

**SOCIAL COMPARISON: KETIKA MEDIA SOSIAL MENJADI CERMIN
CITRA TUBUH PADA REMAJA PEREMPUAN
DI KABUPATEN KARAWANG**

NON SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi UBP Karawang



Diajukan oleh:

Nama : Sheli Anggraeni

NIM : 21416273201076

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG**

2025

LEMBAR PERSETUJUAN



Nama : Sheli Anggraeni
NIM : 21416273201076
Fakultas : Psikologi
Judul Tugas Akhir :

*SOCIAL COMPARISON: KETIKA MEDIA SOSIAL MENJADI CERMIN CITRA
TUBUH PADA REMAJA PEREMPUAN DI KABUPATEN KARAWANG*

Tanda Persetujuan Tugas Akhir

Pembimbing I,

Lania Muharsih, M. Psi. Psikolog.
NIDN. 0411038703

Pembimbing II,

Ananda Saadatul Maulidia, M. Psi.
NIDN. 0412089601

Karawang, 15 April 2025
Koordinator Program Studi Psikologi

Linda Mora, M.Psi., Psikolog.
NIDN. 0405038105

LEMBAR PENGESAHAN



Nama : Sheli Anggraeni
NIM : 21416273201076
Fakultas : Psikologi
Judul Tugas Akhir :

SOCIAL COMPARISON: KETIKA MEDIA SOSIAL MENJADI CERMIN
CITRA TUBUH PADA REMAJA PEREMPUAN DI KABUPATEN
KARAWANG

Dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Tugas Akhir
Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
Pada tanggal: 22 April 2025

Dewan Penguji,

1. Penguji I: Wina Lova Riza, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0410038603

Tanda Tangan

Mengetahui:

Dekan Fakultas Psikologi,

Dr. Cempaka Putrie Dimala, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0413128602

LEMBAR PERNYATAAN
TIDAK MENCONTEK ATAU MELAKUKAN TINDAKAN PLAGIAT

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Sheli Anggraeni

NIM : 21416273201076

Program Studi : Psikologi

dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir dengan judul:

SOCIAL COMPARISON: KETIKA MEDIA SOSIAL MENJADI CERMIN
CITRA TUBUH PADA REMAJA PEREMPUAN DI KABUPATEN
KARAWANG

adalah hasil karya saya dan seluruh ide, pendapat atau materi dari sumber lain telah dikutip dengan cara penulisan referensi yang sesuai.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan jika pernyataan ini tidak sesuai dengan kenyataan, maka saya bersedia menanggung sanksi yang akan dikenakan kepada saya.

Karawang, 15 April 2025



Sheli Anggraeni

21416273201076

ABSTRAK

SOCIAL COMPARISON: KETIKA MEDIA SOSIAL MENJADI CERMIN CITRA TUBUH PADA REMAJA PEREMPUAN DI KABUPATEN KARAWANG

¹Fakultas Psikologi UBP Karawang
Ps21.shelianggraeni@mhs.ubpkarawang.ac.id

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *social comparison* terhadap citra tubuh pada remaja putri di Kabupaten Karawang yang aktif menggunakan media sosial. Sampel penelitian ini sebanyak 204 remaja putri usia 12 hingga 22 tahun yang aktif menggunakan Instagram dan TikTok, sampel tersebut dipilih menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik *convenience sampling*. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian kausal. Data dikumpulkan menggunakan dua alat ukur psikologi, yaitu skala citra tubuh yang diadaptasi dari Khairani et al. (2019) dengan 13 item dan *Physical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R) yang diadopsi dari Rachmat et al. (2024) dengan 11 item. Analisis data dilakukan dengan menggunakan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel *social comparison* dengan citra tubuh, dengan nilai signifikansi $p = 0,017$ ($p < 0,05$). Ini berarti bahwa semakin tinggi kecenderungan seseorang untuk membuat *social comparison*, semakin negatif gambaran tubuhnya. Nilai koefisien (R^2) sebesar 2,8% menunjukkan bahwa *social comparison* memiliki sedikit pengaruh pada gambaran tubuhnya, sedangkan sisanya 97,2% dipengaruhi oleh komponen lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata kunci: Citra Tubuh, *Social Comparison*, Remaja Perempuan, Media Sosial

ABSTRACT**SOCIAL COMPARISON: WHEN SOCIAL MEDIA BECOMES A MIRROR
BODY IMAGE IN ADOLESCENT GIRLS
IN KARAWANG DISTRICT**

¹Faculty of psychology Buana Perjuangan Karawang University
Ps21.shelianggraeni@mhs.ubpkarawang.ac.id

This study aims to see the effect of social comparison on body image in adolescent girls in Karawang Regency who actively use social media. The sample of this study was 204 young women aged 12 to 22 years who actively use Instagram and TikTok, the sample was selected using non-probability sampling method with convenience sampling technique. The approach used was quantitative with a causal research design. Data were collected using two psychological measurement tools, namely the body image scale modified from Khairani et al. (2019) with 13 items and the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R) adopted from Rachmat et al. (2024) with 11 items. Data analysis was performed using simple linear regression. The results showed that there was a significant influence of social comparison variables with body image, with a significance value of $p = 0.017$ ($p < 0.05$). This means that the higher a person's tendency to make social comparison, the more negative his or her body image. The coefficient (R^2) value of 2.8% indicates that social comparison has little influence on body image, while the remaining 97.2% is influenced by other components not examined in this study.

Keywords: Body Image, Social Comparison, Adolescent Girls, Social Media,

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT. Karena berkat rahmat dan anugerah-Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “*Social Comparison: Ketika Media Sosial Menjadi Cermin Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan di Kabupaten Karawang*”. Tujuan penulisan tugas akhir ini adalah sebagai salah satu persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada program studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini tidak akan mungkin terselesaikan dengan tepat waktu tanpa adanya bimbingan, bantuan, saran, motivasi dan dukungan dari berbagai pihak dalam proses penyusunan tugas akhir ini. Oleh karena itu bersama ini, penulis menghaturkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan tugas akhir ini, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. H. Dedi Mulyadi, SE., MM. Selaku Rektor UBP Karawang.
2. Dr. Cempaka Putrie Dimala, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.
3. Dr. Linda Mora Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang. Sekaligus selaku Dosen Wali, yang telah membimbing dan mengarahkan penulis, memberikan penulis banyak kesempatan untuk mendapatkan banyak ilmu, selalu memberikan kritik serta saran yang membangun selama penulis menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Perjuangan Karawang.
4. Dr. Lania Muharsih, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I, yang selalu meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, memotivasi penulis,

memberikan semangat, memberikan evaluasi, memberikan saran serta masukan dan selalu meyakinkan penulis untuk tetap semangat mengerjakan dan optimis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik dan tepat waktu.

5. Ibu Ananda Saadatul Maulidia, M.Psi selaku Dosen Pembimbing II yang selalu bersemangat membuka bimbingan dan meluangkan waktunya untuk membimbing penulis, memberikan saran serta masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan tepat waktu.
6. Bapak/Ibu Dosen Psikologi yang senantiasa telah sabar dan memberikan banyak ilmu pengetahuan, sehingga penulis menjadi kaya akan ilmu khususnya dalam bidang ilmu psikologi.
7. Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu dalam mengurus segala administrasi perkuliahan dan keperluan penelitian.
8. Terimakasih yang tak terhingga penulis persembahkan kepada Ayah dan Ibu tercinta yang paling istimewa dalam hidup penulis, yang selalu memberikan dukungan, kasih sayang, do'a, masukan dan saran yang tak pernah terbatas, serta dukungan materiil sepanjang perjalanan hidup penulis. Terima kasih telah memberikan pendidikan yang terbaik. Tanpa cinta, pengorbanan, dan motivasi mereka, penulis tidak akan bisa menyelesaikan tugas akhir ini. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi bagi penulis untuk terus berusaha dan mencapai tujuan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan keberkahan, kesehatan, dan kebahagiaan kepada ibu dan ayah.
9. Untuk Kakak, terima kasih penulis ucapkan setulus-tulusnya karena senantiasa menjadi orang tua kedua selama diperantauan, memberikan kasih sayang, do'a dan dukungan secara moril dan materiil.

10. Untuk adik dan ponakan tersayang yang selalu menjadi penyemangat dan kelucuan disaat rasa lelah menghampiri sehingga penulis semangat Kembali dalam menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
11. Untuk seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, pemilik nama Reza Ananda Putra, terimakasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan penulis dalam menyusun tugas akhir ini. Berkontribusi baik tenaga, waktu, menemani, mendukung, serta menghibur penulis dalam kesedihan, mendengarkan keluh kesah dan meyakinkan penulis untuk tetap yakin dan optimis dengan proses yang dijalani hingga penyusunan tugas akhir ini terselesaikan.
12. Untuk partisipan atau responden yang telah sepenuhnya berpartisipasi dalam pelaksanaan tugas akhir ini, terimakasih telah dengan suka rela menyempatkan waktu untuk membantu penulis dalam mengisi data penelitian.
13. Keluarga besar penulis “Banten *Family*”, yang selalu menjadi garda terdepan dalam mengisi moment-moment penulis. Terima kasih penulis ucapkan dengan sebesar-besarnya untuk setiap saran, masukan dan dukungan sehingga penulis bisa menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
14. Teman-teman seperjuangan Dinda Rahma Shepia, Opah, Cahyarani dan Novia Rahmani Safitri yang senantiasa saling menyemangati, bertukar pikiran, mengingatkan dan membantu dalam proses penyusunan tugas akhir ini.
15. Teman-teman Angkatan 2021, khususnya kelas Psikologi D. Terima kasih atas suka duka selama menjalani perkuliahan, terima kasih atas dukungan dan kerjasamanya selama menempuh pendidikan serta penyelesaian tugas akhir ini, semoga kita sukses selalu.

16. Seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu, mendo'akan dan memberikan dukungan kepada penulis. Terima kasih untuk semuanya.
17. *The Last*, teruntuk diri penulis sendiri, Sheli Anggraeni. Apresiasi yang sebesar-besarnya karena telah mampu bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. *"It does not matter how slowly you go as long as you do not stop."* Meski sering merasa lelah dan ragu, kamu tetap berusaha, dan itu sudah lebih dari cukup. Terima kasih karena tidak menyerah, meskipun proses ini penuh tantangan. *You made it.* Ini adalah pencapaian yang pantas dirayakan. Menjadi Sarjana yang diperjuangkan selama ini. Di mana pun kamu berada, tetaplah berbahagia. *You are enough, and you are worthy.*

Sebagai penutup, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian tugas akhir ini. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlimpah dari Allah SWT. Penulis juga berharap karya ini dapat memberikan manfaat, baik bagi para pembaca, penulis sendiri, peneliti di masa mendatang, maupun pengembangan ilmu, khususnya dalam bidang Psikologi.

Karawang, 15 April 2025

Penulis,



Sheli Anggraeni