

**PENGARUH *PHYSICAL APPEARANCE COMPARISON* TERHADAP
BODY DISSATISFACTION YANG DIMODERASI OLEH *SELF-
COMPASSION* PADA WANITA *EMERGING ADULthood* PENGGUNA
INSTAGRAM**



Oleh:

NURSYIFA OCTAVIANI

1801621016

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2025

**PENGARUH *PHYSICAL APPEARANCE COMPARISON* TERHADAP
BODY DISSATISFACTION YANG DIMODERASI OLEH *SELF-
COMPASSION* PADA WANITA *EMERGING ADULthood* PENGGUNA
INSTAGRAM**



Oleh:

NURSYIFA OCTAVIANI

1801621016

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Psikologi**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

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

*Pengaruh Physical Appearance Comparison terhadap Body Dissatisfaction yang
Dimoderasi oleh Self-Compassion pada Wanita Emerging Adulthood Pengguna
Instagram*

Nama Mahasiswa : Nursyifa Octaviani
NIM : 1801621016
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : Selasa, 1 Juli 2025

Pembimbing I



Vinna Ramadhany Sy, S.Psi., M.Psi.,
Psikolog

NIP. 199004222020122012

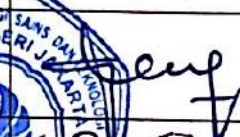
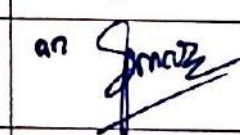
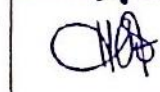
Pembimbing II



Ernawati, M.Psi., Psikolog

NIP. 198806192022042001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar F.R. (Dekan/Penanggungjawab)		15/7/25
Mira Ariyani, PhD (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		21/7/25
Gita Irianda Rizkyani Medello, S.Psi., M.Psi (Ketua Penguji)		8 Juli 2025
Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi, Psikolog (Dosen Penguji I)		30/7 2025
Khairina Widya P.H., S.Psi., M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji II)		8 - 7 - 2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Nursyifa Octaviani

NIM : 1801621016

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "*Pengaruh Physical Appearance Comparison Terhadap Body Dissatisfaction yang Dimoderasi Oleh Self-Compassion pada Wanita Emerging Adulthood Pengguna Instagram*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2025.
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, 12 Agustus 2025

Yang Membuat Pernyataan

A yellow rectangular stamp with the text "1000" in large numbers, "Rp 1000 RUPIAH" on the left, and "METERAI TEMPEL" on the right. Below the stamp is the alphanumeric code "FBAMX334757471". A blue ink signature is written over the stamp.

(Nursyifa Octaviani)



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 : Nursyifa Octaviani
NIM : 1801621016
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi/Psikologi
Alamat email : nursyifaoctaviani26@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 Physical Appearance Comparison terhadap Body Dissatisfaction yang Dimoderasi oleh Self-Compassion pada Wanita Emerging Adulthood Pengguna Instagram.

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, 12 Agustus 2025

Penulis



(Nursyifa Octaviani)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“I’m not behind, I’m just on my own pace. Pressure’s loud, but I choose peace over the race. Every hardship brings ease, and some things are best left in Allah’s hands. So I breathe, try my best, and trust in what He plans.”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk Allah Subhanahu Wa Ta’ala sebagai wujud rasa syukur dan tanggung jawab dalam perjalanan menuntut ilmu, Bunda, Nenek, Eyang, dan Zahra yang selalu menjadi sumber doa, kasih sayang, dan kekuatan bagi saya. Kepada seseorang yang saya sayangi dan teman-teman yang tidak pernah lelah membantu, memberi semangat, dan dukungan di saat-saat sulit. Serta tentunya untuk diri saya sendiri yang telah bertahan, belajar, terus berjuang dan melangkah hingga sejauh ini.

NURSYIFA OCTAVIANI

**PENGARUH *PHYSICAL APPEARANCE COMPARISON* TERHADAP
BODY DISSATISFACTION YANG DIMODERASI OLEH *SELF-
COMPASSION* PADA WANITA *EMERGING ADULTHOOD* PENGGUNA
INSTAGRAM**

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi, Universitas Jakarta
2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *physical appearance comparison* terhadap *body dissatisfaction* yang dimoderasi oleh *self-compassion* pada wanita *emerging adulthood* pengguna Instagram. Partisipan penelitian berjumlah 278 orang, ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Seluruh partisipan adalah perempuan berusia 18-25 tahun yang aktif menggunakan Instagram dan mengakses *platform* tersebut minimal satu jam per hari. Data dikumpulkan secara daring melalui *Google Form*.

Variabel *body dissatisfaction* diukur menggunakan alat ukur *Body Dissatisfaction Scale for Women (BDS-W)* dari Tariq & Ijaz (2015), sedangkan variabel *physical appearance comparison* diukur menggunakan *Physical Appearance Comparison Scale – Revised (PACS-R)* dari oleh Schaefer & Thompson (2014). Kedua instrumen telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. Sementara itu, variabel *self-compassion* diukur menggunakan *Self-Compassion Scale (SCS)* dari Neff (2003) yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Sugianto dkk. (2020), serta dinamai menjadi Skala Welas Diri (SWD). Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *PROCESS Macro Hayes* pada *software IBM SPSS* versi 27.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *physical appearance comparison* berpengaruh positif terhadap *body dissatisfaction* ($\beta = 0,882$; $p < 0,05$), sedangkan *self-compassion* berpengaruh negatif terhadap *body dissatisfaction* ($\beta = -5,583$; $p < 0,05$). Namun, *self-compassion* tidak memoderasi hubungan antara *physical appearance comparison* dan *body dissatisfaction* ($\beta = -0,114$; $p > 0,05$). Artinya, hubungan antara *physical appearance comparison* dan *body dissatisfaction* tetap konsisten, baik pada individu dengan *self-compassion* tinggi maupun rendah.

Kata Kunci: *physical appearance comparison, body dissatisfaction, self-compassion, wanita emerging adulthood* pengguna Instagram

NURSYIFA OCTAVIANI

**THE EFFECT OF PHYSICAL APPEARANCE COMPARISON ON BODY
DISSATISFACTION MODERATED BY SELF-COMPASSION AMONG
EMERGING ADULT WOMEN INSTAGRAM USERS**

Thesis

*Jakarta: Psychology Study Department
Faculty of Psychology, State University of Jakarta
2025*

ABSTRACT

This study aims to examine whether there is an effect of physical appearance comparison on body dissatisfaction, moderated by self-compassion, among emerging adulthood women who use Instagram. A total of 278 participants were selected using purposive sampling. All participants were women aged 18–25 years who actively use Instagram and access the platform for at least one hour per day. Data were collected online via Google Form.

The variable of body dissatisfaction was measured using the Body Dissatisfaction Scale for Women (BDS-W) by Tariq & Ijaz (2015), while physical appearance comparison was measured using the Physical Appearance Comparison Scale – Revised (PACS-R) by Schaefer & Thompson (2014). Both instruments were adapted into Indonesian. Meanwhile, self-compassion was measured using the Self-Compassion Scale (SCS) developed by Neff (2003), which had been previously adapted into Indonesian by Sugianto et al. (2020) and renamed as the Skala Welas Diri (SWD). Hypothesis testing was conducted using PROCESS Macro by Hayes in IBM SPSS version 27.

The results showed that physical appearance comparison had a positive effect on body dissatisfaction ($\beta = 0,882$; $p < 0,05$), while self-compassion had a negative effect on body dissatisfaction ($\beta = -5,583$; $p < 0,05$). However, self-compassion did not moderate the relationship between physical appearance comparison and body dissatisfaction ($\beta = -0,114$; $p > 0,05$). This indicates that the relationship between physical appearance comparison and body dissatisfaction remains consistent, regardless of whether individuals have high or low levels of self-compassion.

Keywords: physical appearance comparison, body dissatisfaction, self-compassion, emerging adult women Instagram users

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah Subhanallahu Wata'ala atas segala limpahan rahmat, karunia, dan kesehatan yang telah diberikan, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Pengaruh Physical Appearance Comparison terhadap Body Dissatisfaction yang Dimoderasi oleh Self-Compassion pada Wanita Emerging Adulthood Pengguna Instagram”* dengan baik. Shalawat serta salam tak lupa penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad Shalallaahu 'alaihi Wasallam, sebagai teladan umat sepanjang masa.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Dalam proses penyusunannya, tentu tidak lepas dari berbagai tantangan, baik secara teknis maupun emosional. Namun, berkat doa, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak, peneliti dapat melalui setiap prosesnya dengan penuh syukur. Peneliti juga menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, segala bentuk saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan untuk menjadi pembelajaran di masa mendatang.

Pada kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah berperan penting dalam proses penyusunan skripsi ini:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta, atas segala dukungan, kebijakan, dan fasilitas yang memungkinkan penulis menempuh studi hingga tahap akhir ini.
2. bu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni Fakultas Psikologi UNJ, yang telah memberikan arahan dan dukungan dalam hal akademik selama penulis menjalani perkuliahan.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Bidang Sumber Daya dan Keuangan, atas kontribusinya dalam menyediakan lingkungan belajar yang mendukung proses akademik penulis.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Bidang Riset, Sistem Informasi, Inovasi, dan Kerja Sama, arahan, dukungan, serta

kontribusinya dalam mendukung kegiatan akademik dan non-akademik penulis selama menjalani masa studi.

5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si., selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi UNJ, atas perannya dalam mengoordinasikan proses akademik yang mendukung kelancaran studi penulis.
6. Vinna Ramadhany Sy, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I, yang dengan penuh kesabaran dan dedikasi telah membimbing penulis melalui setiap tahapan penelitian. Terima kasih yang sebanyak-banyaknya atas waktu, tenaga, dan ilmu yang telah Mbak berikan.
7. Ernawati, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II, yang senantiasa memberikan masukan berharga seraya membimbing, memberi arahan, motivasi, semangat, dorongan, dan doa untuk terus maju dalam menyelesaikan skripsi ini hingga tuntas.
8. Seluruh jajaran Dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi UNJ, atas ilmu, wawasan, bimbingan, serta bantuan dalam berbagai proses akademik maupun administratif yang telah diberikan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
9. Santy Suhermin, selaku Ibunda tersayang dan tercinta peneliti, terima kasih banyak atas kehadiran, kasih sayang yang tak bersyarat, doa yang tak pernah putus, perhatian, dan pengorbanan yang begitu besar yang selalu menjadi alasan terbesar peneliti harus terus melangkah hingga akhirnya peneliti bisa berada di titik ini. Sebagai ungkapan cinta dan hormat, skripsi ini peneliti persembahkan untuk Bunda, yang selalu mendukung sejak awal hingga akhir prosesnya.
10. Nenek, Eyang, Zahra selaku Adik peneliti, Moscow, Marlo, dan keluarga peneliti yang lain, terima kasih atas doa tulus dan segala caranya untuk memberi peneliti dukungan, semangat, serta pelipur lara di tengah penatnya proses ini, atas kasih sayang yang hangat dan kehadiran yang menenangkan, sungguh semua itu tak ternilai harganya bagi peneliti.
11. Aurelio Rizky Kurniawan, terima kasih banyak atas kehadiran, segala perhatian, pengertian, bantuan, dukungan, doa, semangat, kesediaannya menjadi tempat peneliti berkeluh kesah baik dengan tangis ataupun tawa,

dan sumber kekuatan sejak awal masuk perkuliahan hingga peneliti bisa sampai di titik ini, meski jarak memisahkan dan raga tak selalu berada di tempat yang sama.

12. Teman-teman Bismillah IP: Lili, Echa, Indy, Maya, Fara, Nadyne, Alif, dan Rafif, terima kasih karena telah kebersamai, saling menguatkan, dan berjuang bersama peneliti mulai dari masa mahasiswa baru hingga menjadi mahasiswa tingkat akhir dan lulus di tahun yang sama.
13. Nadin dan Kayla, terima kasih atas segala cara sederhana namun bermakna untuk menunjukkan bahwa kalian peduli dan sayang kepada peneliti. Terima kasih telah menjadi sosok yang selalu hadir di saat peneliti membutuhkan dukungan, tempat berbagi cerita, canda tawa, hingga proses ini menjadi terasa lebih menyenangkan.
14. Teman-teman CH: Sarah, Kirana, Rachma, Nabila, Rury, Raedita, dan Radhea, terima kasih atas doa, dukungan, kesediaannya hadir, saling menguatkan, dan saling menghibur di saat sulit sejak tujuh tahun yang lalu hingga peneliti bisa sampai di titik ini.
15. Shahnaz, Syarla, Kezia, Nisrina, dan teman-teman peneliti yang namanya tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas segala bentuk dukungan, kebersamaan, dan semangat yang telah diberikan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
16. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan kepercayaan untuk menjawab kuesioner penelitian ini, terima kasih atas partisipasinya yang sangat berharga, karena tanpa kontribusi kalian penelitian ini tidak akan mungkin terselesaikan.
17. Diri sendiri, Nursyifa Octaviani, terima kasih telah berusaha optimal dalam menyusun skripsi, pantang menyerah, selalu berpikir positif, percaya bahwa dibalik kesulitan yang dilalui ada hal baik yang menunggu, juga yakin dan percaya diri bahwa penelitian ini akan selesai pada waktunya. Terima kasih telah membuktikan bahwa setiap proses, seberat apa pun, dapat dilalui dan menjadi ruang untuk bertumbuh menjadi pribadi yang lebih baik.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian	8
1.6.1 Manfaat Teoritis	8
1.6.2 Manfaat Praktis	8
1.6.2.1 Bagi Peneliti.....	8
1.6.2.2 Bagi Wanita <i>Emerging Adulthood</i> Pengguna Instagram	8
1.6.2.3 Bagi Akademisi	8
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 <i>Body Dissatisfaction</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Body Dissatisfaction</i>	9
2.1.2 Dimensi <i>Body Dissatisfaction</i>	10
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Body Dissatisfaction</i>	10
2.2 <i>Physical Appearance Comparison</i>	11
2.2.1 Definisi <i>Physical Appearance Comparison</i>	11
2.2.2 Aspek <i>Physical Appearance Comparison</i>	12
2.2.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Physical Appearance Comparison</i>	12
2.3 <i>Self-Compassion</i>	13
2.3.1 Definisi <i>Self-Compassion</i>	13
2.3.2 Dimensi <i>Self-Compassion</i>	14
2.3.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Self-Compassion</i>	14
2.4 <i>Emerging Adulthood</i>	15
2.4.1 Definisi <i>Emerging Adulthood</i>	15
2.4.2 Karakteristik <i>Emerging Adulthood</i>	16
2.4.3 Tugas Perkembangan <i>Emerging Adulthood</i>	17
2.5 Pengguna Instagram	17

2.5.1	Definisi Pengguna Instagram	17
2.5.2	Tipe Pengguna Instagram	18
2.6	Hubungan antara <i>Physical Appearance Comparison</i> dengan <i>Body Dissatisfaction</i> yang Dimoderasi oleh <i>Self-Compassion</i>	18
2.7	Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran	20
2.8	Hipotesis Penelitian	21
2.9	Hasil Penelitian yang Relevan	21
BAB III		25
METODE PENELITIAN		25
3.1	Tipe Penelitian	25
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	25
3.2.1	Definisi Konseptual	26
3.2.1.1	Variabel <i>Body Dissatisfaction</i> (Ketidakpuasan Tubuh)	26
3.2.1.2	Variabel <i>Physical Appearance Comparison</i> (Perbandingan Penampilan Fisik)	26
3.2.2	Definisi Operasional	27
3.2.2.1	Variabel <i>Body Dissatisfaction</i> (Ketidakpuasan Tubuh)	27
3.2.2.2	Variabel <i>Physical Appearance Comparison</i> (Perbandingan Penampilan Fisik)	27
3.2.2.3	Variabel <i>Self-Compassion</i> (Welas Asih Diri)	27
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	28
3.3.1	Populasi Penelitian	28
3.3.2	Sampel Penelitian	28
3.3.3	Teknik Sampling	29
3.4	Teknik Pengumpulan Data	30
3.4.1	Teknik Pengambilan Data	30
3.4.2	Instrumen Penelitian	30
3.4.2.1	Instrumen Variabel <i>Body Dissatisfaction</i> (Ketidakpuasan Tubuh)	30
3.4.2.1.1	Latar Belakang Instrumen	30
3.4.2.1.2	Kisi-Kisi Instrumen	31
3.4.2.1.3	Proses Adaptasi Instrumen	33
3.4.2.2	Instrumen Variabel <i>Physical Appearance Comparison</i> (Perbandingan Penampilan Fisik)	34
3.4.2.2.1	Latar Belakang Instrumen	34
3.4.2.2.2	Kisi-Kisi Instrumen	35
3.4.2.2.3	Proses Adaptasi Instrumen	36
3.4.2.3	Instrumen <i>Self-Compassion</i> (Welas Asih Diri)	37
3.4.2.3.1	Latar Belakang Instrumen	37
3.4.2.3.2	Kisi-Kisi Instrumen	40
3.4.2.3.3	Proses Adopsi Instrumen	41
3.5	Uji Coba Instrumen	42
3.5.1	Variabel <i>Body Dissatisfaction</i>	43
3.5.1.1	Uji Daya Beda	43
3.5.1.2	Uji Reliabilitas	46
3.5.2	Variabel <i>Physical Appearance Comparison</i>	47
3.5.2.1	Uji Daya Beda	47
3.5.2.2	Uji Reliabilitas	48

3.5.3	Variabel <i>Self-Compassion</i>	50
3.6	Analisis Data	54
3.6.1	Uji Statistik	54
3.6.1.1	Uji Statistik Deskriptif	54
3.6.1.2	Uji Normalitas	54
3.6.1.3	Uji Linearitas	54
3.6.1.4	Uji Multikolinearitas	55
3.6.1.5	Uji Heteroskedastisitas	55
3.6.1.6	Uji Analisis Regresi	55
BAB IV		57
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		57
4.1	Gambaran Partisipan Penelitian	57
4.1.1	Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia	57
4.1.2	Gambaran Partisipan Berdasarkan Domisili Provinsi	59
4.1.3	Gambaran Partisipan Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)	60
4.1.4	Gambaran Partisipan Berdasarkan Durasi Mengakses Instagram Per Hari	62
4.1.5	Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Konten yang Paling Sering Dilihat di Instagram	63
4.2	Prosedur Penelitian	64
4.2.1	Persiapan Penelitian	64
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	66
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	67
4.3.1	Hasil Analisis Statistik Deskriptif	67
4.3.2	Hasil Uji Asumsi	71
4.3.3	Hasil Uji Hipotesis	74
4.3.4	Hasil Analisis Pendukung	77
4.4	Pembahasan	82
4.5	Keterbatasan Penelitian	86
BAB V		88
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN		88
5.1	Kesimpulan	88
5.2	Implikasi	88
5.3	Saran dan Rekomendasi	89
5.3.1	Wanita <i>Emerging Adulthood</i> Pengguna Instagram	89
5.3.2	Peneliti Selanjutnya	89
DAFTAR PUSTAKA		91
LAMPIRAN		100
RIWAYAT HIDUP		145

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	32
Tabel 3.2 Skoring <i>Item</i> Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	32
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen <i>Physical Appearance Comparison</i>	35
Tabel 3.4 Skoring <i>Item</i> Instrumen <i>Physical Appearance Comparison</i>	36
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen <i>Self-Compassion</i>	40
Tabel 3.6 Skoring <i>Item</i> Instrumen <i>Self-Compassion</i>	41
Tabel 3.7 Kaidah Reliabilitas Guilford	43
Tabel 3.8 Nilai Daya Beda Uji Coba Awal <i>Item</i> Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	43
Tabel 3.9 Nilai Daya Beda Uji Coba Terpakai <i>Item</i> Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	45
Tabel 3.10 Nilai Reliabilitas Uji Coba Awal <i>Item</i> Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	46
Tabel 3.11 Nilai Reliabilitas Uji Coba Terpakai <i>Item</i> Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	46
Tabel 3.12 Nilai Daya Beda Uji Coba Awal <i>Item</i> Instrumen <i>Physical Appearance Comparison</i>	47
Tabel 3.13 Nilai Daya Beda Uji Coba Terpakai <i>Item</i> Instrumen <i>Physical Appearance Comparison</i>	48
Tabel 3.14 Nilai Reliabilitas Uji Coba Awal <i>Item</i> Instrumen <i>Physical Appearance Comparison</i>	49
Tabel 3.15 Nilai Reliabilitas Uji Coba Terpakai <i>Item</i> Instrumen <i>Physical Appearance Comparison</i>	49
Tabel 3.16 Nilai Daya Beda Uji Coba Awal <i>Item</i> Instrumen <i>Self-Compassion</i>	50
Tabel 3.17 Nilai Daya Beda Uji Coba Terpakai <i>Item</i> Instrumen <i>Self-Compassion</i>	51
Tabel 3.18 Nilai Reliabilitas Uji Coba Awal <i>Item</i> Instrumen <i>Self-Compassion</i>	53
Tabel 3.19 Nilai Reliabilitas Uji Coba Terpakai <i>Item</i> Instrumen <i>Self-Compassion</i>	53
Tabel 4.1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia	57
Tabel 4.2 Gambaran Partisipan Berdasarkan Domisili Provinsi	59
Tabel 4.3 Gambaran Partisipan Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)	60
Tabel 4.4 Gambaran Partisipan Berdasarkan Durasi Mengakses Instagram Per Hari	62
Tabel 4.5 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Konten yang Paling Sering Dilihat di Instagram.....	63
Tabel 4.6 Data Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i>	67
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor <i>Body Dissatisfaction</i>	68
Tabel 4.8 Data Deskriptif <i>Physical Appearance Comparison</i>	69
Tabel 4.9 Kategorisasi Skor <i>Physical Appearance Comparison</i>	69
Tabel 4.10 Data Deskriptif <i>Self-Compassion</i>	70
Tabel 4.11 Kategorisasi Skor <i>Self-Compassion</i>	71
Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas Residual.....	72
Tabel 4.13 Hasil Uji Linearitas	72
Tabel 4.14 Hasil Uji Multikolinearitas	73

Tabel 4.15 Hasil Uji Heteroskedastisitas	74
Tabel 4.16 <i>Model Summary</i> Uji Regresi	75
Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis	75
Tabel 4.18 Hasil Uji Beda Skor <i>Body Dissatisfaction</i> dengan Indeks Massa Tubuh	77
Tabel 4.19 Hasil Uji <i>Post Hoc Body Dissatisfaction</i> dengan Indeks Massa Tubuh	78
Tabel 4.20 Hasil Uji Beda <i>Physical Appearance Comparison</i> dengan Indeks Massa Tubuh	79
Tabel 4.21 Hasil Uji <i>Post Hoc Physical Appearance Comparison</i> dengan Indeks Massa Tubuh	80



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	20
Gambar 4.1 Histogram Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia.....	58
Gambar 4.2 Histogram Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Domisili Provinsi	60
Gambar 4.3 Histogram Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)	61
Gambar 4.4 Histogram Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Durasi Mengakses Instagram Per Hari	63
Gambar 4.5 Histogram Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Konten yang Paling Sering Dilihat	64
Gambar 4.6 Diagram Hasil Uji Hipotesis	76



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen <i>Body Dissatisfaction</i>	100
Lampiran 2. Instrumen <i>Physical Appearance Comparison</i>	102
Lampiran 3. Instrumen <i>Self-Compassion</i>	104
Lampiran 4. Kuesioner Asli	107
Lampiran 5. <i>Output</i> Uji Daya Beda dan Uji Reliabilitas	111
Lampiran 6. <i>Output</i> Data Demografi	114
Lampiran 7. <i>Output</i> Analisis Statistik Deskriptif	123
Lampiran 8. <i>Output</i> Uji Prasyarat Regresi	124
Lampiran 9. <i>Output</i> Uji Hipotesis (Regresi Moderasi)	126
Lampiran 10. <i>Output</i> Uji Beda (<i>One-Way ANOVA</i>)	127
Lampiran 11. <i>Output</i> Kategorisasi Skor	129
Lampiran 12. Bukti <i>Email</i> Permohonan Izin Adopsi Alat Ukur <i>Self-Compassion Scale</i>	130
Lampiran 13. Lembar Pernyataan <i>Expert Judgement</i>	131
Lampiran 14. Pernyataan Validasi	138
Lampiran 15. Data Mentah	144

