

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap *Body Image* Generasi Z di Kediri” ini ditulis oleh Nova Angela, NIM. 126308212134, dengan pembimbing Bapak Ahmad Fauzan, S.S., M.Pd.I.

Kata Kunci: Intensitas, Penggunaan Media Sosial, Instagram, *Body Image*, Citra Tubuh.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya intensitas penggunaan media sosial di kalangan Generasi Z, khususnya Instagram, yang banyak menampilkan konten visual dan citra tubuh ideal. Hal ini berpotensi memengaruhi persepsi individu terhadap tubuh mereka dan berdampak pada pembentukan *body image*, baik secara positif maupun negatif.

Tujuan dari penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui tingkat intensitas penggunaan media sosial Instagram pada generasi Z di Kediri.; (2) untuk mengetahui tingkat *body image* pada generasi Z di Kediri.; (3) untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial instagram terhadap *body image* generasi Z di Kediri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui angket atau kuesioner yang disebarakan melalui Google Form kepada 100 responden Generasi Z. Analisis data dilakukan menggunakan uji asumsi klasik, uji regresi dan uji hipotesis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Sebagian besar responden (95%) memiliki intensitas penggunaan Instagram dalam kategori sedang, dan hanya 1% yang tergolong dalam kategori tinggi, sementara 4% berada dalam kategori rendah.; (2) terdapat 91% responden memiliki *body image* dalam kategori sedang, 7% dalam kategori rendah, dan 2% tergolong dalam kategori tinggi.; (3) Intensitas penggunaan Instagram berpengaruh signifikan terhadap *body image* dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien regresi sebesar 0,533. Nilai R^2 sebesar 0,157 yang menunjukkan bahwa 15,7% variasi *body image* dapat dijelaskan oleh intensitas penggunaan Instagram, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti lingkungan sosial, dukungan keluarga, pengalaman pribadi, dan karakter individu.

Secara keseluruhan, penelitian ini sejalan dengan sebagian besar penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya hubungan antara penggunaan media sosial dan persepsi tubuh. Temuan ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam meningkatkan kesadaran kritis terhadap penggunaan media sosial dan pentingnya dukungan sosial dalam membangun citra tubuh yang positif.

ABSTRACT

This thesis, titled “*The Influence of Instagram Social Media Usage Intensity on Body Image Among Generation Z in Kediri*”, was written by Nova Angela, Student ID 126308212134, under the supervision of Mr. Ahmad Fauzan, S.S., M.Pd.I.

Keywords: Intensity, Social Media Usage, Instagram, Body Image, Body Perception.

This study is motivated by the high intensity of social media use among Generation Z, particularly Instagram, which often displays visual content and ideal body images. This phenomenon has the potential to influence individuals’ perceptions of their bodies, thus affecting the formation of body image both positively and negatively.

The objectives of this study are: (1) to determine the level of Instagram usage intensity among Generation Z in Kediri; (2) to identify the level of body image among Generation Z in Kediri; and (3) to examine the influence of Instagram usage intensity on body image among Generation Z in Kediri.

This research uses a quantitative approach with data collected through questionnaires distributed via Google Form to 100 Generation Z respondents. Data were analyzed using classical assumption tests and hypothesis testing.

The results of the study show that: (1) The majority of respondents (95%) have a moderate level of Instagram usage, with only 1% falling into the high category, and 4% in the low category. (2) 91% of respondents have a body image in the moderate category, 7% in the low category, and 2% in the high category. (3) The intensity of Instagram usage has a significant impact on body image, with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a regression coefficient of 0.533. The R^2 value of 0.157 indicates that 15.7% of the variation in body image can be explained by the intensity of Instagram usage, while the remaining variation is influenced by other factors such as social environment, family support, personal experiences, and individual characteristics.

Overall, this research aligns with most previous studies that highlight the relationship between social media use and body perception. The findings are expected to serve as a reference for increasing critical awareness of social media use and the importance of social support in building a positive body image.