

**PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA WANITA DEWASA AWAL
DI JAKARTA**



OLEH:

Aldy Iswanto Marthana

1125162705

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2020

**LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Wanita Dewasa Awal di
Jakarta

Nama Mahasiswa : Aldy Iswanto Marthana
Nomor Registrasi : 1125162705
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 4 Agustus 2020

Pembimbing I





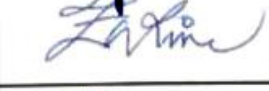


Mauna, M.Psi
NIP. 198410142015042001

Pembimbing II



Gita Irianda Rizkyani M, M.Psi
NIP. 198912192019032015

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasan, M.Psi (Penanggungjawab)*		25/08/2020
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Dr. phil. Zarina Akbar, S.Psi (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Fellianti Muzdalifah, M.Psi (Anggota)****		21 Agustus 2020
Vinna Ramadhany Sy, M.Psi (Anggota)****		21 Agustus 2020

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Aldy Iswanto Marthana
NIM : 1125162705
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Wanita Dewasa Awal di Jakarta” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Juli 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 19 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



Aldy Iswanto Marthana

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aldy Iswanto Marthana
NIM : 1125162705
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Wanita Dewasa Awal di Jakarta

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemiliki Hak Cipta.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 19 Juli 2020

Yang Menyatakan



(Aldy Iswanto Marthana)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ALDY ISWANTO MARTHANA
NIM : 1125162705
Fakultas/Prodi : FPPsi / Psikologi
Alamat email : marthanaaldy@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Social Comparison terhadap Body Dissatisfaction
pada Wanita Dewasa Awal di Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 4 September 2020

Penulis

(Aldy Iswanto Marthana)
nama dan tanda tangan

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Kepuasan adalah hasil dari usaha dan kerja keras.

Jadi, lakukanlah yang terbaik dalam segala hal

“Engkau lah yang berusaha, nanti Aku yang akan memenuhinya.”

“Dan barangsiapa berusaha, maka sesungguhnya usahanya itu untuk dirinya sendiri.”

(QS. Al-Ankabut: 6)

PERSEMBAHAN

Dengan dibuatnya Skripsi ini, sebagai ungkapan terimakasih saya kepada kedua orang tua, khususnya kepada Ibu yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam hidup saya. serta doa pada setiap kegiatan yang saya lakukan serta orang-orang yang berada di sekitar saya yang juga selalu menyemangati dan memberikan bantuan bagi saya.

ALDY ISWANTO MARTHANA

PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* TERHADAP *BODY DISSATISFACTION*
PADA WANITA DEWASA AWAL DI JAKARTA

Skripsi

Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta

2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* wanita dewasa awal di Jakarta. Sampel dalam penelitian ini adalah 298 wanita dewasa awal di Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan teknik analisa regresi linear satu prediktor. Pengukuran variabel *social comparison* pada penelitian ini menggunakan alat ukur *Iowa-Netherlands Social Comparison Measure (INCOM)* yang dibuat oleh Gibbons dan Buunk (1999), dan untuk mengukur variabel *body dissatisfaction* menggunakan alat ukur *Body Shape Questionnaire (BSQ)* yang dibuat oleh Cooper *et al.*, (1987). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Jakarta.

Kata kunci : *Social Comparison, Body Dissatisfaction, Wanita dewasa Awal.*

ALDY ISWANTO MARTHANA

**THE EFFECT OF SOCIAL COMPARISON ON BODY DISSATISFACTION IN
YOUNG ADULT WOMEN IN JAKARTA**

Skripsi

Study of Psychology, Faculty of Psychology Education. Jakarta State University
2020.

ABSTRACT

This study aims to find how the influence of social comparison on body dissatisfaction of young adult women in Jakarta. The sample in this study is 298 young adult women in Jakarta. The research method used is a quantitative method with linear predictor analysis techniques one predictor. Measurement of social comparison variables in this study uses the Iowa-Netherlands Social Comparison Measure (INCOM) measuring instrument made by Gibbons and Buunk (1999) and to measure the body dissatisfaction variable using the The Body Shape Questionnaire (BSQ) measuring instrument made by Cooper et al ., (1987). The results showed that there was a significant influence between social comparison on body dissatisfaction in young adult women in Jakarta.

Keywords: Social Comparison, Body Dissatisfaction, Young Adult Women.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas berkat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Dalam proses penyusunan skripsi ini, tidak akan selesai tanpa bantuan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungannya selama proses penyusunan. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu dan mendukung, antara lain:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M. Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi.
2. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, S.Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah mendukung serta memotivasi saya untuk menyelesaikan penyusunan skripsi.
3. Ibu Mauna, M.Psi selaku Dosen Pembimbing 1 yang dengan sabar telah memberikan waktu, tenaga, dan motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian skripsi.
4. Ibu Gita Irianda Rizkyani Medellu, M.Psi selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu dan bersedia untuk berdiskusi memberikan masukan dalam skripsi ini.
5. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, S.Psi selaku pembimbing akademik peneliti.
6. Seluruh dosen Psikologi UNJ yang telah membimbing serta mengerjakan banyak hal selama saya berkuliah di Psikologi UNJ.
7. Seluruh karyawan dan staff Psikologi UNJ yang banyak membantu saya dalam proses administrasi perkuliahan.
8. Kedua orang tua, khususnya Ibu saya yang selalu memberikan dukungan serta doa dalam menyelesaikan penyusunan skripsi.
9. Kedua nenek saya yang selalu memantau tumbuh kembang saya sedari kecil hingga sekarang.
10. Abigael, Agatha, dan Siefa selaku rekan satu tim bimbingan skripsi yang telah saling membantu dan kerja sama dalam pengambilan data skripsi ini serta menjadi sarana berkeluh kesah.

11. Naila, Runa, Reja, Ayu, Rifka, Iren, Dini, Zahra, Nabila, Ziah, Laras, dan Suci selaku teman dekat peneliti saat dibangku kuliah yang selalu bersama
12. Karvina, Puti, Syika, Rani, Bunga, Fidi, dan Aul selaku teman dekat peneliti yang telah memberikan semangat, dukungan serta doa.
13. Responden penelitian yang telah meluangkan waktunya untuk terlibat dalam penelitian ini. Semoga sukses dan sehat selalu.



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2. Identifikasi Masalah	7
1.3. Batasan Masalah	8
1.4. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.5. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.6. Manfaat Penelitian	8
1.6.1. Manfaat Teoritis	8
1.6.2. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1. <i>Body Dissatisfaction</i>	9
2.1.1. Definisi <i>Body Dissatisfaction</i>	9
2.1.2. Aspek-aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	10
2.1.3. Faktor-faktor Penyebab <i>Body Dissatisfaction</i>	11
2.1.4. Pengukuran <i>Body Dissatisfaction</i>	15
2.2. <i>Social Comparison</i>	16
2.2.1. Definisi <i>Social Comparison</i>	16
2.2.2. Dimensi <i>Social Comparison</i>	17
2.2.3. Motif <i>Social Comparison</i>	18
2.2.4. Pengukuran <i>Social Comparison</i>	19
2.3. Dewasa Awal	19
2.3.1. Istilah Dewasa Awal	19

2.3.2.	Ciri-ciri Dewasa Awal	20
2.3.3.	Tugas Perkembangan Dewasa Awal	21
2.4.	Dinamika Hubungan Antar Variabel	22
2.5.	Kerangka Berpikir	24
2.6.	Hipotesis.....	26
2.7.	Hasil Penelitian yang Relevan.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....		29
3.1.	Tipe Penelitian.....	29
3.2.	Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian	29
3.2.1.	Identifikasi Variabel Penelitian	29
3.2.2.	Definisi Konseptual	30
3.2.3.	Definisi Operasional	30
3.3.	Populasi dan Sampel.....	31
3.3.1.	Populasi.....	31
3.3.2.	Sampel.....	31
3.4.	Teknik Pengumpulan Data.....	32
3.4.1.	Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	33
3.4.2.	Instrumen <i>Social Comparison</i>	35
3.5.	Uji Coba Instrumen.....	36
3.5.1.	Hasil Uji Coba Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	37
3.5.2.	Hasil Uji Coba Instrumen <i>Social Comparison</i>	40
3.6.	Instrumen Final.....	42
3.6.1.	Kisi-kisi Final Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	42
3.6.2.	Kisi-kisi Final Instrumen <i>Social Comparison</i>	43
3.7.	Analisis Data	43
3.7.1.	Uji Statistik.....	43
3.8.	Perumusan Hipotesis.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		46
4.1.	Gambaran Responden Penelitan.....	46
4.1.1.	Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	46
4.1.2.	Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	48
4.1.3.	Gambaran Responden Berdasarkan <i>Body Mass Index (BMI)</i>	49
4.1.4.	Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	50
4.1.5.	Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan	51
4.1.6.	Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	52

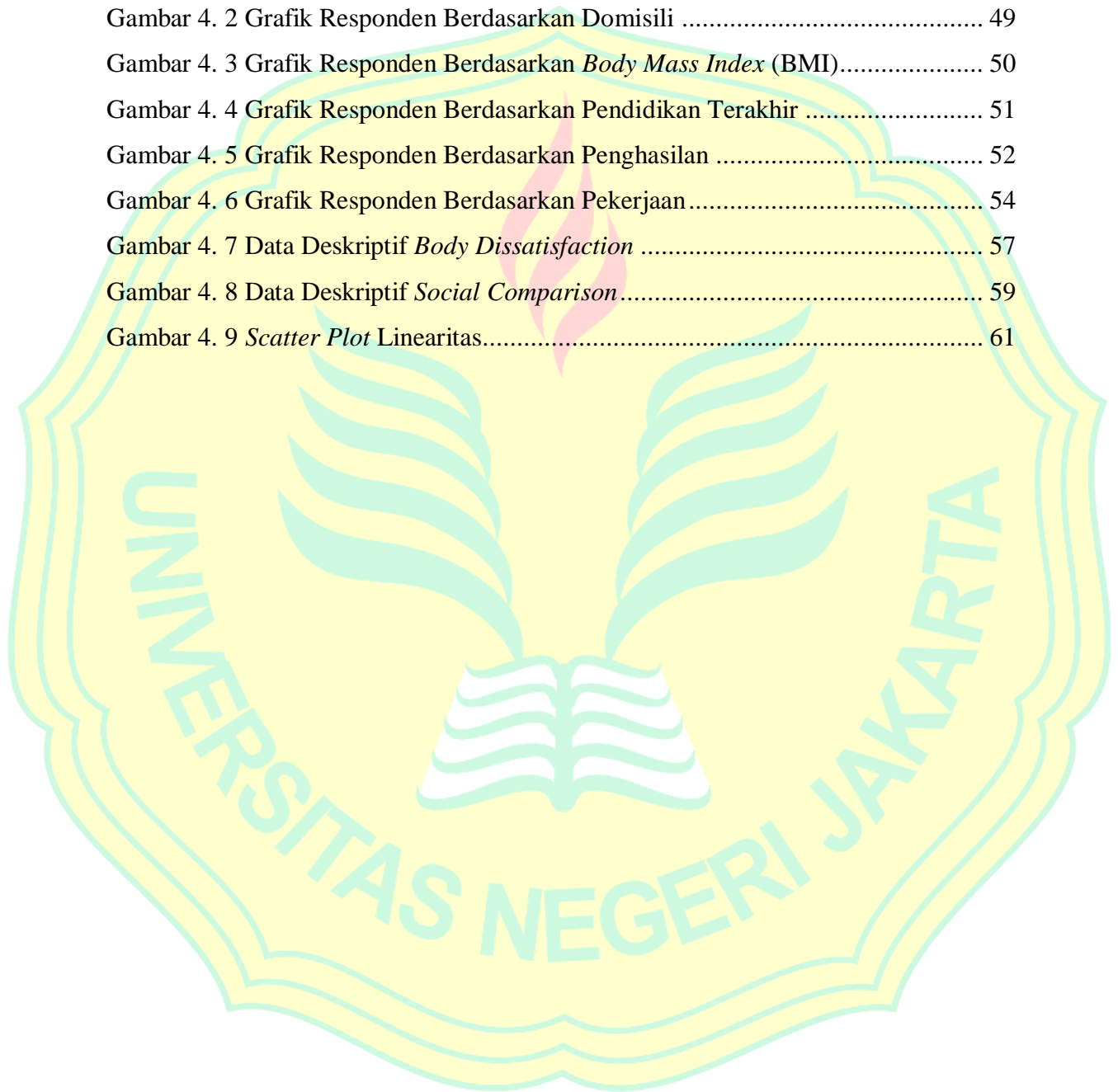
4.2.	Prosedur Penelitian	54
4.2.1.	Persiapan Penelitian.....	54
4.2.2.	Pelaksanaan Penelitian.....	56
4.3.	Hasil Analisis Data Penelitian.....	56
4.3.1.	Data Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i>	56
4.3.2.	Data Deskriptif <i>Social Comparison</i>	58
4.3.3.	Uji Normalitas	60
4.3.4.	Uji Linearitas.....	60
4.3.5.	Uji Korelasi	61
4.3.6.	Uji Hipotesis.....	62
4.4.	Analisis Data Deskriptif.....	64
4.5.	Pembahasan.....	73
4.6.	Keterbatasan Penelitian.....	67
BAB V	KESIMPULAN IMPLIKASI SARAN	71
5.1.	Kesimpulan.....	71
5.2.	Implikasi.....	71
5.3.	Saran	72
5.3.1.	Wanita Dewasa Awal.....	72
5.3.2.	Peneliti Selanjutnya	72
DAFTAR PUSTAKA		73
LAMPIRAN		81

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skoring <i>Body Dissatisfaction</i>	33
Tabel 3. 2 Kisi-kisi <i>Body Dissatisfaction Scale</i>	34
Tabel 3. 3 Skoring <i>Social Comparison</i>	35
Tabel 3. 4 Kisi-kisi <i>Social Comparison Scale</i>	36
Tabel 3. 5 Kaidah Reliabilitas <i>Guilford</i>	37
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas <i>Body Dissatisfaction</i>	38
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas <i>Body Dissatisfaction</i>	39
Tabel 3. 8 Hasil Uji Validitas <i>Social Comparison</i>	40
Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas <i>Social Comparison</i>	41
Tabel 3. 10 Kisi-kisi Final Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	42
Tabel 3. 11 Kisi-kisi Final Instrumen <i>Social Comparison</i> Error! Bookmark not defined.	42
Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	46
Tabel 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	48
Tabel 4. 3 Gambaran Responden Berdasarkan <i>Body Mass Index</i> (BMI)	49
Tabel 4. 4 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	50
Tabel 4. 5 Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan	51
Tabel 4. 6 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan	52
Tabel 4. 7 Data Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i>	56
Tabel 4. 8 Kategorisasi Skor <i>Body Dissatisfaction</i>	57
Tabel 4. 9 Data Deskriptif <i>Social Comparison</i>	58
Tabel 4. 10 Kategorisasi Skor <i>Social Comparison</i>	60
Tabel 4. 11 Uji Linearitas <i>Body Dissatisfaction</i> dengan <i>Social Comparison</i>	61
Tabel 4. 12 Uji Korelasi <i>Body Dissatisfaction</i> dengan <i>Social Comparison</i>	61
Tabel 4. 13 Data Uji Hipotesa <i>Body Dissatisfaction</i> dan <i>Social Comparison</i>	62
Tabel 4. 14 Uji Model <i>Summary</i>	63
Tabel 4. 15 Persamaan Regresi	63
Tabel 4. 16 Tabulasi Silang <i>Body Dissatisfaction</i>	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	25
Gambar 4. 1 Grafik Responden Berdasarkan Usia.....	48
Gambar 4. 2 Grafik Responden Berdasarkan Domisili	49
Gambar 4. 3 Grafik Responden Berdasarkan <i>Body Mass Index</i> (BMI).....	50
Gambar 4. 4 Grafik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	51
Gambar 4. 5 Grafik Responden Berdasarkan Penghasilan	52
Gambar 4. 6 Grafik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	54
Gambar 4. 7 Data Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i>	57
Gambar 4. 8 Data Deskriptif <i>Social Comparison</i>	59
Gambar 4. 9 <i>Scatter Plot</i> Linearitas.....	61



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	81
Lampiran 1. 1 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas <i>Body Dissatisfaction</i>	81
Lampiran 1. 2 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas <i>Social Comparison</i> Error! Bookmark not defined.	
Lampiran 2 Hasil Analisis Statistik	82
No table of figures entries found. Lampiran 3 Uji Statistik	87
Lampiran 3. 1 Uji Normalitas.....	87
Lampiran 3. 2 Uji Linearitas	87
Lampiran 3. 3 Uji Korelasi.....	88
Lampiran 3. 4 Uji Regresi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Tabulasi Silang <i>Body Dissatisfaction</i>	89
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Responden.....	91
Lampiran 6 Lembar Informasi Data Diri Responden	92
Lampiran 7 Kuesioner Penelitian	95
Lampiran 8 Data Mentah Final.....	97
Lampiran 9 Surat-surat.....	106