

# HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA DEWASA AWAL PENGGUNA MEDIA SOSIAL

Adin Rinda Linsky  
Tabah Aris Nurjaman

Program Studi Psikologi  
Fakultas Bisnis & Humaniora  
Universitas Teknologi Yogyakarta  
Email: adinrindalinsky@gmail.com

## ABSTRAK

*Berdasarkan survei yang dilakukan Mental Health Foundation dan You Gov pada Maret 2019, hasilnya memperlihatkan bahwa orang dewasa merasa malu, rendah diri, merasa muak dengan citra tubuhnya di tahun terakhir, dan depresi dengan citra tubuh yang dimiliki. Hal ini karena adanya gambar di media sosial yang menyebabkan mereka khawatir dengan citra tubuhnya dan membandingkan penampilan fisik yang dimiliki dengan penampilan fisik individu lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada dewasa awal pengguna media sosial. Teori dalam penelitian ini mengacu pada teori Perbandingan Sosial Schaefer & Thompson (2014) dan teori Citra Tubuh Cash (2012). Metode penelitian yang digunakan adalah dengan metode kuantitatif yang di bantu dengan menggunakan metode analisis data software IBM SPSS 25 For Windows. Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal pengguna media sosial dengan rentang usia 18-25 tahun sebanyak 100 subjek yang berdomisili atau tinggal di Yogyakarta. Teknik pengumpulan data menggunakan skala perbandingan sosial dan skala citra tubuh. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode non-probability sampling jenis purposive sampling. Dengan teknik analisis data yang digunakan adalah analisis product moment dari Pearson. Hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada dewasa awal pengguna media sosial. Hasil analisis data menunjukkan nilai koefisien korelasi adalah 0,801 yang menunjukkan arah hubungan yang positif antara perbandingan sosial dengan citra tubuh dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).*

**Kata Kunci:** Citra Tubuh, Media Sosial, Perbandingan Sosial.

# THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL COMPARISONS WITH BODY IMAGE IN EARLY ADULT SOCIAL MEDIA USERS

Adin Rinda Linsky  
Tabah Aris Nurjaman

Psychology Study Program  
Faculty of Business & Humanities  
University of Technology Yogyakarta  
Email: adinrindalinsky@gmail.com

## ABSTRACT

*A survey conducted by the Mental Health Foundation and You Gov in March 2019 showed that adults felt embarrassed, had low self-esteem, felt disgusted with their body image in the last year, and were depressed about their body image. This is because there are images on social media that cause them to worry about their body image and compare their physical appearance with the physical appearance of other individuals. This research aims to determine the relationship between social comparison and body image in early adult social media users. The theory in this research refers to Schaefer & Thompson's Social Comparison theory (2014) and Cash's Body Image theory (2012). The research method used is a quantitative method which is assisted by using the IBM SPSS 25 For Windows software data analysis method. The subjects in this research were early adult social media users with an age range of 18-25 years as many as 100 subjects who were domiciled or living in Yogyakarta. Data collection techniques use a social comparison scale and a body image scale. The sampling technique uses a non-probability sampling method, purposive sampling type. The data analysis technique used is product moment analysis from Pearson. The research results show that there is a significant relationship between social comparison and body image in early adult social media users. The results of data analysis show that the correlation coefficient value is 0.801, which indicates a positive relationship between social comparison and body image and a significance value of 0.000 ( $p < 0.05$ ).*

**Keywords:** *Body Image, Social Media, Social Comparison.*