

**INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN  
CITRA TUBUH DENGAN GANGGUAN MAKAN  
PADA REMAJA PENGGUNA TIKTOK**

**SKRIPSI**

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



Oleh:

**VIOLLA ANGGRA DIETA**

41183507220097

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS ISLAM 45  
BEKASI  
2026**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Citra Tubuh  
dengan Gangguan Makan pada Remaja Pengguna TikTok  
Penyusun : Viola Angradieta  
NPM : 41183507220097

Bekasi, 26 Juni 2026

Menyetujui:

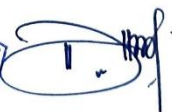
Pembimbing,



Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si.

Mengetahui:

Ketua Program Studi,



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

## HALAMAN PENGESAHAN

Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Citra Tubuh dengan Gangguan Makan  
pada Remaja Pengguna TikTok

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Violla Angradieta

41183507220097



Telah diujikan di hadapan dewan penguji

Pada tanggal: 26 Juni 2026

Dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

Di Universitas Islam 45

Pada tanggal: 26 Juni 2026

Dewan penguji :

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

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si.

Anggota : Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

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

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:  
Nama : Viola Anggradieta  
NPM : 41183507220097  
Judul Skripsi : Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Citra Tubuh dengan Gangguan Makan pada Remaja Pengguna TikTok



Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor) baik di Universitas Islam 45 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 (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), usulan 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 dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45.

Bekasi, 26 Juni 2026  
Yang membuat pernyataan,



Violla Anggradieta  
(41183507220097)

# INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN CITRA TUBUH DENGAN GANGGUAN MAKAN PADA REMAJA PENGGUNA TIKTOK

Violla Anggradieta (viollaanggradieta@gmail.com)

Ratna Duhita Pramintari (pramintariratna@gmail.com)

Universitas Islam 45

## ABSTRACT

Eating disorders are among the common problems experienced by adolescents. This study aimed to examine the relationship between social media use intensity, body image, and eating disorders among adolescent TikTok users. A quantitative approach with a correlational design was employed. The participants consisted of 36 adolescents selected using a quota sampling technique. Data were collected using the EAT-26, SONTUS, and a Body Image Scale that had met validity and reliability requirements. Data were analyzed using Spearman correlation and multiple linear regression. The results showed a significant positive relationship between social media use intensity and eating disorders ( $r_s = 0.336$ ;  $p = 0.045$ ), as well as between social media use intensity and body image ( $r_s = 0.365$ ;  $p = 0.028$ ). Meanwhile, no significant relationship was found between body image and eating disorders ( $r_s = 0.297$ ;  $p = 0.079$ ). Multiple linear regression analysis indicated that social media use intensity and body image simultaneously had a significant effect on eating disorders ( $p = 0.025$ ), contributing 20% of the variance.

*Keywords: social media use intensity, body image, eating disorders, adolescents.*

## ABSTRAK

Gangguan makan merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial dan citra tubuh terhadap gangguan makan pada remaja pengguna TikTok. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 36 remaja yang dipilih menggunakan teknik *quota sampling*. Data dikumpulkan menggunakan EAT-26, SONTUS, dan Skala Citra Tubuh yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi *Spearman* dan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan gangguan makan ( $r_s = 0,336$ ;  $p = 0,045$ ), serta antara intensitas penggunaan media sosial dan citra tubuh ( $r_s = 0,365$ ;  $p = 0,028$ ). Sementara itu, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan gangguan makan ( $r_s = 0,297$ ;  $p = 0,079$ ). Hasil regresi menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial dan citra tubuh secara simultan berpengaruh signifikan terhadap gangguan makan ( $p = 0,025$ ) dengan kontribusi sebesar 20%.

*Kata kunci: intensitas penggunaan media sosial, citra tubuh, gangguan makan, remaja.*



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Citra Tubuh dengan Gangguan Makan pada Remaja Pengguna TikTok ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si., selaku dosen pembimbing, yang telah memberikan arahan, masukan, serta kesabaran dalam membimbing penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Dewan Penguji yang telah memberikan arahan serta masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.
3. Kepada Dr. Agustina Ekasari S.Psi., M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan selama penulis menjalani masa perkuliahan.
4. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi, Universitas Islam 45 Bekasi atas arahan, dukungan, dan bantuan yang diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Yanto Supriyatno, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Islam 45 Bekasi atas dukungan dan fasilitas selama penulis selama berkuliah.
6. Terima kasih atas dukungan kepala sekolah serta semua pihak SMA PB Soedirman Bekasi yang sudah membantu dalam pengambilan data untuk menyusun skripsi penulis dan terima kasih kepada siswa SMA Islam PB Soedirman Bekasi yang sudah berpartisipasi sebagai subjek dalam penelitian ini.

7. Terima kasih kepada keluarga besar penulis yang senantiasa memberikan doa, dukungan moral, serta motivasi tanpa henti. Terimakasih terutama kepada Ibu dan adik penulis yang sudah menemani dan memberikan dukungan di masa-masa sulit penulis dalam menyusun skripsi.
8. Teman-teman dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu dan memberikan semangat dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Terima kasih kepada Sylus dan Slipknot yang secara tidak langsung turut memberikan motivasi dan semangat dalam proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah hadir dan menjadi bagian dalam perjalanan menyusun skripsi ini.
10. Terakhir, terima kasih kepada diri sendiri karena memilih untuk tetap bertahan sampai pada tahap ini. Terima kasih karena tidak menyerah dan terus melangkah untuk menjalani kehidupan yang penuh dengan ketidakpastian ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, serta menjadi kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi klinis.

Bekasi, 09 Juni 2026

Violla Anggradieta

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	
HALAMAN PENGESAHAN.....	
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis.....	9
2. Manfaat Praktis .....	10
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Kajian Pustaka.....	11
1. Gangguan Makan.....	11
2. Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	18
3. Citra tubuh .....	22
4. Remaja .....	27
B. Kerangka berpikir.....	28
C. Hipotesis .....	32
D. Orisinalitas dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	33
BAB III.....	39
METODE PENELITIAN.....	39
A. Disain Penelitian.....	39
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel .....	39
1. Identifikasi Variabel .....	39
2. Definisi Konseptual .....	40
3. Definisi Operasional .....	41
C. Subjek, Tempat, & Waktu Penelitian .....	42
1. Subjek Penelitian .....	42
2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	44
3. Tempat dan Waktu Penelitian.....	46
D. Teknik Pengumpulan Data .....	47
1. Wawancara.....	47
2. Skala Psikologi .....	47
E. Teknik Analisis Data .....	63
F. Etika Penelitian.....	69
BAB IV .....	73

HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI.....	73
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	73
B. Deskripsi Demografis Subjek Penelitian.....	73
C. Deskripsi Variabel Penelitian.....	77
D. Hasil Penelitian.....	82
E. Diskusi.....	85
F. Keterbatasan Penelitian.....	94
BAB V.....	95
PENUTUP.....	95
A. Simpulan.....	95
B. Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA.....	97

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Pre-eliminary study</i> gangguan makan.....	3
Tabel 2. <i>Pre-eliminary study</i> intensitas penggunaan media sosial .....	3
Tabel 3. <i>Pre-eliminary study</i> citra tubuh.....	4
Tabel 4. Orisonalitas dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya.....	34
Tabel 5. Proses pengumpulan data.....	46
Tabel 6. Skala Likert gangguan makan.....	49
Tabel 7. <i>Blue print</i> gangguan makan .....	50
Tabel 8. Skala Likert intensitas penggunaan media sosial.....	51
Tabel 9. <i>Blue print</i> intensitas penggunaan media sosial .....	51
Tabel 10. Skala Likert citra tubuh.....	52
Tabel 11. <i>Blue print</i> citra tubuh .....	52
Tabel 12. Hasil <i>expert judgement</i> skala. ....	55
Tabel 13. Interpretasi indeks kesukaran aitem .....	55
Tabel 14. Indeks diskriminasi aitem gangguan makan .....	56
Tabel 15. Indeks diskriminasi aitem intensitas penggunaan media sosial .....	56
Tabel 16. Indeks diskriminasi aitem citra tubuh .....	57
Tabel 17. <i>Blue print</i> skala gangguan makan .....	59
Tabel 18. <i>Blue print</i> skala intensitas penggunaan media sosial .....	60
Tabel 19. <i>Blue print</i> skala citra tubuh .....	61
Tabel 20. Kategori koefisien reliabilitas Cronbach Alpha.....	62
Tabel 21. Hasil uji reliabilitas .....	63
Tabel 22. Rumus kategorisasi .....	64
Tabel 23. Teknik deskriptif .....	65
Tabel 24. Hasil uji normalitas .....	66
Tabel 25. Tabel uji linearitas.....	67
Tabel 26. Asumsi homogenitas varians .....	67
Tabel 27. Interpretasi koefisien korelasi .....	69
Tabel 28. Data demografis subjek penelitian.....	74
Tabel 29. Deskripsi variabel .....	78
Tabel 30. Hasil uji <i>mann-whitney u</i> pada gangguan makan berdasarkan jenis kelamin.....	79
Tabel 31. Hasil uji <i>mann-whitney u</i> intensitas penggunaan media sosial berdasarkan jenis kelamin .....	81
Tabel 32. Hasil uji <i>mann-whitney u</i> citra tubuh berdasarkan jenis kelamin .....	82
Tabel 33. Hasil uji korelasi <i>spearman's rank</i> intensitas penggunaan media sosial dan gangguan makan.....	82
Tabel 34. Hasil uji korelasi <i>spearman's rank</i> citra tubuh dan gangguan makan ..	83
Tabel 35. Hasil uji korelasi <i>spearman's rank</i> intensitas penggunaan media sosial dan citra tubuh.....	84
Tabel 36. Hasil uji regresi berganda .....	85



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka berpikir.....	32
Gambar 2. Rumus Aiken's V.....	54






## 15% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

### Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text

### Top Sources

- 13%  Internet sources
- 6%  Publications
- 10%  Submitted works (Student Papers)