

**PERAN RELIGIOSITAS DALAM MEMODERASI PENGARUH
KECENDERUNGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL TERHADAP
BODY DISSATISFACTION PADA PEREMPUAN MASA
*EMERGING ADULTHOOD***



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

WILLY SUGIANTO

1801622071

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

**PERAN RELIGIOSITAS DALAM MEMODERASI PENGARUH
KECENDERUNGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL TERHADAP
BODY DISSATISFACTION BAGI PEREMPUAN PADA MASA
*EMERGING ADULTHOOD***



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

Willy Sugianto

1801622071

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Peran Religiositas dalam Memoderasi Pengaruh Kecenderungan Adiksi Media Sosial terhadap *Body Dissatisfaction* pada Perempuan Masa *Emerging Adulthood*

Nama Mahasiswa : Willy Sugianto

NIM : 1801622071

Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 9 Juli 2026

Pembimbing 1

Pembimbing 2

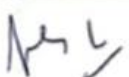


Novitasari R. Damanik, M.Si.
NIP. 198911272022032005



Nanda Putri Adhiningtyas, M.Psi., Psikolog
NIP. 198905192024062001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tanda tangan	Tanggal
Dr. Gungum Gumelar, M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)		
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		
Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog (Ketua Penguji)		22 / 7 / 2026
Rahmadianty Gazadinda S.Psi., M.Sc. Dosen Penguji I (Anggota)		20 Juli 2026
Syahid Izharuddin, M.Si Dosen penguji II (Anggota)		20 Juli 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Willy Sugianto
NIM : 1801622071
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Peran Religiositas dalam Memoderasi Pengaruh Kecenderungan Adiksi Media Sosial terhadap *Body Dissatisfaction* pada Perempuan Masa *Emerging Adulthood*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Mei sampai dengan bulan Juni 2026.
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, 8 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Willy Sugianto

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



Kepada orang-orang yang berusaha meraih yang terbaik untuk dirinya sendiri dan mau menjadi berkat dan penolong untuk orang lain. Kepada masyarakat yang terus bergerak membawa dampak positif serta menjadi ruang belajar yang berharga bagi sesama, serta seluruh rekan seperjuangan yang telah bersedia saling mendukung dan bertukar pikiran di sepanjang proses penyusunan karya ini.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : Willy Sugianto
NIM : 1801622071
Fakultas/Prodi : Psikologi/Psikologi
Alamat email : willysugianto04@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Peran Religiositas dalam Memoderasi Pengaruh Kecenderungan Adiksi Media Sosial terhadap *Body Dissatisfaction* pada Perempuan Masa Emerging Adulthood

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 18 Agustus 2026

Penulis



(Willy Sugianto)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Willy Sugianto
NIM : 1801622071
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

demikian 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 :

Peran Religiositas dalam Memoderasi Pengaruh Kecenderungan Adiksi Media Sosial terhadap *Body Dissatisfaction* pada Perempuan Masa *Emerging adulthood* beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 3 Juli 2026



an,
Willy Sugianto

WILLY SUGIANTO

PERAN RELIGIOSITAS DALAM MEMODERASI PENGARUH
KECENDERUNGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL TERHADAP BODY
DISSATISFACTION PADA PEREMPUAN MASA EMERGING ADULthood

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta,
2026

ABSTRAK

Penampilan fisik dan standar kecantikan ideal yang dipaparkan secara masif melalui media sosial dapat memicu munculnya *body dissatisfaction* pada perempuan, khususnya pada masa *emerging adulthood*. Keterlibatan yang berlebihan hingga mengarah pada kecenderungan adiksi media sosial berpotensi meningkatkan intensitas perbandingan sosial terhadap tubuh. Di sisi lain, religiositas diasumsikan dapat menjadi sistem nilai alternatif yang melindungi individu dari evaluasi negatif terhadap tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran religiositas dalam memoderasi pengaruh kecenderungan adiksi media sosial terhadap *body dissatisfaction* pada perempuan pada masa *emerging adulthood*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksplanatori dengan desain *cross-sectional*. Partisipan penelitian berjumlah 130 perempuan pada masa *emerging adulthood* (usia 18–22 tahun) yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan adaptasi instrumen *Social Media Addiction Scale-Student Form* (SMAS-SF), *Body Dissatisfaction Scale for Women* (BDS-W), dan *The Centrality of Religiosity Scale* (CRS-10). Analisis data dilakukan dengan teknik *Moderated Regression Analysis* (MRA) menggunakan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan adiksi media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap *body dissatisfaction* ($\beta = 0,343$; $p < 0,001$). Sementara itu, religiositas tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction* ($\beta = -0,181$; $p = 0,461$). Hasil uji moderasi menunjukkan bahwa religiositas tidak berperan sebagai variabel moderator dalam hubungan antara kecenderungan adiksi media sosial dan *body dissatisfaction* ($\beta = 0,000$; $p = 0,976$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingginya sentralitas agama dalam kehidupan individu belum mampu memodifikasi atau memperlemah dampak negatif paparan intensif media sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada perempuan masa *emerging adulthood*.

Kata kunci: kecenderungan adiksi media sosial, *body dissatisfaction*, religiositas, perempuan masa *emerging adulthood*

WILLY SUGIANTO

**THE ROLE OF RELIGIOSITY IN MODERATING THE INFLUENCE OF
SOCIAL MEDIA ADDICTION TENDENCY ON BODY DISSATISFACTION
AMONG EMERGING ADULT WOMEN**

UNDERGRADUATE THESIS

Jakarta: Psychology, Faculty of Psychology, State University of Jakarta, 2026

ABSTRACT

Physical appearance and idealized beauty standards massively portrayed on social media can trigger body dissatisfaction among women, particularly during emerging adulthood. Excessive engagement leading to social media addiction tendencies potentially intensifies body-related social comparison. Conversely, religiosity is assumed to serve as an alternative value system protecting individuals from negative bodily evaluations. This study aimed to investigate the role of religiosity in moderating the effect of social media addiction tendencies on body dissatisfaction among emerging adult women. An explanatory quantitative approach with a cross-sectional design was employed. Participants comprised 130 emerging adult women (aged 18–22 years) selected via purposive sampling. Data were collected using adapted versions of the Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF), Body Dissatisfaction Scale for Women (BDS-W), and The Centrality of Religiosity Scale (CRS-10). Data analysis was performed using Moderated Regression Analysis (MRA) assisted by IBM SPSS Statistics 27. The results showed that social media addiction tendencies had a positive and significant effect on body dissatisfaction ($\beta = 0.343$; $p < 0.001$). Meanwhile, religiosity had no significant direct effect on body dissatisfaction ($\beta = -0.181$; $p = 0.461$). Moderation test results indicated that religiosity did not act as a moderator in the relationship between social media addiction tendencies and body dissatisfaction ($\beta = 0.000$; $p = 0.976$). Conclusively, high centrality of religion in an individual's life is insufficient to modify or attenuate the negative impacts of intensive social media exposure on body dissatisfaction among emerging adult women.

Keywords: social media addiction tendency, body dissatisfaction, religiosity, emerging adult women

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, berkah, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Peran Religiositas dalam Memoderasi Pengaruh Kecenderungan Adiksi Media Sosial terhadap *Body Dissatisfaction* pada Perempuan Masa *Emerging Adulthood*”. Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari tantangan dan hambatan. Namun, berkat bantuan, bimbingan, arahan, serta dukungan dari berbagai pihak, skripsi ini akhirnya dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Sarjana Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan arahan dan kelancaran administratif selama masa perkuliahan.
6. Ibu Novitasari R. Damanik, M. Si., selaku Dosen Pembimbing I, yang telah memberikan banyak waktu, perhatian, kesabaran, serta arahan yang sangat berharga ilmiah dalam membimbing penulis menyelesaikan penelitian ini.
7. Ibu Nanda Putri Adhiningtyas, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II, yang dengan penuh dedikasi, ketelitian, dan motivasi

telah membimbing serta membantu penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.

8. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan yang luar biasa bermanfaat selama masa perkuliahan.
9. Seluruh jajaran staf tata usaha dan administrasi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah banyak membantu kelancaran berbagai proses akademik penulis.
10. Ayah, ibu, kakak, dan adik tercinta, sebagai *support system* paling utama yang tiada hentinya memberikan doa, kasih sayang, kesabaran, serta dukungan moral maupun material dalam setiap langkah perjalanan hidup penulis.
11. Loveleen, yang telah setia menemani di setiap fase perjalanan ini, senantiasa memberikan semangat, mengingatkan penulis untuk tidak menyerah, dan selalu mendorong untuk melakukan yang terbaik.
12. Teman-teman di kampus Halimun, terima kasih atas kebersamaan, bantuan, keceriaan, serta solidaritas yang telah mewarnai masa-masa perkuliahan dan perjuangan penulis.
13. Piyo, Ume, Uget, Cheesy, dan Kyon, selaku *sugar glider* peliharaan penulis, yang dengan tingkah lucunya telah menjadi hiburan, penenang, dan penyejuk pikiran di sela-sela kejenuhan proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu psikologi serta pihak-pihak yang membutuhkan.

Jakarta, 18 Juni 2026

Willy Sugianto

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	10
1.3. Batasan Masalah.....	10
1.4. Rumusan Masalah	10
1.5. Tujuan Penelitian.....	11
1.6. Manfaat Penelitian.....	11
1.6.1. Manfaat Teoretis	11
1.6.2. Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1. Kecenderungan Adiksi Media Sosial	13
2.1.1. Definisi Kecenderungan Adiksi Media Sosial.....	13
2.1.2. Faktor Kecenderungan Adiksi Media Sosial	13
2.1.3. Dimensi Kecenderungan Adiksi Media Sosial	15
2.2. <i>Body Dissatisfaction</i>	17
2.2.1. Definisi <i>Body Dissatisfaction</i>	17
2.2.2. Faktor <i>Body Dissatisfaction</i>	17
2.2.3. Dimensi <i>Body Dissatisfaction</i>	22

2.3. Religiositas	23
2.3.1. Definisi Religiositas.....	23
2.3.2. Faktor Religiositas	24
2.3.3. Dimensi Religiositas	25
2.4. Perempuan pada Masa <i>Emerging Adulthood</i>	27
2.5. Dinamika antara Kecenderungan Adiksi Media Sosial dengan <i>Body Dissatisfaction</i> pada Perempuan Masa <i>Emerging Adulthood</i>	28
2.5.1. Disrupsi Standar Kecantikan dan Tekanan Sosial di Media Sosial ..	31
2.6. Mekanisme Moderasi Religiositas dalam Hubungan Kecenderungan Adiksi Media Sosial dan <i>Body Dissatisfaction</i>	32
2.7. Hipotesis Penelitian.....	34
2.8. Kerangka Teoritis	34
2.9. Hasil Penelitian yang Relevan.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
3.1. Tipe Penelitian.....	39
3.2. Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian	39
3.2.1. Definisi Konseptual	40
3.2.2. Definisi Operasional	41
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	42
3.3.1. Populasi.....	42
3.3.2. Sampel	42
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel	43
3.4. Teknik Pengumpulan Data	44
3.4.1. Instrumen Penelitian	45
3.4.1.1. <i>Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF)</i>	45
3.4.1.2. <i>Body Dissatisfaction Scale for Women (BDS-W)</i>	48
3.4.1.3. <i>The Centrality of Religiosity Scale (CRS-10)</i>	50
3.5. Analisis Data	53
3.5.1. Uji Statistik Deskriptif	53
3.5.2. Uji Normalitas.....	53
3.5.3. Uji Linearitas	54
3.5.4. Uji Multikolinearitas.....	54

3.5.5. Uji Heteroskedastisitas	54
3.5.6. Uji Korelasi.....	54
3.5.7. <i>Moderated Regression Analysis (MRA)</i>	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	56
4.1. Gambaran Partisipan	56
4.1.1. Partisipan berdasarkan Usia.....	56
4.1.2. Partisipan berdasarkan Agama yang Dianut	56
4.2. Prosedur Penelitian.....	57
4.2.1. Persiapan Penelitian	57
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	60
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	60
4.3.1. Data Deskriptif.....	60
4.3.1.1. Data Deskriptif Variabel Kecenderungan Adiksi Media Sosial .	60
4.3.1.2. Data Deskriptif Variabel <i>Body Dissatisfaction</i>	61
4.3.1.3. Data Deskriptif Variabel Religiositas	62
4.3.2. Hasil Uji Asumsi.....	63
4.3.2.1. Uji Normalitas.....	64
4.3.2.2. Uji Linearitas.....	64
4.3.2.3. Uji Multikolinearitas	64
4.3.2.4. Uji Heterokedastisitas	65
4.3.3. Hasil Uji Hipotesis.....	66
4.3.3.1. Uji Korelasi	66
4.3.3.2. Uji <i>Moderated Regression Analysis</i>	67
4.4. Pembahasan.....	70
4.4.1. Pengaruh Kecenderungan Adiksi Media Sosial terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> pada Perempuan Masa <i>Emerging Adulthood</i>	70
4.4.2. Pengaruh Religiositas terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> pada Perempuan Masa <i>Emerging Adulthood</i>	72
4.4.3. Peran Religiositas dalam Memoderasi Pengaruh Kecenderungan Adiksi Media Sosial terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> pada Perempuan Masa <i>Emerging Adulthood</i>	73
4.5. Keterbatasan Penelitian	78

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	80
5.1. Kesimpulan.....	80
5.2. Implikasi.....	80
5.3. Saran dan Rekomendasi	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN.....	92



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Blueprint SMAS-SF	46
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> BDS-W	49
Tabel 3.3. Blueprint CRS-10.....	51
Tabel 3.4. Kategorisasi Koefisien Korelasi.....	66
Tabel 4.1. Distribusi Partisipan berdasarkan Usia	56
Tabel 4.2. Distribusi Partisipan berdasarkan Agama yang Dianut	57
Tabel 4.3. Analisis Deskriptif Variabel Kecenderungan Adiksi Media Sosial	61
Tabel 4.4. Analisis Deskriptif Variabel Body Dissatisfaction	62
Tabel 4.5. Analisis Deskriptif Variabel Religiositas.....	63
Tabel 4.6. Uji Linearitas.....	64
Tabel 4.7. Uji Multikolinearitas	65
Tabel 4.8. Uji Heterokedastisitas (Uji Glejser)	65
Tabel 4.9. Uji Korelasi	66
Tabel 4.10. Model Summary.....	67
Tabel 4.11. Coefficient.....	68



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teoritis.....	35
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Perizinan Adaptasi Instrumen.....	92
Lampiran 2. Bukti Kuesioner Uji Coba	93
Lampiran 3. Bukti Kuesioner Penelitian.....	93
Lampiran 4. Hasil Validitas dan Reliabilitas Pilot Test	93
Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas Data Penelitian	95
Lampiran 6. Expert Judgement Dosen Pembimbing I	98
Lampiran 7. Expert Judgement Dosen Pembimbing II.....	101
Lampiran 8. Redaksi dan Revisi Item Pilot Test.....	104
Lampiran 9. Instrumen Final.....	106
Lampiran 10. <i>Raw Data</i>	112
Lampiran 11. Hasil Uji Statistik SPSS.....	112
Lampiran 12. Riwayat Hidup Penulis	117

