

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Volume 2, Nomor 7, 2024, Halaman 508-515
Licenced by CC BY-SA 4.0
E-ISSN: 2986-6340
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.12733763>

***Social Comparison* Sebagai Prediktor *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa Universitas X Pengguna Instagram**

Devi Triyani^{1*}, Rijal Abdillah²

¹⁻²Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jl. Harsono RM No.67, Ragunan, Pasar Minggu, Kota Jakarta Selatan, Jakarta, Indonesia 12550

*Email: rijal.abdillah@dsn.ubharajaya.ac.id¹

Abstract

Until now, the use of social media has facilitated its users to communicate in cyberspace. Instagram is one of the most popular social media for students. Photo-based social media can increase Social Comparison related to appearance and body which can increase physical dissatisfaction in students. Several factors influence Body Dissatisfaction, one of which is Social Comparison. This study aims to determine the effect of body dissatisfaction on social comparison in Esa Unggul University students. The method used in this research is quantitative and uses cluster sampling. This research instrument uses body dissatisfaction and social comparison scales. The results of the simple linear regression test show that the regression coefficient is 1.530 and the coefficient of determination (R Square) is 0.666 with a significance of 0.000 ($p < 0.5$) which shows the effective contribution of the two variables which is 15.30% and the rest is influenced by other variables or factors not examined in this study. The coefficient value shows a positive value, so it can be interpreted that body dissatisfaction positively affects social comparison. The suggestions for further research expand respondents, not focusing on other factors that have a greater influence on body dissatisfaction and social comparison.

Keywords: *Body Dissatisfaction, Social Comparison, Students, Instagram*

Abstrak

Sampai saat ini, penggunaan media sosial mampu memudahkan para penggunanya untuk berkomunikasi didunia maya. Instagram merupakan salah satu media sosial yang paling banyak diminati oleh mahasiswa. Media sosial yang berbasis foto bisa meningkatkan *Social Comparison* terkait penampilan dan tubuh yang dapat meningkatkan ketidakpuasan fisik pada mahasiswa. Terdapat beberapa faktor yang menjadi pengaruh *Body Dissatisfaction* yaitu salah satunya *Social Comparison*. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body dissatisfaction* terhadap *social comparison* pada mahasiswa Universitas Esa Unggul. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dan menggunakan teknik *cluster sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan skala *body dissatisfaction* dan *social comparison*. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa koefisien regresi sebesar 1,530 dan nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,666 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,5$) yang menunjukkan sumbangan efektif kedua variabel yaitu sebesar 15,30% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Pada nilai koefisien tersebut menunjukkan nilai positif, sehingga dapat diartikan bahwa *body dissatisfaction* berpengaruh positif terhadap *social comparison*. Adapun saran untuk peneliti selanjutnya memperluas responden, tidak berfokus pada faktor-faktor lain yang mempunyai pengaruh lebih besar terhadap *body dissatisfaction* dan *social comparison*

Kata kunci: *Body Dissatisfaction, Social Comparison, Mahasiswa, Instagram*

Article Info

Received date: 20 June 2024

Revised date: 30 June 2024

Accepted date: 05 July 2024

PENDAHULUAN

Sampai saat ini penggunaan media sosial instagram mampu banyak menarik perhatian banyak orang karena bisa memberikan akses untuk berkomunikasi secara tidak langsung yang digunakan oleh berbagai kalangan usia dan latar belakang yang berbeda-beda, jumlah pengguna instagram terbanyak pada rentang usia 18-34 tahun (Kemp, 2019). Instagram salah satu media sosial yang paling banyak diminati oleh mahasiswa. Mahasiswa yang menggunakan media sosial Instagram sering melakukan perbandingan sosial lebih dengan orang lain sehingga mempengaruhi harga dirinya (Stapleton et al., 2017).

Menurut Bella Megawati & Rohmah Nurhayati, (2022) media sosial yang berbasis foto bisa meningkatkan *Social Comparison* terkait penampilan dan tubuh yang dapat meningkatkan ketidakpuasan fisik pada mahasiswa. Dimana pada perkembangan fisik manusia telah mencapai puncaknya, baik laki-laki maupun Wanita, keduanya melakukan hal yang sama ketika sedang dihadapkan oleh lawan jenis. Individu yang memiliki persepsi terhadap bentuk tubuh dan berat tubuh, serta munculnya perilaku yang mengarah pada penampilan fisik individu. Munculnya persepsi tersebut dapat berupa penilaian positif maupun negatif, Jika individu puas dengan kondisi fisiknya, maka penilaian positif akan muncul dan memuai menjadi *body dissatisfaction*. Namun sebaliknya, jika *body dissatisfaction* terjadi Ketika individu memiliki pandangan negatif Maka penilaian negatif akan muncul. Perilaku *body dissatisfaction* pada mahasiswa dapat mengakibatkan berbagai dampak negatif.

Body dissatisfaction merupakan penilaian negatif terhadap tubuh, hal ini disebabkan adanya perbedaan persepsi antara ukuran dan bentuk tubuh yang dimiliki individu lain yang lebih ideal dengan bentuk tubuh yang dimilikinya saat ini (Puspitasari & Ambarini, 2017). Faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* diantaranya ialah pemikiran mengenai, kesehatan mental dan perilaku kesehatan, persepsi yang salah mengenai berat badan, usia, alasan pribadi untuk menurunkan berat badan, tinggi badan, dan bagian tubuh lainnya (Kartikasari, 2013).

Adapun dalam konteks lain, *Body Dissatisfaction* yang dialami oleh mahasiswa dimana mereka merupakan salah satu kelompok sosial yang rentan mengalami gaya hidup yang berlebihan, trend, dan mode yang menurut mereka sangat penting. Agar lebih diterima dan tampil percaya diri biasanya Mahasiswa melakukan apa yang dilakukan oleh teman sekelompoknya terutama pada saat di kampus. Adanya Ketidakpuasan tubuh merupakan proses internal namun bisa dipengaruhi oleh faktor eksternal yang bisa berdampak pada bagaimana seseorang melihat dan merasa terkait penampilan mereka, contoh pengaruh eksternal adalah paparan media (Marizka et al., 2019).

Semakin seseorang membandingkan kondisi tubuhnya dengan orang lain, hal tersebut dapat menyebabkan mereka semakin tidak puas dengan bentuk tubuhnya sendiri. *social comparison* dapat mempengaruhi *body dissatisfaction* seperti penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, tidak percaya diri berada di lingkungan sosial, adanya kebiasaan *body checking* yang berulang-ulang, menyamakan bentuk tubuh dan menjauhi segala aktivitas sosial. satu faktor yang mempengaruhi individu yang memiliki *social comparison* tinggi yang membandingkan dirinya dengan orang lain dan dilakukan secara terus-menerus berakibat semakin sering individu mengamati bentuk tubuh sehingga membentuk adanya *Body Dissatisfaction*. (Dewi et al., 2020).

salah satu faktor yang mempengaruhi individu melakukan *body dissatisfaction* adalah perbandingan sosial (*social comparison*). *Social comparison* terjadi karena munculnya standar tubuh yang ideal, sehingga individu membandingkan bentuk tubuhnya sendiri dengan tubuh ideal masyarakat, yang berujung dengan munculnya *body dissatisfaction* (Grogan, 2021).

Body dissatisfaction dominan dikaitkan dengan kaum Wanita saja tidak dengan laki-laki. Berdasarkan budaya darat, laki-laki seseorang yang menjadi penyokong keluarga, pekerja keras, seorang pemimpin yang mampu menentukan sebuah Langkah, berpengetahuan yang luas, dan sebagai pemecah masalah. Individu mempunyai anggapan bahwa kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep tubuh idealnya, individu tersebut akan merasa kurang secara fisik. Keadaan seperti ini yang sering membuat individu tidak dapat menerima kondisinya dengan apa adanya sehingga dapat mengalami *body dissatisfaction* (Dewi et al., 2020).

Untuk memperkuat fenomena, peneliti telah melakukan survei dengan penyebaran kuisioner online (*google form*) kepada 22 mahasiswa yang menggunakan instagram. Berdasarkan survei menunjukan mahasiswa Universitas Esa Unggul sering memperhatikan penampilannya dengan orang lain di sosial media, membandingkan diri sendiri dengan orang lain seperti dari segi berat badan dan bentuk tubuh mereka sehingga merasa bahwa orang lain memiliki kelebihan dibanding dirinya dalam segi fisik merasa *insecure*. Mahasiswa Universitas Esa Unggul Merasa khawatir pada kondisi fisik dan wajah mereka tak kadang juga merasa ingin melakukan diet agar mencapai kondisi tubuh yang mereka inginkan. Mahasiswa merasa minder dengan kondisi tubuhnya ketika bercermin dan merasa takut akan terjadinya perubahan pada kondisi tubuhnya. Survei tersebut diperkuat oleh hasil penelitian (Dewi et al., (2020) yang disebar kepada 100 responden pada dewasa awal yang menggunakan instagram, berdasarkan hasil penelitian menunjukan hubungan positif yang signifikan antara *social*

comparison dengan *body dissatisfaction*. Peneliti menarik lainnya dari Najla & Zulfiana, (2022) jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 300 subjek pada laki-laki. Berdasarkan hasil pengujian terdapat pengaruh positif antara *social comparison* terhadap *body dissatisfaction*. Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas, maka tujuan diadakan penelitian ini ialah untuk mengetahui bagaimana *social comparison* mampu menjadi prediktor *body dissatisfaction* terhadap mahasiswa Universitas Esa Unggul pengguna instagram.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah pendekatan penelitian yang dituntut menggunakan angka, dimuali untuk meneliti pada populasi atau sampel-sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data yang bersifat kuantitatif yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan (Sugiyono, 2019).

Pada penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas (Independent Variabel) dan Variabel Terikat (dependent Variabel). Sama halnya dengan penjelasan (Sugiyono, 2019), variabel bebas (independent variabel) adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (dependent variabel). Sedangkan variabel terikat (dependent variabel), dipengaruhi atau yang akan menjadi akibat adanya variabel bebas (indepent variabel). Adapun variabel bebas pada penelitian ini adalah *social comparison*, dan variabel terikatnya adalah *body dissatisfaction*.

Social Comparison adalah terjadinya proses yang saling mempengaruhi perilaku individu dalam membandingkan pendapat, kemampuan serta kebutuhan penilaian diri dengan orang lain dalam berbagai aspek kehidupan. Variabel ini akan diukur menggunakan skala *Social Comparison* yang diadaptasi dan dimodifikasi dari Buunk & Gibbons, (1999) yang meliputi dua Aspek, yaitu : *ability* dan *opinion*.

Menurut Andini, (2020) *Body Dissatisfaction* adalah seseorang yang memiliki rasa ketidaknyamanan dengan kondisi tubuh karena seseorang cenderung merasa bahwa bentuk tubuhnya tidak sempurna dan membandingkan bentuk tubuh yang lain Variabel ini akan diukur menggunakan Skala *Body Dissatisfaction* yang diadaptasi dari Cooper,1987 yang meliputi 3 aspek *Body Dissatisfaction*, Yaitu *Self Perception Of Body Shape* (persepsi terhadap bentuk tubuh), *Comparative perception of body image* (persepsi komparatif terhadap citra tubuh), *Attitude concerning body image alteration* (sikap tentang perubahan citra tubuh).

Skala *social comparison* terdiri dari 11 aitem pernyataan dan Skala *body dissatisfaction* terdiri dari 34 aitem. Skala ini terdiri dari pernyataan positif (favorable) dan pernyataan negatif (unfavorable) dengan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini diambil dari Mahasiswa aktif Universitas Esa Unggul. Dalam penelitian ini, peneliti mempersempit populasi yaitu jumlah seluruh mahasiswa Universitas Esa Unggul dengan menghitung ukuran sampel yang akan dilakukan menggunakan bantuan penghitungan G*Power. Dari hasil perhitungan yang telah dilakukan, jumlah sampel yang didapatkan yaitu minimal 135 Mahasiswa yang akan diteliti.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Teknik probability dan menggunakan metode cluster sampling. Probabilty sampling didefinisikan oleh Sugiyono, (2019) ialah sebagai Teknik pengambilan sampel yang memiliki peluang atau kesempatan yang sama kepada setiap responden yang dipilih menjadi sampel. Kemudian Teknik pengambilan yang diambil peneliti adalah Cluster Sampling yaitu dilakukan dengan cara randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek penelitian secara individual (Azwar, 2012).

alat ukur yang digunakan pada skala *body dissatisfaction* atau ketidakpuasaan terhadap tubuh, menggunakan adopsi alat (Aritonang Aldinur et al., 2015) dengan rentang validitas 0,306 – 0,786. Skala *body dissatisfaction* disusun berdasarkan aspek menurut (Cooper,1987). Sementara pada alat ukur yang digunakan pada skala *social comparison* yaitu *The lowa-Netherlands Comparison Orentation Measure (INCOM)*. Alat ukur yang dikembangkan oleh Buunk dan Gibbons, (1999).

Selanjutnya, peneliti menggunakan Teknik korelasi pearson (*pearson correlation*) untuk mengetahui apakah terdapat korelasi yang signifikan antara *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* Penelitian ini akan menggunakan uji asumsi yaitu uji normalitas, uji linearitas, uji

heterokedastisitas, uji korelasi, dan uji regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* apabila data yang diperoleh lolos pada saat uji asumsi. Dalam penelitian ini, uji statistic dengan menggunakan aplikasi statistic SPSS for windows 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan uji validitas dilakukan dengan memeriksa koefisien korelasi item total sebesar 0,30 dan apabila jumlah total item tidak memenuhi setiap dimensi alat ukur, maka koefisien korelasi item total diturunkan menjadi 0,25. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan aitem mana saja yang memiliki nilai koefisien <0.30 . berdasarkan uji validitas skala *social comparison* menyatakan bahwa hasil nilai koefisien korelasi item total bergerak dari 0,700 - 0,837. Pada hasil uji reliabilitas skala *social comparison* menunjukkan koefisien Alpha sebesar 0,930. Berdasarkan nilai uji validitas menandakan bahwa skala *social comparison* layak digunakan sebagai alat ukur untuk mengukur *social comparison*.

Selain itu, hasil uji validitas dibuat berdasarkan koefisien korelasi item total sebesar 0,30 dan apabila jumlah rasio item tidak memenuhi setiap dimensi alat ukur, maka koefisien korelasi item total dapat diturunkan menjadi 0,25. Berdasarkan penelitian yang dilakukan memperoleh hasil menunjukkan aitem mana saja yang memiliki nilai koefisien <0.30 . Hasil uji validitas yang dilakukan peneliti pada skala *body dissatisfaction* menunjukkan koefisien korelasi item total bergerak dari 0,318 - 0,856. Sementara, hasil uji reliabilitas skala *body dissatisfaction* menunjukkan nilai koefisien sebesar 0,951. Sehingga dapat dikatakan bahwa skala *body dissatisfaction* layak digunakan sebagai alat ukur untuk mengukur taraf *body dissatisfaction*.

Selanjutnya peneliti melakukan Uji hipotesis apabila data yang telah melewati syarat uji asumsi yaitu uji normalitas, uji linearitas, dan uji heterokedastisitas. Pada uji normalitas penelitian menggunakan uji *one-sample Kolmogorov-Smirnov tes*, selanjutnya yaitu uji linearitas yang menggunakan uji Deviation From Linearity pada Anova Table dan yang terakhir yaitu uji heterokedastisitas yang menggunakan uji metode glejser. Setelah melakukan uji asumsi peneliti melakukan uji regresi sederhana untuk mengetahui hipotesis mayor dan hipotesis minor. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan software SPSS 25.

Karakteristik Subjek

Peneliti memperoleh total subjek berjumlah 139 orang dengan lebih banyak pada jenis kelamin perempuan yang berjumlah 83 orang dan laki-laki yang sebanyak 56 orang. Peneliti juga memperoleh kriteria usia responden yaitu usi 19-25 tahun yang sebanyak 139 orang. Selain memperoleh usia dan jenis kelamin, peneliti juga mengolah data berapa banyak subjek penelitian dari berbagai program studi di Universitas Esa Unggul.

Profil Demografis

Profil demografis yang diuji oleh peneliti pada variabel *social comparison* dan *body dissatisfaction* dapat dilihat pada tabel dibawah:

Tabel 1. Profil Demografis

Variabel	Mean	Median	SD
<i>Social Comparison</i>	30.01	27	11.183
<i>Body Dissatisfaction</i>	77.12	70	20.960

Hasil diatas menunjukkan variabel *social comparison* memiliki nilai mean yang didapatkan sebesar 30,01 nilai median yang berjumlah 27 dan nilai standar deviasi yang didapatkan sebesar 11,183. Sementara pada variabel *body dissatisfaction* bernilai mean 77,12 nilai median yang didapatkan sebesar 70, pada nilai standar deviasi yang didapatkan senilai 20,960.

Uji Asumsi

Pada Uji Asumsi terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, uji heterokedastisitas, dapat dilihat pada tabel berikut :

Table.2. Hasil Uji Asumsi

	Uji Normalitas Kolmogrov-Smirnov	Uji Linearitas Deviation Linerity	Uji Heteroskedastisitas Uji Glesjser
Sign.	0.200	0,098	0,246

Keterangan	Data terdistribusi normal	Data terdistribusi linear	Tidak terjadi gejala Heterokedastisitas
------------	---------------------------	---------------------------	---

Hasil data tabel diatas menunjukkan bahwa data variabel *social comparison* berdistribusi normal dengan melakukan uji normalitas yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$), hasil tersebut dapat diartikan data berdistribusi normal.

Pada hasil uji linear menandakan adanya hubungan yang linear antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* dengan nilai yang signifikansi sebesar 0,098. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ($p > 0,05$) yang artinya hubungan antara kedua variabel linear. Uji Heterokedastisitas pada table diatas menunjukkan bahwa data variabel *social comparison* berdistribusi tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dengan nilai yang signifikansi 0,246 ($p > 0,05$) yang artinya tidak terjadinya gejala heterokedastisitas. Berdasarkan uji normalitas, uji linieritas, dan uji heterokedastisitas yang telah dilakukan maka dapat dikatakan data dalam penelitian ini berdistribusi normal dan menunjukan pengaruh yang linear sehingga dapat dilanjutkan ketahap berikutnya yaitu analisis regresi linear sederhana.

Kategorisasi Penelitian

Uji kategorisasi dalam penelitian ini menggunakan skala *social comparison* yang terdiri dari 11 aitem dan skala *body dissatisfaction* yang terdiri dari 34 aitem.

Tabel 3. Hasil Uji Kategorisasi Social Comparison

Kategorisasi	Batas Nilai	N	Persentase
Rendah	$x < 25,7$	66	47,5%
Sedang	$25,7 \leq x \leq 40,3$	42	30,2%
Tinggi	$40,3 \leq x$	31	22,3%
Total		139	100%

Hasil kategorisasi *social comparison*, terlihat bahwa responden yang memiliki *social comparison* yang tinggi berjumlah 31 responden (47,5%), responden yang memiliki *social comparison* yang sedang 42 responden (30,2%) dan responden selanjutnya memiliki kategorisasi rendah 66 responden (22,3%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adelia & Rinaldi, (2022) yang memiliki kategorisasi rendah, dimana responden cenderung memiliki tingkat rendah dalam kedua aspek, yaitu upward comparison (perbandingan ke atas) dan downward comparison (perbandingan ke bawah). Ini dapat mengindikasikan sikap yang menerima terhadap diri sendiri dan fokus pada pertumbuhan pribadi.

Pada tabel dibawah ini menunjukan hasil kategorisasi skala *body dissatisfaction*.

Tabel.4. Hasil Uji Kategorisasi Body Dissatisfaction

Kategorisasi	Batas Nilai	N	Persentase
Rendah	$x < 67,7$	64	46%
Sedang	$67,7 \leq x \leq 106,3$	52	37,4%
Tinggi	$106,3 \leq x$	23	16,5%
Total		139	100%

Tabel kategorisasi *body dissatisfaction*, menyatakan bahwa responden yang memiliki *body dissatisfaction* yang tinggi 23 responden (16,5%), responden yang memiliki *body dissatisfaction* yang sedang 52 responden (37,4%) dan responden yang memiliki kategorisasi rendah 64 responden (46%).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adelia & Rinaldi, (2022) memiliki kategori rendah yang menyatakan bahwa mahasiswa merasa puas dengan bentuk tubuh dan penampilan wajah mereka.

Uji Hipotesis

Pada uji hipotesis peneliti melakukan uji korelasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction*.

Tabel.5. Hasil Uji Korelasi

Variabel	Koefisien korelasi	Signifikansi	Jumlah subjek
<i>Social comparison</i> <i>Body dissatisfaction</i>	0,816**	0,000	140

**Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Peneliti menyatakan hasil uji korelasi antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,816 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), hal tersebut dapat dikatakan bahwa kedua variabel signifikan dan artinya H_a diterima dan H_0 ditolak. Nilai korelasi yang didapat, menunjukkan bahwa variabel *social comparison* memiliki pengaruh pada variabel *body dissatisfaction*. Sehingga dapat dinyatakan terdapat hubungan positif yang signifikan yang artinya ada kemungkinan pengaruh antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction*.

Peneliti menggunakan uji regresi linear sederhana dengan tujuan untuk menguji pengaruh satu variabel bebas terhadap variabel terikat. Tabel dibawah ini menunjukkan hasil uji F

Tabel.6. Hasil Uji F Simultan

		Anova				
Model		Surn of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	40382.052	1	40382.052	273.271	000b
	Residual	20244.869	137	147.772		
	Total	60626.921	138			

Sumber: (data statistic SPSS 25)

Hasil olah data uji Anova diperoleh hasil F hitung sebesar 273.271 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Dapat dikatakan terdapat pengaruh antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction*. Selain itu, tabel dibawah ini menunjukkan tabel *model summary*.

Tabel.7. Model Summary

Modal	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.816	.666	.664	12.156

a. predictors: (Constant), Social Comparison

Berdasarkan tabel uji koefisien determinasi diatas, dapat diketahui nilai (R square) sebesar 0,666 atau dapat diartikan sebagai 66,6%. Nilai tersebut meenjelaskan bahwa *body dissatisfaction* sebagai variabel bebas mempengaruhi *social comparison* sebagai variabel terkait sebesar 66,6% sedangkan sisanya 33,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dijelaskan didalam penelitian ini.

Tabel.8. Persamaan Regresi Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardize d Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	31.222	2.962		10.541	.000
Social Comparison	1.530	.093	.816	16.531	.000

a. Dependent Variable: Body Dissatisfaction

Dapat dinyatakan bahwa *body dissatisfaction* mempunyai nilai signifikansi sebesar 0,000 karena $<0,05$, sehingga dapat dikatakan bahwa *body dissatisfaction* terhadap *social comparison* memiliki pengaruh yang signifikan dan berarah positif.

Dapat disimpulkan bahwa penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh positif yang signifikan antara *social comparison* terhadap *body dissatisfaction*. Dimana semakin tinggi *social comparison* individu maka semakin tinggi pula tingkat *body dissatisfaction* pada diri individu. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi et al., (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *social comparison* dengan *Body Dissatisfaction*.

Adapun keterbatasan pada penelitian adalah tidak memperhitungkan faktor-faktor lain yang mungkin memiliki pengaruh lebih besar terhadap *body dissatisfaction* dan *social comparison*, Terkait dengan pengambilan data yang dilakukan secara online, hal ini menyebabkan peneliti tidak dapat mengetahui dengan pasti apakah responden mengetahui topik dari kuesioner ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil perhitungan data dan analisis penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara variabel *body dissatisfaction* terhadap *social comparison* pada mahasiswa Universitas x dengan hasil uji hipotesis penelitian ini menggunakan uji-f dan uji-t dalam analisis regresi linier sederhana untuk menguji pengaruh diantara variabel *body dissatisfaction* terhadap pengaruh *social comparison*. hasil analisis menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *body dissatisfaction* terhadap *social comparison*. selanjutnya, peneliti menyimpulkan bahwa *Body dissatisfaction* pada mahasiswa universitas X pengguna instagram berada pada kategori rendah, *Social comparison* pada mahasiswa universitas x pengguna instagram berada pada kategori rendah. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa universitas x pengguna instagram. Adanya korelasi yang signifikan di antara kedua variabel tersebut, penelitian menyarankan bagi pengguna Instagram untuk menghindari perilaku *social comparison* yang cenderung menjadi penyebab munculnya *body dissatisfaction*.

REFERENSI

- Adelia, A., & Rinaldi. (2022). Hubungan Antara Social Comparison dengan Body Dissatisfaction pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram di Kota Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7, 28024–28030. <http://repository.unika.ac.id/28084/>
- Andini, S. F. (2020). Aktivitas dan Pengaruh Sosial Media terhadap Body Dissatisfaction pada Dewasa Awal. *Analitika*, 12(1), 34–43. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3762>
- Aritonang Aldinur, I., Suyanto, & Azrin, M. (2015). *Gambaran Citra Tubuh Dan Aktivitas Fisik Pada Siswi SMP AL-ULUM Pekanbaru*. 2, 3–4.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas* (4th ed.). Pustaka Belajar.
- Bella Megawati, S., & Rohmah Nurhayati, S. (2022). Acta Psychologia Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Body Image pada Mahasiswi. *Acta Psychologia*, 4(2), 65–71. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Buunk, P. B., & Gibbons, X. F. (1999). Individual differences in social comparison Individual Differences in Social Comparison : Development of a Scale of Social Comparison Orientation. *Personality and Social Psychology*, 76, 129–142. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.76.1.129>
- Cooper Ph.D. D.Phil., D. P. L. in P. P., J. Taylor B.Sc. Research Student, M., Cooper Ph.D. D.Phil., D. P. C. P. Z., & G. Fairbum M.D. M.A., M. P. M. R. C. P. W. T. S. L. C. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485–494.
- Dewi, A. E., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2020). Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram. *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 173–180.
- Grogan, S. (2021). Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children, Fourth Edition. *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children, Fourth Edition, November 2021*, 1–250. <https://doi.org/10.4324/9781003100041>
- Kartikasari, N. Y. (2013). Body dissatisfaction terhadap psychological well. *Jurnal Ilmiah Psikologi*

- Terapan*, 1(2), 304–323.
[https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/download/1585/1690/3658#:~:text=Dari hasil penelitian yang dilakukan,ialah sebesar 6%2C15%25](https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/download/1585/1690/3658#:~:text=Dari%20hasil%20penelitian%20yang%20dilakukan,ialah%20sebesar%206%2C15%25).
- Kemp, S. (2019). *DIGITAL 2019: INDONESIA*. Datareportal.Com.
<https://datareportal.com/reports/digital-2019-indonesia>
- Marizka, D. S., Maslihah, S., & Wulandari, A. (2019). Bagaimana Self-Compassion Memoderasi Pengaruh Media Sosial Terhadap Ketidakpuasan Tubuh? *Jurnal Psikologi Insight*, 3(2), 56–69.
<https://doi.org/10.17509/insight.v3i2.22346>
- Najla, A. D., & Zulfiana, U. (2022). Pengaruh social comparison terhadap body dissatisfaction pada laki-laki dewasa awal pengguna instagram. *Cognicia*, 10(1), 64–71.
<https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i1.20084>
- Puspitasari, A. I., & Ambarini, T. K. (2017). Hubungan Social Comparison dan Body Dissatisfaction Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 6, 59–66.
- Stapleton, P., Luiz, G., & Chatwin, H. (2017). Generation Validation: The Role of Social Comparison in Use of Instagram among Emerging Adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(3), 142–149. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0444>
- Sugiyono. (2019a). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D (2nd ed.)*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019b). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung Alfabeta.