membandingkan berat tubuhnya dengan berat tubuh individu lain
- c. Bentuk tubuh (*body shape*) perempuan cenderung membandingkan bentuk tubuhnya dengan perempuan lain yang memiliki bentuk tubuh langsing
- d. Ukuran tubuh (*body size*) individu membandingkan ukuran dari bagian tubuhnya yang dimiliki dengan bagian tubuh yang dimiliki individu lain. Perempuan yang cenderung membandingkan ukuran lingkar dada, lingkar paha
- e. Lemak tubuh (*body fat*) individu membandingkan bagian-bagian yang memiliki lemak berlebihan dengan bagian tubuh individu lain seperti membandingkan lemak pada bagian pipi dan perut

Fisher (Syarifah, 2022) membagi aspek *social comparison* menjadi 4 yaitu:

- a. Bagian tubuh yang tidak berhubungan dengan otot dan berat badan. Perbandingan pada bagian fisik yang tidak terkait dengan otot atau berat badan seperti hidung, bibir telinga, rambut, dagu, bentuk wajah, dahi dan pipi.
- b. Bagian tubuh yang berhubungan dengan berat badan. Bagian-bagian tubuh yang sering dibandingkan oleh wanita bagian berat badan seperti perut, paha, bokong, pinggul, dan betis.
- c. Bagian tubuh yang berhubungan dengan otot. Bagian tubuh termasuk bahu, lengan atas, lengan bawah, punggung, dada, dan bagian pinggang
- d. Penampilan tubuh secara keseluruhan. Bentuk otot-otot di tubuh bagian atas bawah dan atas secara keseluruhan adalah bagian yang sering dibandingkan

Berdasarkan beberapa pendapat diatas maka aspek *social comparison* terdiri dari aspek kemampuan, aspek pendapat selain itu aspek penampilan fisik, aspek berat tubuh, aspek bentuk tubuh, aspek ukuran tubuh, dan aspek lemak tubuh

C. Hubungan *Social Comparison* dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang

Perempuan sangat memperhatikan penampilan fisik dan bentuk tubuhnya agar tampak menarik di lingkungan sekitarnya tetapi ada beberapa perempuan yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan membandingkan tubuhnya dengan bentuk tubuh perempuan lain yang dianggap ideal karena adanya standar tubuh ideal yang berlaku di masyarakat. Menurut Sunartio & Dianovinina (2012) perempuan yang sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan perempuan lain akan menyebabkan perempuan tidak akan pernah puas dengan bentuk tubuhnya. Salah satu faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan tubuh adalah *social comparison*.

Social comparison merupakan suatu bentuk evaluasi atau penilaian individu terhadap dirinya dengan membandingkan diri dengan individu lain yang dianggap lebih baik. Wanita yang terus menerus membandingkan dirinya dengan wanita lain akan menimbulkan *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan terhadap tubuh.

Wanita yang tidak puas terhadap tubuhnya akan memiliki pemikiran negatif terhadap bentuk tubuhnya baik pada seluruh tubuh ataupun bagian-bagian tubuh tertentu. Wanita yang merasa bentuk tubuhnya semakin gemuk akan merasa malu atau tidak percaya diri ketika berada dilingkungan sosial. (Dewi & Rina, 2020)

Pada penjelasan diatas mengungkapkan bahwa *social comparison* dapat menimbulkan ketidakpuasan tubuh seperti tidak percaya diri saat berada dilingkungan sosial dan menilai negatif terhadap bentuk tubuhnya. Wanita yang terus menerus membandingkan dirinya dengan wanita lain akan berakibat pada semakin sering individu tersebut mengamati bentuk tubuh dan membentuk *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan terhadap tubuh. Tylka & Sabik (Husni & Indrijati, 2014) mengemukakan bahwa wanita yang semakin sering membandingkan dirinya dengan tubuh wanita lain akan mengakibatkan semakin tidak puas dirinya dengan tubuh yang dimiliki, sebaliknya saat individu memiliki *social comparison* yang rendah maka individu akan berpikir positif dengan melihat orang lain sebagai motivasi agar dirinya bisa maju dan sukses

D. Hipotesis

Berdasarkan penjelasan mengenai *social comparison* dan ketidakpuasan bentuk tubuh maka dapat diketahui bahwa hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang dimana semakin tinggi *social comparison* maka semakin tinggi pula ketidakpuasan tubuh, begitupun sebaliknya semakin rendah *social comparison* maka semakin rendah pula ketidakpuasan tubuh.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini variabel yang akan diteliti terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab timbulnya variabel tergantung. Sedangkan variabel tergantung merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat adanya variabel bebas (Sugiyono, 2015)

1. Variabel tergantung (Y) : Ketidakpuasan Bentuk Tubuh
2. Variabel bebas (X) : *Social Comparison*

B. Definisi Operasional

1. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Ketidakpuasan bentuk tubuh merupakan penilaian negatif individu terhadap bentuk tubuhnya dikarenakan adanya suatu perbedaan antara bentuk tubuh ideal dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Untuk mengukur ketidakpuasan bentuk tubuh peneliti menggunakan aspek dari teori Rosen & Reiter (1995) yang terdiri dari a) penilaian negatif pada bentuk tubuh, b) perasaan malu terhadap tubuh, c) pemeriksaan tubuh (*body checking*), d) penyamaran tubuh, e) menghindari kontak fisik dengan orang lain ataupun aktivitas sosial lainnya. Jika semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin tinggi tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh pada subjek. Sebaliknya jika semakin rendah skor yang diperoleh subjek, maka semakin rendah tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang dimiliki subjek.

2. *Social Comparison*

Social comparison merupakan salah satu perilaku yang dilakukan individu dengan membandingkan dirinya yang melibatkan orang lain sebagai pembanding untuk membuat penilaian mengenai dirinya. Skala *social comparison* diungkap berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Shaefer &

Thompson (2014) terdiri dari penampilan fisik, berat tubuh, bentuk tubuh, ukuran tubuh, dan lemak tubuh.

Jika semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin tinggi tingkat *social comparison* pada subjek. Sebaliknya jika semakin rendah skor yang diperoleh subjek, maka semakin rendah tingkat *social comparison* yang dimiliki oleh subjek.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Sugiyono (2015) mengemukakan bahwa populasi merupakan wilayah keseluruhan subyek yang berkualitas dan berkarakteristik yang ditentukan oleh peneliti yang kemudian akan dipelajari untuk menarik sebuah kesimpulan. Hardani (2020) menyatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Ekonomi prodi Manajemen Universitas Semarang berjumlah 502 orang.

2. Sampel

Sugiyono (2015) menyatakan bahwa sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik populasi dan harus mewakili (representatif). Azwar (2016) menyatakan bahwa sampel merupakan bagian dari populasi dan harus memiliki karakteristik yang dimiliki oleh populasi penelitian. Sampel yang peneliti ambil berjumlah 152 mahasiswi Fakultas Ekonomi prodi Manajemen Universitas Semarang yang berusia 18-24 tahun

3. Teknik Pengambilan Sampling

Sugiyono (2015) menyatakan bahwa teknik pengambilan sampling merupakan suatu metode maupun teknik yang akan digunakan untuk menentukan pengambilan sampel pada penelitian yang akan dilakukan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling* menurut Sugiyono (2015) *cluster random sampling* digunakan untuk menentukan sampel bila objek yang akan diteliti atau sumber

data yang luas, misal penduduk dari suatu negara, provinsi, atau kabupaten dimana peneliti mengambil anggota sampel dari populasi dengan cara melempar dadu yang ada dalam populasi itu. Peneliti menggunakan *cluster random sampling* karena sampel terdiri atas kelompok-kelompok atau kelas dan semua anggota kelompok yang terpilih memiliki peluang untuk menjadi sampel penelitian.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua jenis alat ukur yang masing-masing adalah skala *social comparison* dan ketidakpuasan bentuk tubuh

1. Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Skala ketidakpuasan bentuk tubuh terdiri atas aitem-aitem yang mencakup aspek-aspek ketidakpuasan bentuk tubuh menurut Rosen, Reiter (1995) yang terdiri dari: penilaian negatif pada bentuk tubuh, perasaan malu terhadap tubuh, pemeriksaan tubuh (*body checking*), penyamaran tubuh, dan menghindari kontak fisik dengan orang lain ataupun aktivitas sosial lainnya. Terdiri dari 33 aitem yang terbagi menjadi 25 butir aitem *favorable* dan 8 butir aitem *unfavorable*. Skala ketidakpuasan bentuk tubuh yang digunakan peneliti adalah hasil modifikasi dari skala Annisa Rahmadiyahanti (2019) dengan reliabilitas 0,926.

Skala ini dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu aitem yang mendukung pernyataan (*favorable*) dan aitem yang tidak mendukung pernyataan (*unfavorable*). Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Nilai setiap jawaban yang bersifat *favorable*, SS (sangat sesuai) mempunyai nilai 4, S (sesuai) mempunyai nilai 3, TS (tidak sesuai) mempunyai nilai 2, STS (sangat tidak sesuai) mempunyai nilai 1. Sebaliknya, nilai untuk jawaban yang bersifat *unfavorable* SS (sangat sesuai) mempunyai nilai 1, S (sesuai) mempunyai nilai 2, TS (tidak sesuai) mempunyai nilai 3, STS (sangat tidak sesuai) mempunyai nilai 4.

Tabel 1. Blue Print Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

No	Aspek	Jumlah aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penilaian negatif terhadap tubuh	10	4	14
2	Perasaan malu terhadap bentuk tubuh	6	2	8
3	<i>Body checking</i>	3	-	3
4	Kamuflase tubuh	2	1	3
5	Menghindari aktivitas sosial	4	1	5
	Jumlah	25	8	33

2. Skala *social comparison*

Skala *social comparison* disusun berdasarkan aspek dari Schaefer Thompson (2014), yaitu penampilan fisik (*physical appearance*), berat tubuh (*weight*), bentuk tubuh (*body shape*), ukuran tubuh (*body size*) dan lemak tubuh (*body fat*). Terdiri dari 27 aitem terbagi menjadi 17 butir aitem *favorable* dan 10 butir aitem *unfavorable*. Skala *social comparison* dalam penelitian ini merupakan hasil modifikasi dari skala Rahmadiyahanti (2019) dengan reliabilitas 0,978

Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Nilai setiap jawaban yang bersifat *favorable*, SS (sangat sesuai) mempunyai nilai 4, S (sesuai) mempunyai nilai 3, TS (tidak sesuai) mempunyai nilai 2, STS (sangat tidak sesuai) mempunyai nilai 1. Sebaliknya, nilai untuk jawaban yang bersifat *unfavorable* SS (sangat sesuai) mempunyai nilai 1, S (sesuai) mempunyai nilai 2, TS (tidak sesuai) mempunyai nilai 3, STS (sangat tidak sesuai) mempunyai nilai 4.

Tabel 2. Blue Print Skala Social Comparison

No	Aspek	Jumlah aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penampilan fisik	3	2	5
2	Berat tubuh	4	2	6
3	Bentuk tubuh	3	3	6
4	Ukuran tubuh	2	2	4
5	Lemak tubuh	5	1	6
	Jumlah	17	10	27

E. Validitas, Uji Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Sugiyono (2015) menyatakan bahwa data valid apabila terdapat kesamaan antara data yang telah terkumpul dengan data yang sesungguhnya pada objek yang diteliti. Azwar (2016) menyatakan bahwa validitas merupakan sejauh mana akurasi dan ketepatan alat ukur dalam melakukan fungsi ukurannya.

Penelitian ini menggunakan validitas isi dimana elemen-elemen dari instrumen dapat merepresentasikan tujuan pengukuran dengan penilaian rasional oleh penilaian professional (*professional judgement*) yaitu dosen pembimbing.

2. Uji Beda Aitem

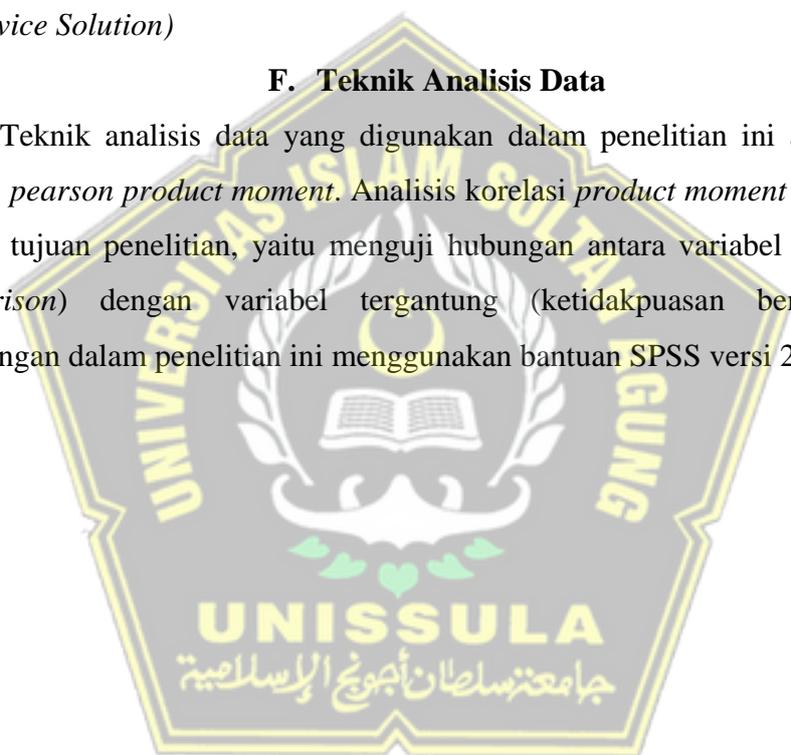
Azwar (2012) menyatakan bahwa uji daya beda aitem yakni sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur. Aitem yang korelasinya memperoleh nilai minimal 0,30 dianggap baik atau memuaskan, sedangkan aitem yang memperoleh nilai kurang dari 0,30 dinilai sebagai aitem yang mempunyai daya beda rendah. Uji daya beda aitem pada penelitian ini menggunakan perhitungan korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS versi 26

3. Reliabilitas Alat Ukur

Sugiyono (2015) menyatakan bahwa reliabilitas merupakan seberapa jauh alat ukur dipercaya apabila dilakukan penelitian atau pengukuran yang berulang-ulang dan menghasilkan kesamaan data dalam waktu yang berbeda. koefisien reliabilitas berada pada rentang angka 0 sampai dengan 1,00, dimana jika koefisien reliabilitas semakin tinggi akan mendekati angka 1,00 maka pengukuran semakin reliabel. Penelitian ini menggunakan uji daya beda teknik *alpha cronbach* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*)

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis *pearson product moment*. Analisis korelasi *product moment* karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu menguji hubungan antara variabel bebas (*social comparison*) dengan variabel tergantung (ketidakpuasan bentuk tubuh). Perhitungan dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS versi 26



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan dan pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Orientasi kancan penelitian merupakan salah satu langkah yang harus dilaksanakan dan diperhatikan sebelum melakukan penelitian supaya penelitian yang dilakukan dapat berjalan dengan lancar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi di Universitas Semarang

Universitas Semarang adalah Universitas swasta yang terletak di Kota Semarang, Jawa Tengah. Didirikan pada tanggal 23 Juni 1987 yang memiliki beberapa Fakultas diantaranya Fakultas Hukum, Fakultas Manajemen, Fakultas Psikologi, Fakultas Teknik, Fakultas Teknologi Pertanian, Fakultas Teknologi Informasi dan Komunikasi dan Pascasarjana. Fakultas Ekonomi di Universitas Semarang memiliki beberapa prodi diantaranya S1 Manajemen, S1 Akuntansi, dan D3 Manajemen perusahaan Fakultas Ekonomi didirikan dengan tujuan untuk menciptakan lulusan yang profesional dibidang ilmu pengetahuan dan ekonomi.

Universitas Semarang didirikan dengan tujuan untuk menghasilkan berkemampuan akademik, vokasi, dan profesi yang berkualitas dalam berbagai bidang ilmu, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan yang Maha Esa, bermoral Pancasila, berwawasan kebangsaan, berbudi luhur, dan mampu dalam bersaing dalam skala nasional maupun global dengan misi dengan melaksanakan Pendidikan akademik, vokasi, dan profesi

Ada beberapa pertimbangan dalam memilih Fakultas Ekonomi di Universitas Semarang dalam penelitian ini diantaranya :

- a. Peneliti yakni mengambil populasi mahasiswi Fakultas Ekonomi dikarenakan terkait topik variabel yang diteliti sesuai dengan situasi subjek yakni rasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya.

- b. Karakteristik dan jumlah sampel yang memenuhi syarat dalam penelitian ini
- c. Peneliti mendapatkan izin dari pihak Fakultas Ekonomi untuk melaksanakan penelitian

2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Persiapan penelitian harus dipersiapkan dengan baik dan sesuai dengan prosedur perijinan instansi tempat penelitian agar tidak terjadi kesalahan dalam penelitian. Peneliti mempersiapkan berbagai hal untuk penelitian seperti perijinan penelitian, penyusunan alat ukur, uji coba alat ukur berupa skala untuk mendapatkan daya beda aitem dan reliabilitas skala yang digunakan dalam penelitian ini

a. Persiapan Penelitian

Penelitian dikatakan baik jika sesuai dengan prosedur dan persyaratan penelitian. Salah satu caranya adalah dengan mendapatkan izin penelitian dengan membuat surat izin permohonan penelitian dari Fakultas Psikologi kepada Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Semarang. Dilanjutkan dengan penyerahan surat dari Fakultas Psikologi dengan nomor 759/C.1/Psi-SA/VII/2023 kepada pihak yang bersangkutan pada tanggal 25 Juli 2023 dan surat tersebut diserahkan kepada petugas bagian Tata Usaha untuk dikirimkan kepada Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Semarang

b. Penyusunan Alat Ukur

Penyusunan alat ukur merupakan langkah utama sebelum melakukan penelitian alat ukur ini digunakan sebagai upaya peneliti untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan alat ukur skala psikologi. Skala psikologi adalah alat ukur yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang dibuat dengan tujuan untuk mengetahui atribut-atribut psikologi. Penyusunan alat ukur yang dilakukan oleh peneliti didasarkan pada aspek-aspek yang ditetapkan untuk setiap variabel berbasis teori. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala ketidakpuasan bentuk tubuh dan *social comparison*. Skala psikologi dalam penelitian ini

menggunakan empat jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), Sangat tidak sesuai (STS)

1) Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Skala ketidakpuasan bentuk tubuh disusun berdasarkan aspek-aspek dari Rosen & Reiter (1995) meliputi aspek penilaian negatif terhadap tubuh, perasaan malu terhadap bentuk tubuh, *body checking*, kamuflase tubuh, dan menghindari aktivitas sosial, Skala ketidakpuasan bentuk tubuh menggunakan skala dari Annisa Rahmadiyahanti (2019) dengan reliabilitas 0,926. Skala ketidakpuasan bentuk tubuh berjumlah 33 aitem yang terbagi menjadi 25 aitem *favorable* dan 8 aitem *unfavorable*. *Blue print* sebaran nomor aitem skala dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini:

Tabel 3. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala Ketidakpuasan Bentuk tubuh

No	Aspek	Jumlah Aitem		Total Aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penilaian negatif Terhadap tubuh	1,11,13,15,17,19,21,23,25,27	6,29,32,23	14
2	Perasaan malu terhadap bentuk tubuh	2,12,14,16,18,20	7,30	8
3	<i>Body checking</i>	3,22,24	-	3
4	Kamuflase tubuh	4,26	8	3
5	Menghindari aktivitas sosial	5,10,28,31	9	5
TOTAL		25	8	33

2) Skala *Social Comparison*

Skala *Social Comparison* disusun berdasarkan aspek-aspek dari Schaefer dan Thompson (2014) yang meliputi penampilan fisik, bentuk tubuh, berat tubuh, lemak tubuh, dan ukuran tubuh, Skala *social comparison* merupakan modifikasi dari skala yang telah diterjemahkan oleh Annisa Rahmadiyahanti (2019) dengan reliabilitas 0,978. Skala *social*

comparison terdiri dari 27 aitem yang terdiri dari 17 aitem *favorable* dan 10 aitem *unfavorable*. *Blue print* sebaran nomor aitem skala dapat dilihat pada tabel 4 dibawah ini:

Tabel 4 Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala *Social Comparison*

NO	Aspek	Jumlah Aitem		Total Aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	penampilan fisik	1,12,14	6,22	5
2	Berat tubuh	2,11,13,15	7,24	6
3	Bentuk tubuh	3,16,17	8,20,26	6
4	Ukuran tubuh	4,18	9,27	4
5	Lemak tubuh	5,19,21,23,26	10	6
TOTAL		17	10	27

c. Pelaksanaan Uji Coba

Uji coba alat ukur dilakukan pada mahasiswi Fakultas Ekonomi angkatan 2021 di Universitas Semarang sebanyak 104 responden. Uji coba alat ukur dilaksanakan peneliti pada tanggal 3 Agustus 2023. Uji coba penelitian ini dilaksanakan peneliti menggunakan *Google Form* yang disebarakan melalui *group whatsapp* Fakultas Ekonomi Universitas Semarang dengan link <https://forms.gle/XJ9TmGg9XV7XiyWz6>

Skala uji coba selanjutnya diberi skor, kemudian dilakukan pengolahan data untuk mengetahui aitem yang memiliki daya beda tinggi dan rendah. Pengolahan data tersebut dengan melakukan analisis data untuk mengetahui estimasi reliabilitas dan indeks daya beda aitem. Masing- masing skala menggunakan bantuan program SPSS versi 26.

Tabel 5 Demografi Uji Coba

Fakultas	Jenis kelamin	Angkatan	Usia	Jumlah
Ekonomi prodi manajemen	Perempuan	2021	19 tahun	11
			20 tahun	63
			21 tahun	14
			22 tahun	8
			23 tahun	7
			24 tahun	1
Jumlah				104

1) Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

Data yang telah terkumpul dan sudah dilakukan penyekoran kemudian dilakukan uji daya aitem dan reliabilitas. Untuk menentukan standar dalam kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total $\geq 0,30$. Apabila skor aitem $\geq 0,30$ maka dikategorikan aitem tersebut memiliki daya beda aitem yang tinggi. Sebaliknya, jika skor $\leq 0,30$ maka aitem tersebut dikategorikan memiliki daya beda aitem yang rendah (Azwar, 2012). Pada penelitian ini menggunakan *product moment pearson* dalam perhitungan koefisien korelasi terhadap skor aitem dengan skor total dengan bantuan program SPSS versi 26. Setelah melakukan uji daya beda aitem beserta reliabilitas masing-masing alat ukur diperoleh:

a) Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Berdasarkan pada perhitungan uji daya beda aitem skala ketidakpuasan bentuk tubuh dengan jumlah 33 aitem, didapatkan 23 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 10 aitem dengan daya rendah. Koefisien korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah $r_{xy} \geq 0,30$. Skor pada 23 aitem dengan daya beda tinggi memiliki rentang nilai antara 0,377 sampai 0,750 sedangkan pada 10 aitem dengan daya beda rendah memiliki rentang nilai antara 0,130 sampai 0,294. Hasil estimasi reliabilitas pada skala ketidakpuasan bentuk tubuh ini diperoleh melalui koefisien *Alpha Cronbach* yang menunjukkan hasil 0,915 berikut hasil sebaran daya beda aitem skala ketidakpuasan bentuk tubuh pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

No	Aspek	Jumlah Aitem		Total Aitem	Jumlah	
		<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>		DBT	DBR
1	Penilaian negatif terhadap tubuh	*1,11,13,15, *17,19,21, 23,25,27	*6,*29, *32,33	14	9	5
2	Perasaan malu terhadap tubuh	2,12,14,16, 18,20	7,30	8	8	-
3	Body checking	*3,*22,24	-	3	1	2
4	Kamufilase tubuh	*4,26	*8	3	1	2
5	Menghindari aktivitas sosial	5,10,28,31	*9	5	4	1
TOTAL		25	8	33	23	10

Keterangan : *daya beda rendah

DBT : Daya Beda Tinggi

DBR : Daya Beda Rendah/gugur

b) Skala *Social Comparison*

Berdasarkan pada perhitungan uji daya beda aitem pada skala *social comparison* dengan jumlah 27 aitem didapatkan 24 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 3 aitem dengan daya rendah. Skor pada 24 aitem dengan daya beda tinggi yang memiliki rentang nilai antara 0,375 sampai 0,950 sedangkan pada 3 aitem dengan daya beda rendah memiliki rentang nilai antara -0,045 sampai 0,264. Hasil estimasi reliabilitas pada skala *social comparison* ini diperoleh melalui koefisien *Alpha Cronbach* yang menunjukkan hasil 0,979 berikut hasil sebaran daya beda aitem skala ketidakpuasan bentuk tubuh pada tabel di bawah ini:

Tabel 7. Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala *Social Comparison*

No	Aspek	Jumlah Aitem		Total Aitem	Jumlah	
		<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>		DBT	DBR
1	penampilan fisik	*1,12,14	6,22	5	4	1
2	Berat tubuh	*2,11,13,15	7,24	6	5	1
3	Bentuk tubuh	*3,16,17	8,20,26	6	5	1
4	Ukuran tubuh	4,18	9,27	4	4	0
5	Lemak tubuh	5,19,21,23	10	6	6	0
		25				
TOTAL		17	10	27	24	3

Keterangan : *daya beda rendah

DBT : Daya Beda Tinggi

DBR : Daya Beda Rendah/gugur

B. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 8 Agustus 2023. Sampel pada penelitian ini mahasiswi Fakultas Ekonomi Prodi Manajemen Angkatan 2022 Universitas Semarang. Sebelumnya peneliti mendatangi Kantor Tata Usaha Fakultas Ekonomi untuk meminta izin dan sekaligus meminta data jumlah mahasiswi Prodi Manajemen Angkatan 2022. Peneliti menyebarkan skala secara online atau *google form* dengan menyebarkan dalam bentuk link

<https://forms.gle/4qgdfzen4DiypA4t6>. Link tersebut dikirimkan secara individual maupun group *whatsapp*. Penelitian ini menganalisis 152 responden dengan menggunakan SPSS versi 26

Tabel 8 Demografi Subjek penelitian

Fakultas	Jenis kelamin	Angkatan	Usia	Jumlah
Ekonomi prodi Manajemen	Perempuan	2022	18 tahun	19
			19 tahun	70
			20 tahun	30
			21 tahun	15
			22 tahun	12
			23 tahun	5
			24 tahun	1
Jumlah				152

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari penelitian berdistribusi normal atau tidak normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Z*. Data dikatakan terdistribusi normal jika signifikansi $>0,05$ sebaliknya apabila angka $<0,05$ maka data tersebut dianggap tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikan $0,200 >0,05$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa data residual dalam penelitian berdistribusi normal.

Tabel 9. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std Deviasi	K-SZ	Sig	P	Ket
<i>Social Comparison</i>	53,12	8,775	0,065	0,200	$>0,05$	Normal
Ketidakpuasan Bentuk tubuh	51,45	10,418	0,058	0,200	$>0,05$	Normal

2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan yang linear antara variabel satu dengan variabel yang lain. Hasil uji linearitas antara variabel *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh menunjukkan hasil F_{linear} sebesar 376.100 dengan taraf signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Semarang. Uji hipotesis ini menggunakan teknik *product moment* dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil dari uji hipotesis penelitian ini diperoleh skor koefisien korelasi sebesar 0,820 dengan taraf signifikan 0,000 ($p < 0,01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *social*

comparison dengan ketidakpuasan bentuk tubuh, hal ini menjelaskan bahwa semakin tinggi *social comparison* maka semakin tinggi pula ketidakpuasan bentuk tubuh begitupun sebaliknya semakin rendah *social comparison* maka semakin rendah pula ketidakpuasan bentuk tubuh. Sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil sumbangan efektif *social comparison* terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh sebesar 67,3% sedangkan sisanya 32,7% dipengaruhi oleh faktor lain

D. Analisis Deskripsi Variabel Penelitian

Analisis deskripsi bertujuan untuk memberikan suatu gambaran yang penting mengenai kondisi deskriptif skor dalam suatu kelompok subjek yang ada pada pengukuran dan berguna sebagai informasi mengenai kondisi subjek dalam variabel-variabel yang telah diteliti. Secara normatif bentuk kategorisasi subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah didasarkan pada asumsi bahwa skor subjek dalam populasinya berdistribusi normal. Distribusi normal kelompok dalam penelitian ini terbagi atas lima kategorisasi yaitu:

Tabel 10. Norma Kategorisasi Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1,5 \sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5 \sigma$	Sangat Rendah

Keterangan : μ = Mean Hipotetik, σ = Standar Deviasi Hipotetik

1. Deskripsi Data Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Skala ketidakpuasan bentuk tubuh terdiri dari 23 aitem dan setiap aitem diberi skor antara 1 sampai 4. Perolehan skor minimum yang mungkin didapat subjek adalah 23 berasal dari (23 x 1) dan skor maksimum yang mungkin didapat subjek adalah 92 berasal dari (23 x 4). Rentang skor yang diperoleh pada skala ketidakpuasan bentuk tubuh adalah 69 berasal dari (92 – 23) dengan *mean hipotetik* sebesar 57,5 berasal dari [(92 + 23) / 2] dan standar deviasi hipotetik sebesar 11,5 berasal dari [(92 - 23) / 6].

Deskripsi skor skala ketidakpuasan secara empirik didapatkan skor minimum empirik sebesar 24, skor maksimum empirik sebesar 75, mean empirik 51,45 dan standar deviasi empirik sebesar 10,418. Berikut deskripsi skor data ketidakpuasan bentuk tubuh:

Tabel 11. Deskripsi Skor Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

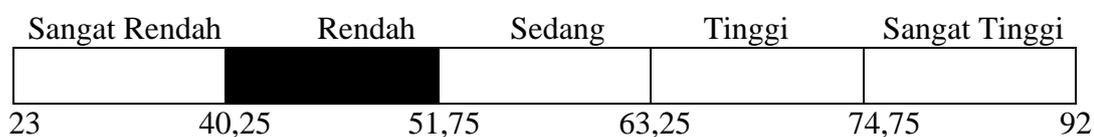
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	24	23
Skor Maksimal	75	92
Mean (M)	51,45	57,5
Standar Deviasi (SD)	10,418	11,5

Tabel 12. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$74,75 < X$	Sangat Tinggi	2	1,3%
$63,25 < X \leq 74,75$	Tinggi	18	11,8%
$51,75 < X \leq 63,25$	Sedang	52	34,2%
$40,25 < X \leq 51,75$	Rendah	55	36,2%
$X \leq 40,25$	Sangat Rendah	25	16,4%

Berdasarkan tabel 9 diatas, dapat disimpulkan bahwa subjek yang memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh dengan kategori sangat tinggi sebesar 2 orang, kategori tinggi sebesar 18 orang, kategori sedang sebanyak 52 orang, kategori rendah 55 orang dan kategori sangat rendah sebanyak 25 orang

Gambar 1. Norma Kategori Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh



2. Deskripsi Data *Social Comparison*

Skala *social comparison* terdiri dari 24 aitem setiap aitem diberi rentang skor 1 sampai 4. Perolehan skor minimum yang mungkin didapatkan subjek adalah 24 berasal (24×1) dan skor maksimum yang mungkin yang mungkin didapat subjek adalah 96 berasal dari (24×4). Rentang skor yang diperoleh pada skala *social comparison* adalah 72 berasal dari ($96 - 24$)

dengan *mean hipotetik* sebesar 60 berasal dari $[(96 + 24)/2]$ dan standar deviasi hipotetik sebesar 12 berasal dari $[(96 - 24)/ 6]$.

Deskripsi skor skala *social comparison* secara empirik didapatkan skor minimum empirik sebesar 33, skor maksimum empirik sebesar 78, mean empirik sebesar 53,12 dan standar deviasi empirik sebesar 8,775 berikut deskripsi skor *Social Comparison*:

Tabel 13. Deskripsi Skor Social Comparison

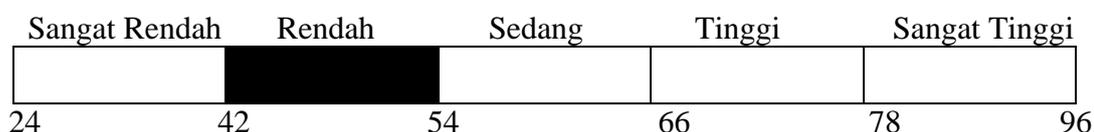
	Empirik	Hipotetik
Minimal	33	24
Maksimal	78	96
Mean (M)	53,12	60
Standar Deviasi	8,775	12

Tabel 14. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Social Comparison

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Persentase
$78 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
$66 < X \leq 78$	Tinggi	11	7,2%
$54 < X \leq 66$	Sedang	49	32,2%
$42 < X \leq 54$	Rendah	74	48,7%
$X \leq 42$	Sangat Rendah	18	11,8%

Berdasarkan tabel 1 diatas, dapat disimpulkan bahwa subjek yang memiliki *Social comparison* dengan kategori sangat tinggi sebesar 0 atau tidak ada, kategori tinggi sebesar 11 orang, kategori sedang sebanyak 49 orang, kategori rendah 74 orang dan kategori sangat rendah sebanyak 18 orang

Gambar 2. Norma Kategori Skala Social Comparison



E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang. Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan,

peneliti memiliki hipotesis yaitu adanya hubungan antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang yang berarti semakin rendah *social comparison* maka semakin rendah pula ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang. Hasil uji hipotesis diperoleh skor koefisien korelasi sebesar 0,820 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$) hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil sumbangan efektif *social comparison* terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh sebesar 67,3% sedangkan sisanya 32,7% dipengaruhi oleh faktor lain

Hasil deskripsi pada variabel ketidakpuasan bentuk tubuh bahwa mean empirik lebih kecil dari pada hipotetik yaitu skor 51,45 begitupun juga untuk variabel *social comparison* menunjukkan mean empirik lebih kecil dari pada hipotetik dengan skor 53,12. Penelitian ini menghasilkan bahwa skor kategorisasi ketidakpuasan bentuk tubuh berada pada taraf rendah dengan nilai sebesar 36,2% dari total 152 responden. Tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang berada pada taraf rendah ini menjelaskan bahwa mahasiswi Fakultas Ekonomi memiliki ketidakpuasan bentuk tubuh yang rendah. Skor *social comparison* berada di taraf rendah dengan nilai sebesar 48,7% dari jumlah responden sebanyak 152. Berdasarkan hasil penelitian menemukan bahwa subjek memiliki *social comparison* yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek rendah dalam membandingkan atribut fisik yang dimiliki dengan atribut fisik yang dimiliki oleh orang lain. Perhitungan ketidakpuasan bentuk tubuh subjek berada di kategori rendah artinya bahwa subjek menerima bentuk tubuhnya dan merasa bahwa tubuh yang dimiliki subjek sesuai dengan standar ideal yang ada.

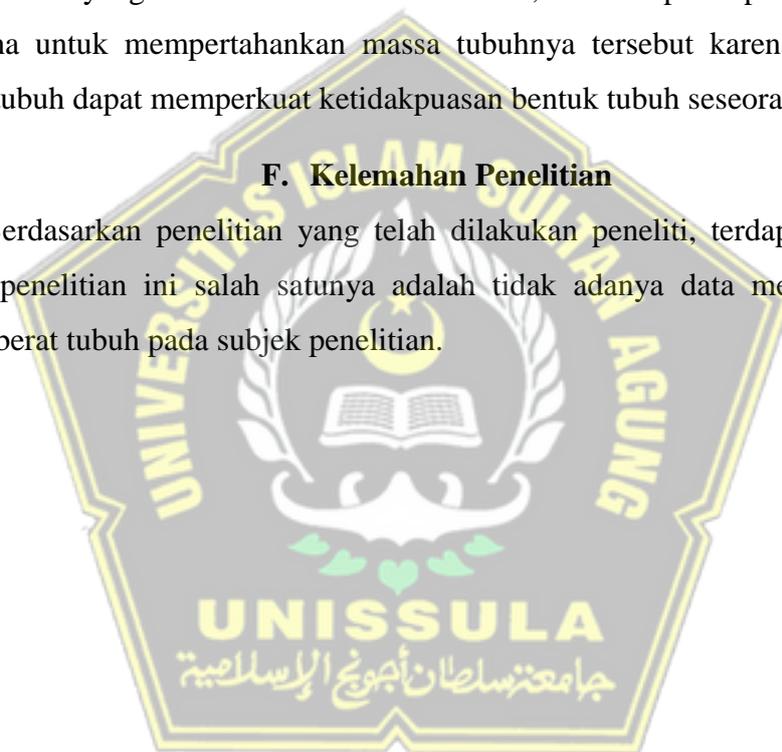
Hasil tersebut membuktikan bahwa *social comparison* merupakan salah satu faktor yang cukup mempengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh pada perempuan. Temuan ini selaras dengan penelitian Fisher, Dunn & Thompson (2002) yang mengungkapkan bahwa meningkatkan *social comparison* berkaitan

dengan tingginya ketidakpuasan bentuk tubuh, khususnya pada perempuan. Hal ini terjadi karena perempuan sering dinilai berdasarkan bagaimana penampilannya, sehingga memicu keinginan perempuan untuk dapat menampilkan penampilan mereka sebaik mungkin.

Menurut Kaneshima dan Nobuyoshi (Hay, 2011), ketika perempuan merasa tubuh yang dimiliki telah sesuai dengan standar ideal yang ada cenderung tidak akan melakukan perbandingan terhadap atribut fisik yang dimiliki dengan atribut fisik yang dimiliki oleh individu lain, namun perempuan akan lebih berusaha untuk mempertahankan massa tubuhnya tersebut karena peningkatan massa tubuh dapat memperkuat ketidakpuasan bentuk tubuh seseorang.

F. Kelemahan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti, terdapat kelemahan dalam penelitian ini salah satunya adalah tidak adanya data mengenai tinggi tubuh, berat tubuh pada subjek penelitian.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan positif antara *social comparison* dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Semarang. Hal ini mengindikasikan bahwa *social comparison* yang tinggi akan menghasilkan ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi, sedangkan *social comparison* yang rendah akan menghasilkan ketidakpuasan bentuk tubuh yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswi

Diharapkan untuk mempertahankan *social comparison* yang tidak membandingkan dirinya dengan orang lain dengan cara menerima kekurangan dan kelebihan yang dimiliki.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan variabel bebas lainnya yang dihubungkan dengan ketidakpuasan bentuk tubuh agar memberikan kontribusi lebih besar seperti *self compassion*, harga diri dan kepercayaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, F. (2014). Faktor-faktor Pendorong Perilaku Diet tidak sehat pada Wanita Dewasa Awal Studi Kasus pada Mahasiswi Universitas Mulawarman. *Jurnal Psikoborneo, Vol. II*, No. 23-27.
- Azwar, D. S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar .
- Candra, I. A., & Novianty, A. (2022). Hubungan antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dengan Objektifikasi Diri pada Remaja Pengguna Instagram. *Jurnal Sains Psikologi, Vol. XI*, No. 34-49.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*.
- Dephinto, Y. (2017). Hubungan Body Image dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri Tahun 2016 Kelas X dan XI SMKN Padang. *XI*.
- Dewi, A. E., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2020). Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Penelitian Psikologi, I*, 173-180.
- Fisher, E., Dunn, M., & Thompson, J. (2002). Social Comparison and Body Image: AN Investigation Of Body Comparison Processes Using Multidimensional Scaling. *Journal of Social and Clinical Psychology, XXI*, 566-579.
- Hall, C. S., & Lindzey, G. (n.d.). *Psikologi Kepribadian I Teori-teori Psikodinamika* . Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Hardani. S.Pd., M.Si, & Auliya, N. H. (2020). *Metode Peneltian Kualitatif & Kuantitatif* . Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Hay, P. (2011). *New Insight into the Prevention and Treatmentof Bulimia Nervosa* .
- Husni, H. K., & Indrijati, H. (2014). Pengaruh Komparisi Sosial pada Model di Televisi terhadap Body Image Remaja Putri yang Obesitas. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, III*.
- Jones, D. C. (2001). Social Comparison and Body Image: Attractiveness Comparisons to Models and Peers Among Adolescent Girls and Boy . *Sex Roles* , 646-661.

- Juanita , B., Hardjajani, T., & Karyanta, N. A. (2016). Hubungan antara Locus of Control Internal dan Dukungan Sosial dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Wanita Dewasa Awal Anggota pusat Kebugaran RPM Body Fitnes Surakarta .
- Kartikasari , N. Y. (2013). Body Dissatisfaction terhadap Psychological Well Being pada Karyawati. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, I*.
- Khoriyah, A. L., & Rosdiana, A. M. (2019). Hubungan Ketdakpuasan Tubuh dengan Penerimaan Diri pada Perempuan usia Dewasa Awal (18-25 Tahun) di Kota Malang. *Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender, Vol. XIV*.
- Lestari, S., Matulesy , A., & Pratitis , N. (2022). Ketidakpuasan Tubuh Mahasiswi: Bagaimana Peran Harga Diri? *Jurnal Penelitian Psikologi, III*, 218-226.
- M, H. (2009). *Predictors of Body Dissatisfaction among adolescent Females. Paper Based a Program Presented at the American Counseling Association Annual Conference and Exposition* . Charlotte: North Carolina.
- Maimunah , S., & Satwika , Y. W. (2021). Hubungan Media Sosial Body Dissatisfaction pada Mahasiswa Perempuan di Kota Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi, VIII*.
- Maurilla, T., & Sukmayanti Suarya , L. K. (2020). Peran Intensitas Komunikasi di Instagram dan Perbandingan Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Perempuan Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi Udayana*.
- Najla, A. D., & Zulfiana, U. (2022). Pengaruh social comparison terhadap body dissatisfaction pada laki-laki dewasa awal. *X*.
- Nindia Pratitis, S. A. (2022). Ketidakpuasan Tubuh Mahasiswa: Bagaimana Peranan Harga Diri? *Jurnal Penelitian Psikologi, III*, 218-226.
- Prima , E., & Sari, E. P. (2013). Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Kecenderungan Perilaku Diet pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Integratif, I*, 17-30.
- Puspitasari, A. I., & Ambarini , T. K. (2017). Hubungan Social Comparison dengan Body Dissatisfaction pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, VI*, 56-66.
- Putri, D. A., & Indryawati, R. (2019). Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Mahasiswi. *Jurnal Psikologi, Vol. XII*, No. 1.

- Rahmadiyah, A. (2019). Hubungan antara Social Comparison dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Remaja Perempuan SMAN 5 Pekanbaru . *Skripsi*.
- Rosen , J. C., & Reiter, J. (1995). Cognitive-Behavioral Body Image Therapy for Body Dysmorphic Disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, 263-269.
- S. Y. (2021). Hubungan Media Sosial dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa Perempuan di Kota Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, VIII.
- Santrock, J. W. (2011). Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup). *Jakarta Erlangga*.
- Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2014). The Development and Validation of the Pshysical Appearance Comparison Scale-Revised . 209-217.
- Setyaningsih, R., & Sakti, P. (2021). Pengaruh Social Comparison terhadap Body Image pada Wanita di Harmony Fitnes Center Sumbawa Besar. *Jurnal Psimawa*, Vol. IV, 26-33.
- Sugiyono, P. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sunartio, L., Sukanto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Social Comparison dan Body Dissatisfaction pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Humanitas*, IX.
- Suseno, A. O., & Dewi, K. S. (2014). Hubungan antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dengan Intensi melakukan Perawatan Tubuh pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Empati(III)*, 20-31.
- Syarifah, N. (2022). Hubungan antara Citra Tubuh dan Perbandingan Sosial dengan Harga Diri pada Mahasiswi Unissula Penonton Trend Glow Up Challenge di Tiktok. *Skripsi*.
- Usihana, F. (2016, Agustus). 89 Persen Wanita Tidak Puas dengan Bentuk Tubuh Sendiri. Retrieved from Kompas.Com : <https://lifestyle.kompas.com/read/2016/08/17/193500920/89.Persen.Wanita.Tidak.Puas.dengan.Bentuk.Tubuh.Sendiri>
- Wika Permatasari, I. A., & Suarya, L. S. (2018). Hubungan antara Social Comparison dan Harga Diri terhadap Citra Tubuh pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, V, 265-277.

Wulandari, D., & Budiani, M. S. (2020). Hubungan antara Social Comparison dengan Materialisme pada Pelajar SMK X di Kota Kediri. *Jurnal Penelitian Psikologi*, VII, No. 04.

