

**HUBUNGAN *GRATITUDE* DAN *SOCIAL COMPARISON*
DENGAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA AKHIR
PENGGUNA *INSTAGRAM***



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
dalam Bidang Psikologi



Oleh:

YULIANTI INDAH PERMATASARI

41183507190061

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM "45"**

BEKASI

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan *Gratitude* dan *Social Comparison* dengan *Body Image*
Pada Remaja Akhir Pengguna *Instagram*

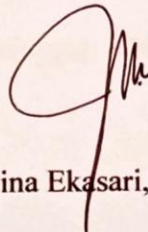
Penyusun : Yulianti Indah Permatasari

NPM : 41183507190061

Bekasi, 6 November 2023

Menyetujui:

Pembimbing,

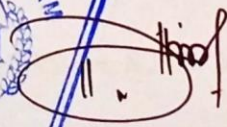


Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi.

Mengetahui:



Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi.

HALAMAN PENGESAHAN



Hubungan *Gratitude* dan *Social Comparison* dengan *Body Image*
Pada Remaja Akhir Pengguna *Instagram*

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Yulianti Indah Permatasari

41183507190061

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

pada tanggal: 6 November 2023

dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

di Universitas Islam "45" Bekasi

pada tanggal: 6 November 2023

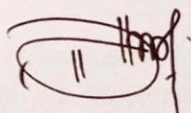
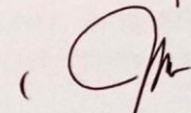
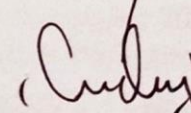
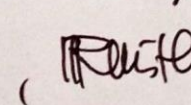
Dewan Penguji :

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi.

Sekretaris : Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi.

Anggota : 1. Lucky Purwantini, S.Psi., M.A.

2. Ratna Duhita Pramintari, SKM., M.Si.

()
()
()
()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yulianti Indah Permatasari

NPM : 41183507190061

Judul Skripsi : Hubungan *Gratitude* dan *Social Comparison* dengan *Body Image*
Pada Remaja Akhir Pengguna *Instagram*

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doctor), baik di Universitas Islam "45" Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang Ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), ulasan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam "45" Bekasi.

Bekasi, 6 November 2023
Yang Membuat Pernyataan,



Yulianti Indah Permatasari
41183507190061

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of gratitude on body image and the effect of social comparison on body image in late adolescents who use Instagram in Bekasi City. The method used in this research is a qualitative method with a correlational approach. The sample in this study amounted to 265 people selected using purposive sampling technique. This study uses a Likert scale with 7 answer choices for the gratitude scale and 5 answer choices for the social comparison and body image scales. The data analysis test uses simple linear regression test. The result of this study is gratitude has a significant positive influence on body image by obtaining a significance value of $\rho = 0.000$ ($\rho < 0.05$) and R square of 0.284. This means that the gratitude variable provides an effective contribution of 28.4%, while 71.6% is influenced by other variables. In addition, the results also show that social comparison has a significant negative effect on body image by obtaining a significant value of $\rho = 0.000$ ($\rho < 0.05$) and R square of 0.250. This means that the social comparison variable provides an effective contribution of 25%, while 75% is influenced by other variables.

Keywords: *body image, gratitude, social comparison*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh *gratitude* terhadap *body image* dan pengaruh *social comparison* terhadap *body image* pada remaja akhir pengguna *Instagram* di Kota Bekasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 265 orang yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Dalam penyusunan, penelitian menggunakan skala likert dengan 7 pilihan jawaban untuk skala *gratitude* serta 5 pilihan jawaban untuk skala *social comparison* dan *body image*. Uji analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil dari penelitian ini adalah *gratitude* memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap *body image* dengan memperoleh nilai signifikansi $\rho = 0,000$ ($\rho < 0,05$) serta R square sebesar 0,284. Hal tersebut berarti bahwa variabel *gratitude* memberikan sumbangan efektif sebesar 28,4%, sedangkan 71,6% dipengaruhi oleh variabel lain. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *social comparison* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap *body image* dengan memperoleh nilai signifikansi $\rho = 0,000$ ($\rho < 0,05$) serta R square sebesar 0,250. Hal tersebut berarti bahwa variabel *social comparison* memberikan sumbangan efektif sebesar 25%, sedangkan 75% dipengaruhi oleh variabel lain.

Kata kunci: *citra tubuh, kebersyukuran, perbandingan sosial*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Gratitude* dan *Social Comparison* dengan *Body Image* Pada Remaja Akhir Pengguna *Instagram*”. Penulis menyadari bahwa telah banyak pihak yang terlibat dalam proses penyelesaian skripsi ini, sehingga penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Agustina Ekasari S.Psi., M.Psi. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah dengan sabar membimbing dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Seluruh dosen penguji yang senantiasa memberikan saran dan masukan bagi skripsi ini agar menjadi skripsi yang lebih baik.
3. Ibu Lucky Purwantini S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing dan mengarahkan penulis selama berkuliah di Universitas Islam “45” Bekasi.
4. Ibu Novita Dian Iva Prestiana M.Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi.
5. Bapak Yanto Supriyanto Drs. M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam “45” Bekasi.
6. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi yang telah memberikan saran dan masukan selama berkuliah.
7. Remaja Kota Bekasi yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaganya untuk mengisi kuesioner penelitian ini.
8. Keluarga penulis (Mamah, Papah, Kakak dan Keponakan) yang telah memberikan banyak dukungan selama mengerjakan skripsi.
9. Sahabat-sahabat penulis yaitu Alifah Qisthi Fadhiilah, Kinanthi Mutiara Shafa, Alfiyah Nur Jauharah, Kartika Syafriani dan Septia Catur Amalia yang telah memberikan dukungan kepada penulis.

10. Teman-teman *online* yang telah membantu menyebarkan kuesioner ini.
11. Do Kyungsoo yang telah menghibur, menemani dan menginspirasi penulis melalui lagu-lagunya dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Semua pihak yang turut membantu dan memberikan semangat, namun tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu.

Bekasi, 6 November 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
RIWAYAT HIDUP	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
RINGKASAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Kajian Pustaka	12
1. <i>Body Image</i>	12
a. Definisi <i>Body Image</i>	12
b. Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	13
c. Faktor-Faktor <i>Body Image</i>	15
2. <i>Gratitude</i>	17
a. Definisi <i>Gratitude</i>	17
b. Aspek-Aspek <i>Gratitude</i>	19
c. Faktor-Faktor <i>Gratitude</i>	21
3. <i>Social Comparison</i>	22
a. Definisi <i>Social Comparison</i>	22
b. Jenis-Jenis <i>Social Comparison</i>	23
c. Aspek-Aspek <i>Social Comparison</i>	24
d. Faktor-Faktor <i>Social Comparison</i>	25
B. Kerangka Berpikir	26
C. Hipotesis	30
D. Orisinalitas Penelitian yang akan Dilakukan	30
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Desain penelitian	33
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	34
1. Identifikasi Variabel	34
2. Definisi Konseptual	35
3. Definisi Operasional	35
C. Subjek, Tempat dan Waktu Penelitian	36
1. Subjek Penelitian	36

a.	Populasi	36
b.	Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	37
2.	Tempat dan Waktu Penelitian	38
D.	Teknik Pengumpulan Data	39
1.	Wawancara	40
2.	Skala Psikologi	40
E.	Instrumen Pengukuran.....	41
1.	Hasil Analisis Instrumen Pengukuran	41
a.	Skala <i>Gratitude</i>	43
b.	Skala <i>Social Comparison</i>	43
c.	Skala <i>Body Image</i>	44
2.	Kualitas Instrumen Pengukuran	44
a.	Uji Validitas Instrumen Pengukuran	44
b.	Uji Reliabilitas Instrumen Pengukuran	48
F.	Teknik Analisis Data	49
1.	Analisis Deskriptif.....	49
2.	Uji Asumsi.....	50
a.	Uji Normalitas	50
b.	Uji Linieritas.....	51
3.	Uji Hipotesis	52
G.	Jadwal Penelitian.....	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		55
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	55
B.	Deskripsi Subjek Penelitian	55
1.	Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	55
2.	Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	56
3.	Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan <i>Body Mass Index</i>	57
4.	Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Durasi Penggunaan <i>Instagram</i>	58
C.	Deskripsi Variabel Penelitian.....	59
1.	<i>Gratitude</i>	59
2.	<i>Social Comparison</i>	59
3.	<i>Body Image</i>	59
D.	Hasil Penelitian	60
1.	Hipotesis Pertama.....	60
2.	Hipotesis Kedua.....	61
E.	Pembahasan	62
BAB V PENUTUP.....		75
A.	Simpulan.....	75
B.	Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA		77
LAMPIRAN.....		83

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Tempat dan Waktu Penelitian	39
Tabel 3. 2. Skala Likert 7 Pilihan (<i>Gratitude</i>)	42
Tabel 3. 3. Skala Likert 5 Pilihan (<i>Social Comparison</i>)	42
Tabel 3. 4. Skala Likert 5 Pilihan (<i>Body Image</i>).....	43
Tabel 3. 5. Blueprint Skala <i>Gratitude</i>	43
Tabel 3. 6. Blueprint Skala <i>Social Comparison</i>	44
Tabel 3. 7. Blueprint Skala <i>Body Image</i>	44
Tabel 3. 8. Tingkat Reliabilitas	48
Tabel 3. 9. Rumus Kategorisasi	49
Tabel 3. 10. Hasil Kategorisasi	50
Tabel 3. 11. Hasil Uji Normalitas	51
Tabel 3. 12. Hasil Uji Linieritas	52
Tabel 3. 13. Jadwal Penelitian	54
Tabel 4. 1. Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	56
Tabel 4. 2. Karakteristik Berdasarkan Usia	56
Tabel 4. 3. Karakteristik Berdasarkan <i>Body Mass Index</i>	57
Tabel 4. 4. Karakteristik Berdasarkan Durasi Penggunaan Instagram.....	58
Tabel 4. 5. Deskripsi Variabel Penelitian.....	59
Tabel 4. 6. Uji Regresi Linier Sederhana <i>Gratitude</i> terhadap <i>Body Image</i>	60
Tabel 4. 7. Uji Regresi Linier Sederhana <i>Social Comparison</i> terhadap <i>Body Image</i>	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1. Diagram Hasil Wawancara.....	8
Gambar 2. 1. Kerangka Berpikir	29
Gambar 3. 1. Identifikasi Variabel	35
Gambar 3. 2. Rumus Lemeshow	38
Gambar 3. 3. Rumus Aiken's V.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Verbatim Wawancara	83
Lampiran 2. Expert Judgement Instrumen Penelitian	149
Lampiran 3. Hasil Vaiditas Isi (Expert Judgement).....	163
Lampiran 4. Uji Validitas Konstruk dan Reliabilitas.....	167
Lampiran 5. Data Penelitian.....	170
Lampiran 6. Hasil Uji Asumsi (Normalitas & Linieritas)	178
Lampiran 7. Hasil Deskripsi Variabel.....	180
Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis	182
Lampiran 9. Hasil Uji Beda	184
Lampiran 10. Skala Asli.....	186
Lampiran 11. Hasil Turnitin.....	189

HASIL TURNITIN

Skripsi - Yulianti Indah Permatasari

ORIGINALITY REPORT

15%	14%	5%	5%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	1%
2	repository.unj.ac.id Internet Source	1%
3	eprints.uny.ac.id Internet Source	1%
4	eprints.walisongo.ac.id Internet Source	1%
5	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1%
6	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	1%
7	eprints.umm.ac.id Internet Source	<1%
8	dspace.uii.ac.id Internet Source	<1%
9	journal.wima.ac.id Internet Source	<1%