PENGARUH *SOCIAL COMPARISON* DAN *SELF ESTEEM* TERHADAP *BODY IMAGE* REMAJA AKHIR DI DUKUH MANGUNAN KLATEN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Universitas Widya Dharma Klaten

Disusun oleh :

MUTIARA AULLYA AZIZAH

NIM.1861100010

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS WIDYA DHARMA

KLATEN

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diujikan pada sidang ujian skripsi

Menyetujui,

Pembimbing Pertama	Pembimbing Kedua
Anna Febrianty S, S.Psi.,M.Si.,M.Psi.	**Hartanto, S.Psi.,M.A.**
NIK. 4121 881 50	NIK. 690 313 334

Mengetahui,

PLT Ketua Program Studi Psikologi

Winarno Heru Murjito, S.Psi.,M.Psi

NIK. 690 811 318

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan pada Sidang Ujian Skripsi pada
Hari Selasa tanggal 09 bulan Agustus tahun 2022
dengan susunan Dewan Penguji :

Penguji Pertama	Penguji Kedua
Anna Febrianty S, S.Psi.,M.Si.,M.Psi.	**Hartanto, S.Psi.,M.A.**
NIK. 4121 881 50	NIK. 690 313 334
Ketua	Sekretaris
Winarno Heru Murjito, S.Psi.,M.Psi	**Dra. Dwi Wahyuni, S.Psi.,M.Phil**
NIK. 690 811 318	NIP.19670224 199430 2 001

Program Strata 1 Psikologi
Fakultas Psikologi & Kesehatan Universitas Widya Dharma
Dekan

Winarno Heru Murjito, S.Psi.,M.Psi
NIK. 690 811 318

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Mutiara Aullya Azizah

NIM : 1861100010

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul ***PENGARUH SOCIAL COMPARISON DAN SELF ESTEEM TERHADAP BODY IMAGE REMAJA DI DUKUH MANGUNAN, KLATEN*** adalah benar adanya dan merupakan hasil karya sendiri. Segala kutipan pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi akademik dan bertanggung jawab sepenuhnya.

Klaten, 28 Juli 2022

Yang membuat pernyataan

Mutiara Aulya Azizah

NIM. 18611000110

MOTTO

A winner is a dreamer who never gives up.

(Nelson Mandela)

Breaking-Healing-Learning;Walaupun ada banyak hal yang berbeda keesokan harinya, setidaknya kamu bisa menjadi lebih baik barang 1% dan tanpa ada sesuatu yang memberatkan hati.

(Kim Namjoon-BTS)

Jalani hidup dengan ekspektasi *minimun to zero*, hidup sebisanya dan sekuatnya aja.

(Soobin-Tomorrow by Together)

Just live, without pushing yourself too hard

(Penulis)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT, “dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya.” (Q.S. An-Najm 53:39)

Karya ini dipersembahkan untuk :

Ibu Umaroh dan Bapak Narwanto

Terimakasih untuk semua yang telah Mamak dan Bapak berikan, seperti kasih sayang dan do’a yang tidak pernah putus,perjuangan, pengorbanan, kesabaran, nasihat, dan semua dukungan yang telah diberikan untukku. Semoga ya? Mamak juga Bapak bangga dengan pencapaian ini

Masku Adjie Utama, Adikku Nabilla Uristu A.F dan Arju Rizqo Alfafa

Terimakasih untuk segala do’a, dukungan dan juga kasih sayang yang telah diberikan

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadirat Allah SWT yang telah memberi kemudahan serta kelancaran sehingga Peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Image* Remaja di Dukuh Mangunan, Klaten". Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Dalam penyusunan skripsi ini, tidak sedikit hambatan yang dihadapi. Namun, peneliti menyadari bahwa kelancaran dalam penelitian ini tidak lain berkat rahmat Allah SWT serta bantuan, dorongan, dan bimbingan orang-orang terdekat peneliti, sehingga kendala-kendala yang dihadai daat teratasi. Oleh karena itu, peneliti mengucakan terimakasih kepada :

1. Bapak Winarno Heru Murjito,S.Psi.,M.Psi.Psikolog selaku Dekan dan PLT Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten.

2. Ibu Anna Febrianty S,S.Psi.,M.Si.,M.Psi.Psikolog selaku dosen pembimbing I saya dalam penyelesain skripsi ini. Terimakasih atas didikannya, terimakasih sudah menjadi pembimbing yang membimbing pada mahasiswanya selayaknya ibu kepada anak sendiri. Terimakasih juga untuk semua saran dan masukan yang telah ibu berikan selama proses penelitian ini. Mohon sungguh maafkan saya jika selama proses bimbingan banyak hal yang tidak berkenan yang saya buat selama ini, terimakasih untuk dedikasi, kesabaran,keikhlasan, dan ketulusannya.

3. Bapak Hartanto, S.Psi.,M.A. selaku dosen pembimbing II saya dalam penyelesaian skripsi ini. Terimakasih karena sudah bersedia juga berkenan dengan rela hati membimbing dan memberikan saran serta masukan selama masa studi dan juga dalam penulisan skripsi ini. Mohon sungguh maafkan jika selama proses bimbingan sering banyak tidak bimibingannya,sekali lagi terimakasih yaa pak.

4. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi yang sudah membagikan ilmu dan pengetahuannya serta membimbing dengan tulus selama proses perkuliahan, saya ucapkan terimakasih.

5. Staff administrasi Program Studi Psikologi dan Kesehatan, Pak Widodo, terimakasih karena sudah bekerja membantu kelancaran peneliti melakukan penelitian.

6. Bapak Narwanto dan Ibu Umaroh, kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi. *Alhamdulillahi jazaa kumullahu khoiroo* untuk semua kasih dan sayang yang diberikan sampai muti sebesar ini, *Alhamdulillahi jazaa kumullahu khoiro* karena tidak pernah menyerah untuk mendidik muti yang susah dibilangin. *Alhamdulillahi jazaa kumullahu khoiroo* untuk setiap do'a yang bapak sama mamak lafadzkan buat muti. *Alhamdulillahi jazaa kumullahu khoiroo* sudah memberi kepercayaan ke muti buat hidup di dunia ini, dan semoga bisa menjadi anak yang membanggakan bagi kedua orang tuanya. Tapi, jika ada semesta lain, aku berharap kalian memiliki putri yang lebih baik daripada aku.

7. Mas Adjie, Lala, Rizqo, terimakasih sudah mau hidup berdampingan sebagai kakak dan adik, terimakasih juga untuk ke-*random*-an di setiap harinya, sehat terus yaa!.

8. Elsa Rohmawati S, kalo nanti kita udah lost contact, lost respect, gabisa cerita bareng lagi, gabisa main bareng lagi dan bahkan kita saling menjadi asing, aku cuma mau bilang ke kamu, makasih yaa dan aku bersyukur banget bisa dipertemukan dan berteman sama orang baik kaya kamu.

9. Temen-temen Psikologi 2018, Mellysa, Elsa, Shinta, Fajri, Sephia, Sony, Ardiyan, Rozie, Fitria , Meylani, Astrid, Menik, Mei, Rani, Idham, Asri, Andira, Marlinda, Manggolo, Tami, Chandra. Semangat untuk semua hal yang sedang kalian perjuangkan, jangan lupa untuk selalu jaga kesehatan! *Good Luck for Us and See you guys on top!*.

10. Kim Namjoon, Kim Seokjin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung, Jeon Jungkook –BTS dan juga Choi Soobin, Choi Yeonjun, Choi Beomgyu, Kang Taehyun, Huening Kai –TXT, yang secara tidak langsung memberikan motivasi serta dorongan sebagai penyemangat penulis dalam menyelesaikan setiap proses penelitian.

11. Semua pihak yang sudah mendukung, mendo'kan, berdiri, menopang, memberi masukan, menyemangati,dan memeluk erat untuk bisa menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terimakasih, semoga hal baik selalu berbalik untuk kalian.

12. Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me,I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me never quiting for just being me at all time.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk proses penyempurnaan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca

Klaten, 28 Juli 2022

Penulis

Mutiara Aulya Azizah

DAFTAR ISI

JUDUL
HALAMAN PERSETUJUAN .....**Error! Bookmark not defined.**

HALAMAN PENGESAHAN.....Error! Bookmark not defined.

SURAT PERNYATAAN ..... **iii**

MOTTO ..... **iv**

KATA PENGANTAR..... **vi**

DAFTAR ISI..... **ix**

DAFTAR TABEL ..... **xiii**

DAFTAR GAMBAR..... **xiv**

ABSTRAK xv

BAB I..... **1**

PENDAHULUAN **1**

1.1 Latar Belakang..... **1**

1.2 Rumusan Masalah **7**

1.3 Tujuan Penelitian..... **7**

1.4 Manfaat Penelitian..... **7**

BAB II **9**

KAJIAN TEORI **9**

2.1 *Social Comparison* **9**

2.1.1 Definisi *Social Comparison* 9

2.1.2 Dimensi-dimensi *Social Comparison* 10

2.1.3 Jenis-jenis *Social Comparison* 10

2.1.4 Faktor yang mempengaruhi *Social Comparison*..... 11

2.2 *Self Esteem* **11**

2.2.1 Definisi *Self Esteem* 11

2.2.2 Faktor yang mempengaruhi *self-esteem* 12

2.3 *Body Image* 13

2.3.1 Definisi *Body Image* 13

2.3.2 Aspek *Body Image* 14

2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi *Body Image* 16

2.4 Remaja 18

2.4.1 Definisi Remaja 18

2.4.2 Perkembangan Remaja 19

2.5 Pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Image* 20

2.6 Pengaruh *Self-Esteem* terhadap *Body Image* 21

2.7 Kerangka Pikir 22

2.8 Hipotesis 23

BAB III 17

METODE PENELITIAN 17

3.1 Metode Penelitian 17

3.2 Variabel Penelitian 17

3.3 Definisi Operasional 18

3.3.1 *Social Comparison* 18

3.3.2 *Self-esteem* 18

3.3.3 *Body Image* 19

3.4 Populasi dan Sampel 19

3.4.1. Populasi 19

3.4.2. Sampel 20

3.4.3. Teknik Sampling 20

3.5 Teknik Pengumpulan Data 20

3.5.1 Skala *Social Comparison* 21

3.5.2 Skala *Self Esteem* 23

3.5.3 Skala *Body Image* 23

3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas 24

3.6.1. Uji Validitas 24

3.6.2. Uji Reliabilitas 25

3.7 Analisis Data 25

3.7.1 Uji Normalitas 25

3.7.2 Uji Liniearitas 26

3.7.3 Uji Multikolinieritas 26

3.7.4 Uji Korelasi 26

3.7.5 Analisis Regresi Berganda 26

BAB IV 27

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 27

4.1 Gambaran Responden Penelitian 27

4.1.1. Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 27

4.1.2. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia 29

4.2 Prosedur Penelitian 30

4.2.1. Persiapan Penelitian 30

4.2.2. Pelaksanaan Penelitian 31

4.3 Hasil Analisis Data Penelitian 32

4.3.1. Data Deskriptif *Social Comparison* 32

4.3.1.1. Kategori Skor Variabel *Social Comparison* 33

4.3.2. Data Deskriptif *Self Esteem* 34

4.3.2.1. Kategorisasi Skor Variabel *Self Esteem* 36

4.3.3. Data Deskriptif *Body Image* 37

4.3.3.1. Kategorisasi Skor Variabel *Body Image* 38

4.3.4. Uji Validitas 39
4.3.5. Uji Reliabilitas 39
4.3.6. Uji Normalitas 40
4.3.7. Uji Linieritas 41
4.3.8. Uji Multikolinearitas 42
4.3.9. Uji Korelasi 43
4.3.10. Uji Regresi Linier Berganda 44
4.3.11. Uji Hipotesis 46
4.4 Pembahasan 50
BAB V 55
KESIMPULAN DAN SARAN 55
5.1. Kesimpulan **55**
5.2. Saran **55**
DAFTAR PUSTAKA 57
LAMPIRAN 59

DAFTAR TABEL

Tabel 4.2 Responden Penelitian Berdasarkan Usia 29

Tabel 4.3. Data Deskriptif Variabel *Social Comparison* 33

Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Variabel *Social Comparison* 34

Tabel 4.5. Data Deskriptif Variabel *Self Esteem* 35

Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Variabel *Self Esteem* 36

Tabel 4.7. Data Deskriptif Variabel *Body Image* 37

Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Variabel *Body Image* 38

Tabel 4.9 Hasil Uji Reliabilitas 40

Tabel 4.10 Uji Linieritas 42

Tabel 4.11 Uji Multikolinearitas 43

Tabel 4.12. Uji Korelasi 44

Tabel 4.13 Uji t Berdasarkan Nilai Signifikansi 45

Tabel 4.14 Uji F 45

Tabel 4.15. Hasil Uji Signifikansi Keseluruhan 47

Tabel 4.16. *Model Summary* 48

Tabel 4.17. Persamaan Regreasi 49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1. chart responden ditinjau dari umur..... 28

Gambar 4.2 diagram usia responden..... 30

Gambar 4.3 Histogram data responden..... 33

Gambar 4.4 Histogram data responden.....35

Gambar 4.5 Histogram data responden.....38

Gambar 4.6 P-P plot.....40

ABSTRAK

Judul : Pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Image* Remaja di Dukuh Mangunan, Kalikotes, Klaten, Nama : Mutiara Aullya Azizah, NIM 1861100010

Penulisan ini memiliki tujuan untuk mengetahui Pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Image* Remaja di Dukuh Mangunan, Klaten, Kalikotes, Klaten. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model korelasi regresi, yaitu model regresi linier berganda dengan menggunakan dua variabel *independent* dan satu variabel *dependent*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Dukuh Mangunan, Klaten, Kalikotes, Klaten. Sampel yang digunakan penelitian ini sebanyak 51 remaja melalui teknik *purposive sampling.* Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah motode angket. Hasil uji reliabilitas menggunkan *alpha cronbach's* yakni sebesar .622 dari kesemua variabel. uji hipotesis dilakukan menggunakan analisi regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukan dengan bantuan aplikasi program SPSS versi *25.0 for windows*, diperoleh hasil uji hipotesis dengan signifikansi 0,000 < 0,05 yang berarti "ada pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Image* remaja di Dukuh Mangunan, Klaten. Dengan besar pengaruh 18,2% yang ditunjukan dengan R Square atau koefisien determinan. Dengan korelasi positif sebesar 0,427 pada kategori cukup.

Kata kunci : *Social Comparison, Self Esteem, Body Image,* Remaja

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penampilan fisik merupakan salah satu hal yang diperhatikan oleh orang lain dan memiliki dampak penting dalam interaksi sosial terutama pada masa remaja. Masa remaja merupakan suatu periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2007), sedangkan menurut Monks dkk (dalam Khaira, 2018) menjelaskan bahwa masa remaja adalah masa dimana terjadinya perubahan fisik, pertambahan tinggi dan berat badan yang dramatis, perubahan bentuk tubuh, dan lain sebagainya. Remaja berasal dari bahasa latin *adolescere* yang berarti tumbuh (Santrock, 2006 ; Ali & Asrori, 2010).

Sering kali masa remaja disamakan dengan masa dimana mereka sedang mengeksplorasi dan merencanakan masa depan juga jati dirinya (Seginer dkk, 1995 ; Wahyuni, 2017). Santrock (2003) menjelaskan bahwa pada masa remaja, banyak remaja yang disibukkan dengan bentuk tubuhnya dengan mengembangkan gambaran individual mengenai tubuh mereka (*Body Image*). Saat tumbuh, mereka membangun gambaran atau *Body Image* mereka sendiri, citra ini berkembang melalui hal-hal yang dapat atau tidak dapat mereka lakukan dan juga dari bagaimana orang lain melihatnya, pendapat yang buruk dari orang lain dapat menyebabkan

rendahnya harga diri. Sedangkan Erikson menjelaskan bahwa remaja adalah masa dimana mereka menghadapi berbagai masalah. Permasalah merupakan fenomena hidup yang tidak bisa dihindari. Respon tiap individu terhadap berbagai permasalahan dalam hidup pun berbeda-beda. Perbedaan reaksi ini disebabkan cara pandang yang berbeda pada permasalahan yang dihadapi

Para remaja mengembangkan gambaran pribadi tentang bagaimana bentuk tubuh mereka, dimana hal itu berkaitan erat dengan *Body Image*. *Body Image* merupakan evaluasi yang bersifat subjektif mengenai penampilan seseorang atau dengan kata lain, bagaimana seseorang menilai penampilannya (J. Thompson et al, 1999 dalam Smolak & Thompson, 2019). Definisi lain mengenai *Body Image* yaitu gambaran yang dimiliki seseorang mengenai tubuhnya dalam bentuk kepuasan dan ketidakpuasan yang merupakan hasil dari pengalaman subjektif individu (Smolak & Thompson, 2009). Selain itu, gambaran tubuh merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya berupa penilaian positif dan negatif. Pendapat yang buruk tentang tubuh kita dapat menyebabkan rendahnya harga diri dan juga dapat menimbulkan rasa untuk membandingkan dirinya dengan orang lain.

Berdasarkan wawancara kelima remaja, mereka mengatakan bahwa mereka merasa kurang percaya diri dan merasa kurang puas dengan tubuh serta penampilan mereka karena gaya hidup yang berbeda dengan teman sebaya yang dianggap lebih baik dari dirinya.

Karena permasalahan *Body Image* yang dihadapi, remaja seringkali membandingkan dirinya dengan orang lain yang dilihatnya. Perbandingan sosial atau *Social Comparison* secara umum adalah situasi dimana individu mulai membandingkan dirinya dengan individu lain baik itu dalam hal yang positif maupun negatif. *Social Comparison* sendiri berasal dari bagaimana seseorang menilai orang lain, baik itu dalam hal pendapat, sikap, dan capaian orang lain yang mendorong untuk mengevaluasi diri sendiri. *Social Comparison* atau perbandingan sosial bukan suatu hal yang langka ditemukan di lingkungan sekitar kita, dan tidak sedikit yang melakukan perbandingan sosial tiap harinya secara sadar maupun tidak.

Buunk & Vugt (2013) menerangkan bahwa *Social Comparison* merupakan suatu proses dimana seseorang membandingkan kemampuan, pendapat, atau sifatnya dengan orang lain. Sedangkan Buunk & Gibbons (2006) menerangkan perilaku *Social Comparison* yang dilakukan seseorang cenderung memiliki pengaruh dan konsekuensi. Konsekuensi ini membuat seseorang menjadi memiliki kepuasan yang rendah terhadap harga diri, optimisme, depresi, kecemasan sosial, dan peningkatan pengaruh negatif (Gibbons & Buunk, 1999). Biasanya, seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain yang dinilai tidak sebaik dirinya ketika mereka ingin merasa bahwa dirinya cukup atau baik . Sedangkan seseorang yang membandingkan dirinya dengan orang lain

yang dinilai lebih baik dari dirinya agar mereka mendapatkan inspirasi atau motivasi untuk berkembang atau berubah menjadi lebih baik.

Terdapat beberapa tujuan dari dilakukannya perbandingan oleh seseorang (Taylor, 1998 dalam Putra,2018). Pertama adalah untuk melakukan evaluasi diri secara akurat, yang kedua sebagai peningkatan diri. Apabila seseorang merasa *self-esteem*nya rendah, dia akan membandingkan diri dengan oranglain yang dianggap lebih buruk sehingga menjadikannya lebih tenang, ketiga, terkadang individu juga membutuhkan perbandingan sosial ke atas untuk memotivasi dirinya menjadi lebih baik, keempat adalah untuk memperoleh konformitas kelompok.

Social Comparison atau perbandingan sosial terdiri dari dua macam, yaitu perbandingan sosial ke bawah (*downward Social Comparison*) dimana seseorang membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap lebih buruk dari seseorang tersebut dan perbandingan sosial ke atas (*upward Social Comparison*) yang membandingkan diri dengan orang lain yang lebih baik. (Festinger, 1954 dalam Amelia, 2019)

Berdasarkan wawancara dengan lima remaja di Dukuh Mangunan, Klaten, didapatkan hasil bahwa lima remaja tersebut mengatakan bahwa mereka pernah melakukan perbandingan sosial atau *social comparison* pada teman sebayanya, dalam hal pencapaian pendidikan mereka yang hanya tamatan SMK yang memilih untuk langsung bekerja dengan teman sebayanya yang memilih untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan yang

lebih tinggi begitupun sebaliknya. Para remaja tersebut mengatakan tidak apa-apa memilih langsung bekerja, karena bisa memiliki pengahasilan sendiri tanpa merepotkan orang tua dan hal ini menunjukan bahwa remaja yang hanya tamatan SMK tersebut melakukan perbandingan sosial keatas atau *upward comparison*, dimana mereka membandingkan diri mereka dengan orang yang lebih baik dari mereka.

Pada dasarnya sering sekali sebagai makhluk sosial kita melakukan *Social Comparison* dalam kehidupan sehari-hari. *Social Comparison* akan terjadi saat individu merasa terdorong untuk membandingkan dirinya dengan orang lain secara spesifik maupun secara umum dengan tujuan menilai situasi sosial mereka sendiri. Dari perilaku membandingkan tersebut remaja mulai meghadapi permasalahan-permasalahan remaja yang kemudian mulai menimbulkan rasa iri atau malah memotivasi remaja tersebut yang dapat berpengaruh terhadap naik dan turunnya *self-esteem* dan juga berpengaruh terhadap *body image* remaja itu sendiri.

Self-esteem atau disebut juga sebagai harga diri atau gambaran diri dari tiap individu baik itu bersifat positif maupun negatif. Rossenberg menjelaskan bahwa tingkat *self-esteem* individu dapat dilihat dari beberapa karakteristik yang ditunjukkan oleh individu tersebut (Guindon, 2010 ; Febriana dkk, 2018). Roger dan Maslow (dalam Tirtawinata, 2020) menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan aspek yang penting dalam kepribadian, dimana *self-esteem*, dimana *self-esteem* adalah evaluasi yang menyeluruh untuk membentuk gambaran diri. Terkait *self-esteem* dalam

rentang kehidupan individu yang dilakukan studi oleh Hewitt (dalam Tirtawinata, 2020) pada 300.00 orang didapati memiliki *self-esteem* yang rendah pada masa remaja dan dewasa akhir. Pada umumnya *self-esteem* wanita lebih rendah dibanding pria, *self-esteem* relative stabil dalam beberapa bulan dan dapat berubah, terutama jika ada perubahan dalam hidupnya. Tiap individu memiliki tingkat *self-esteem* yang berbeda, ada yang memiliki *self-esteem* tinggi dan rendah secara merata dan ada juga yang tidak, misal; tinggi di aspek sosial dan rendah di bidang akademi pun sebaliknya. *Self-esteem* tinggi pada masa kanak-kanak, menurun saat remaja, dan meningkat lagi pada usia dewasa hingga mencapai dewasa akhir yang kemudian menurun.

Secara umum dapat dilihat bahwa *Social Comparison, self-esteem* dan *Body Image* saling berhubungan karena ketika seseorang sedang berada pada fase *self-esteem* yang rendah ada kemungkinan untuk mempengaruhi sikap seseorang tersebut yang kemudian dapat mendorongnya untuk melakukan *Social Comparison* yang berhubungan dengan dirinya seperti *Body Image* seseorang tersebut.

Individu dengan *self-esteem* yang tinggi lebih mampu mengenali dirinya dan juga menerima setiap perubahan yang ada, dan memiliki motivasi untuk mengembangkan perubahan kearah yang positif. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi juga akan melakukan perbandingan keatas (*upward Self Comparison*) untuk lebih memotivasi dirinya untuk menjadi pribadi yang lebih baik sehingga terbentuk *Body Image* yang baik pula.

Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* yang rendah cenderung memandang perubahan sebagai suatu tuntutan yang menyebabkan indvidu mengalami kesulitan, yang kemudian berakhir membandingkan dirinya dengan orang lain untuk menutupi kesulitannya sehingga menjadikan *Body Image* yang jelek.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat "Pengaruh *Social Comparison* dan *Self-esteem* Terhadap *Body Image* Remaja Akhir"

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui "Pengaruh *Social Comparison* dan *Self-esteem* Terhadap *Body Image* Remaja Akhir"

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih luas dam juga ,menjelaskan mengenai pengaruh dari *Social Comparison* dan *Self-esteem* terhadap *Body Image* pada remaja.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi Masyarakat

      Diharapkan dapat memberikan informasi pada masyarakat khususnya remaja agar tetap menghargai dirinya dan juga menerima tubuhnya, sehingga dapat mengurangi terjadinya

pemikiran yang negatif terhadap bentuk tubuh yang dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, serta sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa para remaja tersebut cenderung memiliki tingkat *social comparison* yang rendah dengan presentase 54,9% dan *self esteem* yang tinggi dengan presentase 66,7% juga *body image* yang tinggi dengan presentase 54,9%, berdasarkan pengujian hipotesi secara statistik yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *social comparison* dan variabel *self esteem* terhadap variabel *body image* remaja di Dukuh Mangunan, Klaten dengan besaran pengaruh 18,2% selebihnya adalah pengaruh yang disebabkan oleh faktor lain. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif, yakni semakin rendah tingkat *social comparison* dan semakin tinggi tingkat *self esteem* maka akan semakin tinggi dan baik pula *body image* yang dimiliki oleh para remaja, begitupun sebaliknya

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memiliki beberapa saran, sebagai berikut :

1. Bagi Para Remaja

Peneliti berharap agar para remaja tetap mempertahankan tingkat *Social Comparison* dan juga *Self Esteem* mereka yang tinggi agar tetap menghargai tubuh atau keadaan tubuh mereka, sehingga dapat mengurangi terjadinya pemikiran-pemikiran yang negatif tentang pandangan mereka terhadap bentuk tubuh mereka

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan memperluas subjek serta jangkauan usia dan tidak hanya di satu wilayah saja, agar hasil yang diperoleh dapat lebih digeneralisasikan.

DAFTAR PUSTAKA

Hanani, C. A. (2019). Pengaruh *self-esteem* terhadap resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program studi kedokteran. *Universitas Negeri Jakarta*.

Preska, L. , & Wahyuni, Z. I. (2017). Pengaruh dukungan sosial, *self-esteem* dan self-efficacy terhadap orientasi masa depan pada remaja akhir.

Febrina, D. T. , Suharso, P. L. , & Saleh, A. Y. (2018). *Self-esteem* remaja awal: Temuan baseline dari rencana program self-instructional training kompetensi diri. *Jurnal Psikologi Insight*, *2*(1).

Ramadhani, F. , & Nurdibyanandaru, D. (2014). Pengaruh self-comparison terhadap kompetensi emosi remaja akhir. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, *3*(03), 121.

Dariyo, A. (2004). Psikologi perkembangan remaja.

Purwanto, E. A. , & Sulistyasturi, D. R. (2017). Metode penelitian kuantitatif.

Erawanti, C. K. (2017). Hubungan antara konformitas dan harga diri pada mahasiswa yang menggunakan hijab. *Jurnal Psikologi*, *9*(2).

Sugiyono, P. D. (2014). Populasi dan sampel. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, *291*, 292.

Sujarweni, V. W. (2014). Metodologi Penelitian. Yogyakarta: PT. *Pustaka baru*.

Cristiana, P. O. P. (2016). Self-esteem and *Body Image* perception in a sample of university students. *Eurasian Journal of Educational Research*, *16*(64).

Brennan, M. A., Lalonde, C. E., & Bain, J. L. (2010). *Body Image* perceptions: Do gender differences exist. *Psi Chi Journal of Undergraduate Research*, *15*(3), 130-138.

Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Understanding *Body Image*s: Historical and contemporary perspectives.

Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). The impact of *Body Image* experiences: development of the *Body Image* quality of life inventory. *International Journal of eating disorders*, *31*(4), 455-460.

Cash, T. F., & Pruzinsky, T. E. (1990). *Body Images: Development, deviance, and change*. Guilford press.

Santrock, J. W. (2011). Masa perkembangan anak.

Sorensen, M. J. (2006). Sorensen self-esteem test. *Retrieved November*, *14*, 2014.

Smolak, L., & Thompson, J. K. (Eds.). (2009). *Body Image, eating disorders, and obesity in youth: Assessment, prevention, and treatment* (pp. xiii-389). Washington, DC: American Psychological Association.

Cash, T. F. (1990). The multidimensional body-self relations questionnaire. *Unpublished test manual, Old Dominion University, Norfolk, VA.*