

ABSTRAK

Social Comparison pada penampilan fisik merupakan fenomena yang sering terjadi di kalangan remaja. Hal itu disebabkan remaja mulai mempunyai rasa tertarik pada lawan jenis sehingga mereka begitu cemas dan tertekan apabila ada yang kurang pada penampilan dirinya. Motivasi utama dibalik perbandingan ini adalah evaluasi diri, perbaikan diri, dan peningkatan diri. Namun, frekuensi *social comparison* yang tinggi dapat berdampak negatif pada *body image* individu, sehingga individu akan merasa semakin tidak puas dengan penampilan yang dimiliki atau memiliki *body image* negatif.

Tujuan penelitian untuk membuktikan adanya pengaruh *social comparison* terhadap *body image* pada remaja di Blitar. Penelitian ini menggunakan paradigma kuantitatif dengan desain penelitian *causal comparative*. Analisis data menggunakan regresi linier sederhana dengan bantuan perangkat lunak SPSS 23. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 89,051 dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 398 responden. Pengambilan data menggunakan skala *social comparison* dan skala *body image* dengan teknik *purposive sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh variabel *social comparison* terhadap *body image* dengan nilai sig. $0,00 < 0,05$ yang artinya variabel *social comparison* memiliki pengaruh signifikan terhadap *body image*. Nilai koefisien determinasi pada penelitian ini sebesar 7,8% yang diperoleh dari *Adjusted R Square* sebesar 0,078 yang artinya variabel *social comparison* memiliki pengaruh sebesar 7,8% terhadap *body image*. Kemudian dari hasil persamaan regresi diperoleh nilai α sebesar 101,195 dan nilai b (koefisien) *social comparison* sebesar -0,521 artinya apabila nilai x (*social comparison*) 0 maka nilai y (*body image*) sebesar 101,195 dan apabila terdapat penambahan pada nilai x (*social comparison*) sebesar 1 maka nilai y (*body image*) akan turun menjadi 100,674. Persamaan tersebut mempunyai makna bahwa terdapat pengaruh dengan arah negatif *social comparison* terhadap *body image* pada remaja dimana semakin tinggi *social comparison*, maka akan semakin rendah *body image*.

Kata Kunci : *Social Comparison*, *Body image*, Remaja

ABSTRACT

Social Comparison in terms of physical appearance is a phenomenon that often occurs, especially among teenagers. This is because teenagers already have an interest in the opposite sex, making them very anxious and pressured if something is lacking in their appearance. The main motivation behind this comparison is self-evaluation, self-improvement, and self-enhancement. However, a high frequency of social comparison can negatively impact an individual's self-image or body image, causing a person's perception of themselves to become increasingly negative or to have a negative body image.

This research aims to prove the influence of social comparison on body image among adolescents in Blitar. It uses a quantitative paradigm with a correlational research design. Data analysis uses simple linear regression with the help of SPSS 23 software. The population in this study amounted to 89,051, and the sample consisted of 398 respondents. Data collection uses the social comparison scale and body image scale with a purposive sampling technique.

The research results show an influence of the social comparison variable on body image with a significance value of $0.00 < 0.05$, meaning that the social comparison variable has a significant influence on body image. Second, the results of this study indicate that the coefficient of determination value is 7.8%, obtained from an Adjusted R Square of 0.078, meaning that the social comparison variable has an influence of 7.8% on body image. Third, from the regression equation results, an α value of 101.195 and a b (coefficient) value of -0.521 for social comparison were obtained, meaning that if the x (social comparison) value is 0, then the y (body image) value is 101.195, and if there is an increase in the x (social comparison) value by 1, then the y (body image) value will decrease to 100.674. This equation indicates that social comparison has a negative influence on body image in adolescents, where the higher the social comparison, the lower the body image, and vice versa.

Keywords: *Social Comparison, Body Image, Adolescents*

المخلص

تعتبر المقارنة الاجتماعية من حيث المظهر الجسدي ظاهرة تحدث في كثير من الأحيان، خاصة بين المراهقين. ويرجع السبب في ذلك إلى أن المراهقين يبدأ لديهم شعور بالانجذاب للجنس الآخر بحيث يشعرون بالقلق والاكئاب إذا كان هناك شيء ينقصهم في مظهرهم. الدافع الرئيسي وراء هذه المقارنة هو تقييم الذات وتحسين الذات وتحسين الذات. ومع ذلك، يمكن أن يكون لارتفاع وتيرة المقارنة الاجتماعية تأثير سلبي على الصورة الذاتية للفرد أو صورة الجسد، مما يجعل تصور الشخص عن نفسه سلبياً بشكل متزايد أو أن تكون لديه صورة سلبية عن جسده .

الغرض من هذه الدراسة هو إثبات تأثير المقارنة الاجتماعية على صورة الجسم لدى المراهقين في بليتار. تستخدم هذه الدراسة نموذجاً كمياً بتصميم بحثي ارتباطي. واستخدم في تحليل البيانات الانحدار الخطي البسيط بمساعدة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ٢٣. بلغ عدد السكان في هذه الدراسة ٨٩,٠٥١ شخصاً، وبلغت عينة الدراسة ٣٩٨ مبحوثاً. تم جمع البيانات باستخدام مقياس المقارنة الاجتماعية ومقياس صورة الجسم باستخدام تقنية أخذ العينات الانتقائية.

أظهرت النتائج أن هناك تأثير لمتغيرات المقارنة الاجتماعية على صورة الجسم بقيمة بارز ٠.٠٠. >٠.٠٥، مما يعني أن متغيرات المقارنة الاجتماعية لها تأثير كبير على صورة الجسم. ثانياً: تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن معامل التحديد هو ٠.٧٨% من مربع R المعدل بقيمة ٠.٠٧٨، مما يعني أن متغير المقارنة الاجتماعية له تأثير بنسبة ٠.٧٨% على صورة الجسم. ثالثاً: من نتائج معادلة الانحدار فإن قيمة α هي ١٠١.١٩٥ وقيمة β (المعامل) للمقارنة الاجتماعية هي -٠.٥٢١، أي أنه إذا كانت قيمة α (المقارنة الاجتماعية) تساوي ٠ فإن قيمة β (صورة الجسم) تساوي ١٠١.١٩٥ وإذا كان هناك زيادة في قيمة α (المقارنة الاجتماعية) بمقدار ١ فإن قيمة β (صورة الجسم) ستتنخفض إلى ١٠٠.٦٧٤. تعني المعادلة أن هناك تأثيراً سلبياً للمقارنة الاجتماعية على صورة الجسم لدى المراهقين حيث كلما زادت قيمة المقارنة الاجتماعية انخفضت صورة الجسم والعكس صحيح.

الكلمات المفتاحية: مقارنة اجتماعية، صورة الجسم، المراهقين، صورة الجسم، المراهقين