PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *GRATITUDE* TERHADAP *BODY IMAGE P*ADA DEWASA AWAL DI KARAWANG

NON-SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana

Psikologi Fakultas Psikologi UBP Karawang

Diajukan Oleh :

Nama : Meylani Putri

NIM : 22416273201029

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Meylani Putri

NIM 22416273201029

Fakultas : Psikologi

Judul Tugas Akhir :

PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *GRATITUDE* TERHADAP *BODY IMAGE* PADA DEWASA AWAL DI KARAWANG

Tanda Persetujuan Tugas Akhir

Pembimbing I,	Pembimbing II,
Dr. Arif Rahman Hakim, M.Psi., Psikolog	M. Choirul Ibad, M.Psi
NUPTK. 6539757658130143	NUPTK. 2859772673130242

Karawang, 07 Mei 2026

Ketua Program Studi Psikologi

Dr. Linda Mora, M.Psi., Psikolog

NUPTK. 4637759660230212

LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Meylani Putri

NIM : 22416273201029

Fakultas : Psikologi

Judul Tugas Akhir :

PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *GRATITUDE* TERHADAP *BODY IMAGE* PADA DEWASA AWAL DI KARAWANG

Dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Pada tanggal: 09 Juni 2026

Dewan Penguji, Tanda Tangan

1. Penguji I : Haryanti Mustika, S.Psi., M.A.
   NUPTK.9734776677230162

(.....)

Mengetahui:

Dekan Fakultas Psikologi,

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

NUPTK. 4545764665231093

LEMBAR PERNYATAAN

TIDAK MENCONTEK ATAU MELAKUKAN TINDAKAN PLAGIAT

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama	:	Meylani Putri
NIM	:	22416273201029
Fakultas	:	Psikologi

dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir dengan judul :

PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *GRATITUDE* TERHADAP *BODY IMAGE* PADA DEWASA AWAL DI 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, 18 Mei 2026



Meylani Putri

22416273201029

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul "Pengaruh *Social Comparison* dan *Gratitude* terhadap *Body Image* pada Dewasa Awal di Karawang". Penulisan tugas akhir ini bertujuan sebagai salah satu syarat akademik untuk meraih gelar Sarjana Psiikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Penulis menyadari bahwa penyelesaian tugas akhir ini tidak akan terwujud tanpa bimbingan, bantuan, masukan, motivasi, serta dukungan dari berbagai pihak sepanjang proses penyusunan. Oleh karena itu, dengan penuh rasa terimakasih, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dan bantuan dalam proses pengerjaan tugas akhir ini, yaitu kepada :

1. Bapak Assoc. Prof. Dr. H. Budi Rismayadi, SE., MM., Rektor Universitas Buana Perjuangan Karawang.
2. Ibu Assoc. Prof. Dr. Cempaka Putrie Dimala, M.Psi., Psikolog, Dekan Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.
3. Ibu Dr. Lania Muharsih, M.Psi., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.
4. Bapak Dr. Arif Rahman Hakim, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I, yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing, memotivasi, dan

memberikan saran dan masukan selama pengerjaan tugas akhir ini, sehingga dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

5. Bapak M. Choirul Ibad, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing II, yang memberikan arahan dan masukan sekaligus meluangkan waktunya untuk membimbing penulis, sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
6. Bapak/Ibu Dosen Program Studi Psikologi yang telah membimbing dan membagikan pengetahuan, sehingga penulis dapat menimba banyaknya ilmu selama masa perkuliahan, yang dimana penulis menjadi banyak memahami banyak pengetahuan terutama oada bidang psikologi secara lebih mendalam.
7. Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu dalam mengurus segala administrasi perkuliahan.
8. Terima kasih yang tak terhingga penulis persembahkan kepada Mama dan Ayah, sosok paling istimewa dalam hidup penulis. Terima kasih atas segala dukungan, dan doa yang tak pernah putus untuk penulis. Terima kasih atas segala pengorbanan, dan kasih sayang yang senantiasa diberikan. Tanpa segala dukungan, motivasi, dan doa Mama dan Ayah, penulis tidak akan mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, keberkahan, kelancaran, dan kebahagiaan bagi Mama dan Ayah. Untuk Mama, orang yang sangat penulis cintai, terima kasih atas segala cinta dan pengorbanan yang selalu menjadi sumber kekuatan bagi penulis.

9. Untuk Kakak tercinta Wulan Purnama Dewi Syam, terima kasih karena selalu memberikan dukungan dalam segala hal sedari awal penulis menginjakkan kaki di kampus hingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
10. Terima kasih penulis sampaikan kepada teman-teman seperjuangan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, atas segala suka dan duka yang kita lalui bersama selama perkuliahan. Terimakasih atas dukungan, kerja sama, dan kebersamaannya selama ini, sehingga penulis dapat menempuh pendidikan dan menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
11. Seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu, mendoakan, dan memberikan dukungan kepada penulis. Terima kasih untuk semuanya.

Sebagai penutup, penulis ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang tulus kepada seluruh pihak yang telah berperan dalam penyelesaian tugas akhir ini. Semoga segala kebaikan, dukungan, dan bantuan yang diberikan mendapat balasan, selalu dikelilingi orang-orang baik, dan segala keberkahan dari Allah SWT. Penulis juga berharap karya ini dapat bermanfaat, tidak hanya bagi para pembaca dan penulis sendiri tetapi juga bagi peneliti di masa depan serta pengembangan ilmu, khususnya dalam bidang psikologi.

Karawang, 18 Mei 2026

Penulis,



Meylani Putri