

**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH
PADA REMAJA AKHIR LAKI-LAKI**



Yazeed Abdullah

1801619100

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2024

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

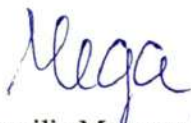
Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Akhir Laki-Laki

Nama Mahasiswa : Yazeed Abdullah
NIM : 1801619100
Program Studi : Psikologi

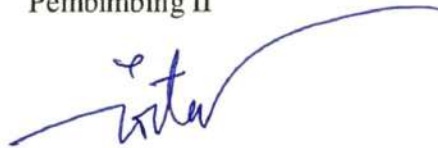
Tanggal Ujian: Selasa, 16 Juli 2024

Pembimbing I

Pembimbing II








Hermeilia Megawati, S.Psi., M.A
NIP. 198805032020122010



Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi, Psikolog
NIP. 198811182022032005

Panitia Ujian Sidang Skripsi

| Nama | Tandatangan | Tanggal |
|---|---|-------------|
| Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)* |  | 31/7 - 2024 |
| Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)** |  | 30/7 - 2024 |
| Dr. Anna Armeini Rangkuti S.Psi. M.Si (Ketua Penguji)*** |  | 29/7 - 2024 |
| Herdiyan Maulana, PhD (Anggota)**** |  | 24/7 - 2024 |
| Fildzah Rudyah Putri, S.Psi., M.Si (Anggota)**** |  | 24/7 - 2024 |

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Yazeed Abdullah
NIM : 1801619100
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Akhir Laki-Laki" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Juni sampai dengan bulan Juli 2024.
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, 2 Agustus 2024

Yang Membuat Pernyataan



(Yazeed Abdullah)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Menangislah, (tapi) jangan menyerah”

“Kamu jangan membatasi dirimu sendiri, kamu tidak akan pernah tahu apa kemampuanmu yang sebenarnya”

(Ayah)

“...Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri...”

(QS. Ar-Ra'd (13):11)

PERSEMBAHAN

Saya persembahkan skripsi ini kepada seluruh keluarga: kedua orang tua dan adik-adikku tercinta, yang mana pengorbanan dan semangat mereka telah mengantarkan saya agar bisa sampai di titik ini. Semoga saya terus mampu menjadi anak yang berbakti dan sholeh, serta menjadi kakak yang baik, bijak dan mendidik. Aamiin.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
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 : YAZEED ABDULLAH
NIM : 1801619100
Fakultas/Prodi : PENDIDIKAN PSIKOLOGI / PSIKOLOGI
Alamat email : yazeeda9@outlook.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 PERBANDINGAN SOSIAL TERHADAP KETIDAKPUASAN
TUBUH PADA REMAJA AKHIR LAKI-LAKI

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, 02 AGUSTUS 2024

Penulis



(.....)

nama dan tanda tangan

YAZEED ABDULLAH

YAZEED ABDULLAH

**PENGARUH PERBANDINGAN SOSIAL
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH
PADA REMAJA AKHIR LAKI-LAKI**

Skripsi

Jakarta:

Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2024

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan tubuh. Penelitian ini mengambil populasi remaja akhir laki-laki di Indonesia yang berusia 17-21 tahun. Sampel pada penelitian ini berjumlah 96 orang, menggunakan metode *purposive sampling*. Pengukuran variabel perbandingan sosial pada penelitian ini menggunakan skala *Iowa-Netherlands Social Comparison Measure (INCOM)* yang dirancang oleh Gibbons dan Buunk, dan pengukuran variabel ketidakpuasan tubuh pada penelitian ini menggunakan *Male Body Dissatisfaction Scale (MBDS)* yang dirancang oleh Ochner dan Gray. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh dari perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja akhir laki-laki Indonesia yang berusia 17-21 tahun ($p = 0,245$, $p > 0,05$).

Kata kunci: Perbandingan Sosial, Ketidakpuasan Tubuh, Remaja Akhir Laki-laki

YAZEED ABDULLAH

**THE INFLUENCE OF SOCIAL COMPARISON
ON BODY DISSATISFACTION
AMONGST MALE LATE ADOLESCENTS**

Undergraduate Thesis

Jakarta:

Psychology Study Program, Faculty of Educational Psychology

State University of Jakarta

2024

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of social comparison on body dissatisfaction. The populations for this research are Indonesian male late adolescents, aged 17 to 21 years. The sample in this study amounted to 96 participants, using the purposive sampling method. This study used the Iowa-Netherlands Social Comparison Measure (INCOM) scale created by Gibbons and Buunk to measure the social comparison variable and the Male Body Dissatisfaction Scale (MBDS) created by Ochner and Gray to measure the body dissatisfaction variable. The results of the study showed that there was no effect of social comparison on body dissatisfaction in Indonesian male late adolescents aged 17 to 21 years ($p = 0,245$, $p > 0,05$).

Keywords: Social Comparison, Body Dissatisfaction, Male Late Adolescents

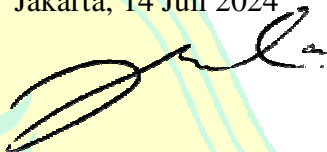
KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil 'alamin, puji syukur kepada Allah SWT., yang telah membantu peneliti sehingga mampu untuk menyelesaikan skripsi ini, yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Tidak lupa pula alasan penelitian ini dapat terlaksana, yaitu karena dukungan dan bantuan yang berbagai pihak telah berikan kepada peneliti. Izinkan peneliti untuk menyampaikan rasa terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberi bantuan dan dukungan kepada peneliti, yaitu antara lain:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M. Si, selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti S.Psi. M.Si, selaku Kepala Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Terima kasih Ibu atas dukungan dan motivasi yang telah Ibu berikan kepada kami.
3. Ibu Hermeilia Megawati, S.Psi., M.A., selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih Ibu telah bersedia dengan sabar membantu dan membimbing saya secara mendalam untuk skripsi ini.
4. Ibu Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi, Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih juga Ibu atas bantuan dan masukan-masukannya yang sangat membantu saya dalam menyusun skripsi ini.
5. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, S.Psi, M.Si, selaku pembimbing akademik peneliti.
6. Seluruh dosen Psikologi UNJ yang telah mendidik peneliti secara baik dalam ilmu Psikologi ini.
7. Seluruh karyawan dan staff Psikologi UNJ yang telah membantu peneliti dalam segala proses administrasi perkuliahan.
8. Kedua orang tua dan adik-adik peneliti. Terima kasih kalian telah sangat bersabar dengan saya, dan terima kasih atas segala do'a dan semangat yang kalian berikan untuk saya.
9. Salman, Fahri, Rohibi, atas bantuan kalian secara materi ataupun tenaga untuk skripsi ini sehingga saya bisa menyelesaikan dengan baik.

10. Seluruh responden yang telah membantu dalam penelitian ini, semoga Anda semua diberikan kesehatan dan kelancaran dalam aktivitas sehari-hari.
11. Seluruh mahasiswa dan alumni dari angkatan 2019. Terima kasih atas semangat dan bantuan yang kalian berikan semasa saya aktif perkuliahan.
12. Semua pihak lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang telah membantu jalannya skripsi ini. Terima kasih banyak atas bantuan Anda sekalian.

Jakarta, 14 Juli 2024



Penulis
Yazeed Abdullah



DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI..... | ii |
| LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI..... | iii |
| LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN | iv |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS..... | v |
| ABSTRAK..... | vi |
| ABSTRACT (IN ENGLISH)..... | vii |
| KATA PENGANTAR..... | viii |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR GAMBAR..... | xii |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah | 1 |
| 1.2 Identifikasi Masalah | 8 |
| 1.3 Batasan Masalah | 8 |
| 1.4 Rumusan Masalah | 9 |
| 1.5 Tujuan Penelitian | 9 |
| 1.6 Manfaat Penelitian | 9 |
| 1.6.1 Manfaat Teoretis | 9 |
| 1.6.2 Manfaat Praktis | 9 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 11 |
| 2.1 Ketidakpuasan Tubuh | 11 |
| 2.1.1 Definisi Ketidakpuasan Tubuh | 11 |
| 2.1.2 Aspek-aspek Ketidakpuasan Tubuh..... | 11 |
| 2.1.3 Faktor-faktor Ketidakpuasan Tubuh | 12 |
| 2.1.4 Wujud Ketidakpuasan Tubuh pada Pria | 15 |
| 2.2 Perbandingan Sosial..... | 16 |
| 2.2.1 Definisi Perbandingan Sosial..... | 16 |
| 2.2.2 Aspek Perbandingan Sosial | 18 |
| 2.2.3 Motif Perbandingan Sosial | 18 |
| 2.3 Remaja Akhir | 19 |
| 2.3.1 Definisi Remaja Akhir..... | 19 |
| 2.3.2 Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Akhir | 20 |
| 2.4 Hubungan dan Pengaruh antara Perbandingan Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Akhir Laki-Laki..... | 21 |
| 2.5 Kerangka Konseptual | 22 |
| 2.6 Hipotesis | 23 |
| 2.7 Penelitian Terkait | 23 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 26 |
| 3.1 Tipe Penelitian..... | 26 |
| 3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian | 26 |
| 3.2.1 Definisi Konseptual..... | 26 |
| 3.2.2 Definisi Operasional..... | 27 |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian | 28 |

| | | |
|---------------|--|------------|
| 3.3.1 | Populasi Penelitian..... | 28 |
| 3.3.2 | Sampel Penelitian..... | 28 |
| 3.3.3 | Teknik <i>Sampling</i> | 28 |
| 3.4 | Teknik Pengumpulan Data..... | 28 |
| 3.4.1 | Teknik Pengambilan Data..... | 28 |
| 3.4.2 | Instrumen Penelitian..... | 29 |
| 3.5 | Analisis Data..... | 33 |
| 3.5.1 | Uji Normalitas..... | 33 |
| 3.5.2 | Uji Linearitas..... | 33 |
| 3.5.3 | Uji Korelasi..... | 33 |
| 3.5.4 | Uji Analisis Regresi..... | 33 |
| BAB IV | HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 34 |
| 4.1 | Gambaran Responden Penelitian..... | 34 |
| 4.1.1 | Gambaran Usia Responden..... | 34 |
| 4.1.2 | Gambaran Asal Provinsi Responden..... | 35 |
| 4.1.3 | Gambaran Penggunaan <i>Instagram</i> oleh Responden..... | 37 |
| 4.1.4 | Gambaran Penggunaan <i>YouTube</i> oleh Responden..... | 38 |
| 4.1.5 | Gambaran Penggunaan <i>TikTok</i> oleh Responden..... | 39 |
| 4.1.6 | Gambaran Indeks Massa Tubuh Responden..... | 40 |
| 4.1.7 | Gambaran Laporan Tipe Tubuh Subjektif Responden..... | 42 |
| 4.2 | Prosedur Penelitian..... | 43 |
| 4.2.1 | Persiapan Penelitian..... | 43 |
| 4.2.2 | Pelaksanaan Penelitian..... | 44 |
| 4.3 | Hasil Analisis Data Penelitian..... | 45 |
| 4.3.1 | Uji Statistika Deskriptif..... | 45 |
| 4.3.2 | Uji Normalitas..... | 47 |
| 4.3.3 | Uji Linearitas..... | 48 |
| 4.3.4 | Uji Korelasi..... | 49 |
| 4.3.5 | Uji Hipotesis..... | 49 |
| 4.4 | Tabulasi Silang Ketidakpuasan Tubuh..... | 50 |
| 4.5 | Pembahasan..... | 53 |
| 4.6 | Keterbatasan Penelitian..... | 54 |
| BAB V | KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN..... | 55 |
| 5.1 | Kesimpulan..... | 55 |
| 5.2 | Implikasi..... | 55 |
| 5.2.1 | Implikasi Teoretis..... | 55 |
| 5.2.2 | Implikasi Praktis..... | 56 |
| 5.3 | Saran dan Rekomendasi..... | 56 |
| 5.3.1 | Remaja Akhir Laki-laki..... | 56 |
| 5.3.2 | Peneliti Selanjutnya..... | 57 |
| | DAFTAR PUSTAKA..... | 58 |
| | LAMPIRAN..... | 66 |
| | RIWAYAT HIDUP PENELITI..... | 100 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berpikir | 23 |
| Gambar 4.1 Grafik Responden Berdasarkan Usia | 35 |
| Gambar 4.2 Grafik Responden Berdasarkan Asal Provinsi | 36 |
| Gambar 4.3 Grafik Responden Berdasarkan Penggunaan <i>Instagram</i> dalam Sehari | 38 |
| Gambar 4.4 Grafik Responden Berdasarkan Penggunaan <i>YouTube</i> dalam Sehari | 39 |
| Gambar 4.5 Grafik Responden Berdasarkan Penggunaan <i>TikTok</i> dalam Sehari .. | 40 |
| Gambar 4.6 Grafik Responden Berdasarkan Indeks Massa Tubuh | 42 |
| Gambar 4.7 Grafik Responden Berdasarkan Laporan Tipe Tubuh | 43 |



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1 Kisi-kisi MBDS..... | 29 |
| Tabel 3.2 Kisi-kisi INCOM..... | 32 |
| Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia | 34 |
| Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Asal Provinsi..... | 35 |
| Tabel 4.3 Lama menggunakan <i>Instagram</i> dalam sehari | 37 |
| Tabel 4.4 Lama menggunakan <i>YouTube</i> dalam sehari | 38 |
| Tabel 4.5 Lama menggunakan <i>TikTok</i> dalam sehari | 39 |
| Tabel 4.6 Klasifikasi IMT | 41 |
| Tabel 4.7 Gambaran Indeks Massa Tubuh Responden..... | 41 |
| Tabel 4.8 Gambaran Laporan Tipe Tubuh Subjektif Responden..... | 42 |
| Tabel 4.9 Data Deskriptif Ketidakpuasan Tubuh | 45 |
| Tabel 4.10 Kategorisasi Ketidakpuasan Tubuh..... | 46 |
| Tabel 4.11 Data Deskriptif Perbandingan Sosial..... | 46 |
| Tabel 4.12 Kategorisasi Perbandingan Sosial | 47 |
| Tabel 4.13 Uji Normalitas Variabel Ketidakpuasan Tubuh dan Perbandingan Sosial..... | 48 |
| Tabel 4.14 Uji Linearitas Ketidakpuasan Tubuh dengan Perbandingan Sosial | 48 |
| Tabel 4.15 Uji Hubungan Ketidakpuasan Tubuh dengan Perbandingan Sosial.... | 49 |
| Tabel 4.16 Tabulasi Silang Ketidakpuasan Tubuh..... | 50 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian..... | 66 |
| Lampiran 1.1 Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Ketidakpuasan Tubuh..... | 66 |
| Lampiran 1.2 Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Perbandingan Sosial | 67 |
| Lampiran 2. Data Responden | 67 |
| Lampiran 2.1 Data Usia | 68 |
| Lampiran 2.2 Data Asal Provinsi..... | 68 |
| Lampiran 2.3 Data Penggunaan <i>Instagram</i> | 69 |
| Lampiran 2.4 Data Penggunaan <i>YouTube</i> | 69 |
| Lampiran 2.5 Data Penggunaan <i>TikTok</i> | 69 |
| Lampiran 2.6 Data Indeks Massa Tubuh (BMI)..... | 70 |
| Lampiran 2.7 Data Laporan Tipe Tubuh Subjektif | 72 |
| Lampiran 3. Analisis Data Deskriptif | 73 |
| Lampiran 3.1 Data Deskriptif Ketidakpuasan Tubuh | 73 |
| Lampiran 3.2 Kategorisasi Skor Ketidakpuasan Tubuh | 76 |
| Lampiran 3.3 Data Deskriptif Perbandingan Sosial | 78 |
| Lampiran 3.4 Kategorisasi Skor Perbandingan Sosial..... | 79 |
| Lampiran 4. Analisis Inferensial | 82 |
| Lampiran 4.1 Uji Normalitas..... | 82 |
| Lampiran 4.2 Uji Linearitas | 82 |
| Lampiran 4.3 Uji Korelasi..... | 82 |
| Lampiran 5. Tabulasi Silang Ketidakpuasan Tubuh..... | 82 |
| Lampiran 5.1 Tabulasi Silang Usia dengan Ketidakpuasan Tubuh..... | 82 |
| Lampiran 5.2 Tabulasi Silang IMT dengan Ketidakpuasan Tubuh..... | 83 |
| Lampiran 5.3 Tabulasi Silang Tipe Tubuh Subjektif dengan Ketidakpuasan Tubuh | 83 |
| Lampiran 5.4 Tabulasi Silang Penggunaan <i>Instagram</i> dengan Ketidakpuasan Tubuh | 83 |
| Lampiran 5.5 Tabulasi Silang Penggunaan <i>YouTube</i> dengan Ketidakpuasan Tubuh | 84 |
| Lampiran 5.6 Tabulasi Silang Penggunaan <i>TikTok</i> dengan Ketidakpuasan Tubuh | 84 |
| Lampiran 6. Bentuk Lembar Data Diri dan Persetujuan Penelitian | 85 |
| Lampiran 6.1 Bentuk Lembar Data Diri dan Persetujuan Penelitian Daring..... | 85 |
| Lampiran 6.2 Bentuk Lembar Data Diri dan Persetujuan Penelitian Luring | 86 |
| Lampiran 7. Kuesioner Penelitian | 87 |
| Lampiran 7.1 Kuesioner Ketidakpuasan Tubuh..... | 87 |
| Lampiran 7.2 Kuesioner Perbandingan Sosial | 88 |
| Lampiran 8. Data Mentah Final..... | 89 |
| Lampiran 8.1 Data Mentah Final Ketidakpuasan Tubuh..... | 89 |
| Lampiran 8.2 Data Mentah Final Perbandingan Sosial | 93 |
| Lampiran 9. Surat Expert Judgement..... | 96 |