

Body Dissatisfaction Ditinjau dari Social Comparison pada Siswi Sekolah Menengah Atas

Body Dissatisfaction in Terms of Social Comparison of Senior High School Students

Hari Nugraha Putra*, Achmad Irvan Dwi Putra & Atrizka Diny
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia

Diterima: Mei 2019; Disetujui: Juli 2019; Dipublish: Agustus 2019

*Corresponding Email: harinugrahaputra@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada remaja. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *body dissatisfaction* dengan *social comparison* dengan asumsi bahwa semakin tinggi *body dissatisfaction*, maka semakin tinggi juga *social comparison* dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah *body dissatisfaction*, maka semakin rendah juga *social comparison*-nya. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswi SMA Pangeran Antasari Medan sebanyak 165 orang. Data diperoleh dari skala untuk mengukur *body dissatisfaction* dan *social comparison*. Analisis data yang digunakan adalah menggunakan korelasi *Product Moment (Pearson Correlation)* dengan bantuan SPSS 20 for Windows. Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,308 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil analisis data tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara *body dissatisfaction* dengan *social comparison*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variabel dukungan sosial terhadap penyesuaian diri sebesar 9,5 persen, selebihnya 90,5 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Berdasarkan dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima, yaitu terdapat hubungan yang positif antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction*.

Kata Kunci: *Body Dissatisfaction, Social Comparison*

Abstract

This study aims to determine the relationship between social comparison and body dissatisfaction of adolescent. The hypothesis proposed in this research is there any positive correlation between social comparison and body dissatisfaction of senior high school student in SMA Pangeran Antasari Medan, assuming that the higher body dissatisfaction, the higher the social comparison, and vice versa. The sample of this research is as many as 165 students. This research used body dissatisfaction and social comparison scale. Product Moment (Pearson Correlation) was used to analyze the correlation between two variables using SPSS 20 for windows. The results of the data analysis showed that the correlation coefficient was 0,308 with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). It shows that there is a positive correlation between social comparison and body dissatisfaction. The results of this study indicate that the contributions made by the variable of social comparison on personal adjustment was 9,5 percent, while the remaining 90,5 percent was influenced by other factors that were not examined. From these results, it is concluded that the hypothesis, which stated that there is a positive relationship between the social comparison and body dissatisfaction, is acceptable.

Keywords: *Body Dissatisfaction, Social Comparison*

How to Cite: Putra, H.N. Putra, A.I.D. & Diny, A. (2019). *Body Dissatisfaction Ditinjau dari Social Comparison pada Siswi Sekolah Menengah Atas. Journal of Education, Humaniora, and Social Sciences (JEHSS), 2 (1): 1-11*



PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa-masa yang sering kali dihubungkan dengan stereotip tentang sosok remaja yang abnormal dan menyimpang. Hal ini dapat dibuktikan dari topik-topik yang paling sering dilaporkan adalah korban kejahatan, kecelakaan, dan kejahatan yang dilakukan oleh remaja (Gilliam & Bales, dalam Santrock, 2007). Anggapan stereotip ini menyebabkan orang dewasa harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja terutama pada perkembangannya (Hurlock, 1980).

Masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, and sosio-emosional (Larson dkk, dalam Santrock, 2007). Masa remaja yang usianya berkisar antara 12 hingga 23 tahun adalah masa yang diwarnai oleh pergolakan. Masa pergolakan yang dihadapi remaja dipenuhi oleh konflik dan perubahan suasana hati (Hall, dalam Santrock, 2007).

Selain dari masa pergolakan, remaja juga dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan. Setiap fase perkembangan, individu memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Apabila tugas-tugas perkembangan tersebut berhasil diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan, dan penerimaan dari lingkungan serta keberhasilan yang dicapai juga akan menentukan keberhasilan individu untuk memenuhi tugas-tugas perkembangan pada fase berikutnya (Hurlock, 1980).

Salah satu tugas masa remaja yang penting adalah menerima keadaan fisiknya yang mengalami perubahan. Perubahan yang terjadi pada remaja ini membuat mereka sangat memperhatikan setiap bagian fisiknya yang sedang berkembang. Remaja tertarik dan berminat dengan segala bentuk hal yang berkaitan dengan penampilan, seperti bentuk tubuh hingga baju yang digunakannya. Selanjutnya, Hurlock (1980) menyatakan bahwa masa awal remaja merupakan masa ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat. Perubahan tubuh yang terjadi selama masa remaja berupa perubahan eksternal dan perubahan internal. Perubahan eksternal yang dimaksud adalah tinggi, berat, proporsi tubuh, dan organ seks (Hurlock, dalam Ali & Asrori, 2004).

Hanya sedikit remaja yang dapat menyelesaikan masalah kepuasan bentuk tubuhnya dikarenakan ketidakpuasan pada beberapa bagian bentuk tubuh tertentu. Kegagalan mengalami kepuasan pada bentuk tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik dan kurangnya harga diri selama masa remaja.



Hal ini dapat dilihat dari kasus berikut pada Caitlin Clemons tahun 2012 lalu yang pada saat itu berumur 18 tahun memutuskan untuk melakukan operasi pembesaran payudara disebabkan karena Caitlin merasa benar-benar rendah diri dan keinginannya ini terinspirasi dari ibu dan adiknya yang sebelumnya telah melakukan operasi pembesaran payudara. Sama halnya terjadi pada Jen Shelter yang berusia 15 tahun lebih muda 3 tahun dari Caitlin memutuskan untuk operasi perbaikan hidung karena ia sering diejek oleh teman-temannya karena ukuran hidungnya yang seperti burung pelican (www.merdeka.com).

Kasus lainnya yang serupa terjadi pada seorang remaja putri di tahun 2017 asal Iran, Sahar Tabar, yang berusia 19 tahun memutuskan untuk merubah fisiknya agar dapat berpenampilan semirip mungkin dengan idolanya, yaitu Angelina Jolie. Remaja putri ini menjalani 50 operasi plastik untuk memiliki ciri-ciri fisik wajah Angelina Jolie yang paling ikonik, yaitu tulang pipi yang menonjol, bibir yang tebal, dan rahang yang berbentuk tajam (www.liputan6.com).

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswi di sekolah SMA Pangeran Antasari Medan yang peneliti temui di sekitar sekolah tentang kepuasan mereka dengan kondisi tubuh mereka saat ini. Beberapa dari siswi menyatakan bahwa mereka belum puas dengan kondisi tubuhnya saat ini dan cenderung membandingkan penampilan mereka dengan tubuh temannya yang mereka anggap ideal bagi mereka. Para siswi tersebut juga berpendapat bahwa untuk mendapatkan tubuh ideal yang seperti mereka inginkan harus melakukan beberapa hal, seperti sering memperhatikan pola makannya dan melakukan diet karena mereka merasa bahwa kondisi tubuh mereka masih tidak seurus yang mereka inginkan. Siswi-siswi tersebut menyatakan alasan keinginan mereka untuk lebih kurus karena mereka tidak ingin dikatakan gemuk oleh teman-teman yang ada disekolahnya.

Beberapa fenomena di atas yang terjadi pada remaja yang melakukan operasi pembesaran payudara, operasi pengecilan hidung, operasi perubahan wajah, dan diet karena mereka tidak puas dengan tubuhnya sendiri dikenal dengan istilah *body dissatisfaction*. *Body dissatisfaction* adalah pikiran dan perasaan negatif individu terhadap tubuhnya (Grogan, 2007). Menurut Odgen (2010), *body dissatisfaction* dapat diartikan sebagai bentuk perasaan negatif terhadap tubuh, perbedaan persepsi sebenarnya terhadap ukuran tubuh yang ideal.



Dampak *body dissatisfaction* yang terjadi pada remaja dapat berupa rendahnya kepercayaan diri dan menyebabkan depresi (Thompson & Smolak, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh *Edelmen Intelligence* kepada *2017 Dove Global Girls Beauty and Confidence Report* yang mana ada sebanyak 5.165 perempuan berumur 10-17 tahun di 14 negara ditemukan hanya 46% dari total remaja wanita yang memiliki kepercayaan diri terhadap tubuhnya, sisanya tidak merasa percaya diri terhadap bentuk tubuhnya (www.amp.theguardian.com).

Salah satu faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* menurut Sunartio, dkk (2012) adalah *social comparison*. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa *social comparison* terjadi apabila seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain dengan tujuan untuk memperoleh penilaian yang lebih akurat mengenai dirinya dalam masyarakat. Dalam situasi ini, perilaku yang terjadi adalah ketidakpuasan pada bentuk tubuh yang dimiliki. Ketika seorang individu membandingkan tubuhnya dengan orang lain maka dapat menyebabkan munculnya keinginan untuk merubah bentuk tubuhnya sesuai dengan individu yang dicontoh.

Social comparison adalah setiap kali individu ingin tahu bagaimana mereka sendiri atau apa yang mereka sendiri bisa lakukan dan tidak bisa dilakukan, mereka melakukannya dengan membandingkan karakteristik mereka sendiri, nasib, dan kelemahan dirinya terhadap orang lain, hal tersebut berpusat pada keyakinan bahwa ada *drive* dalam individu untuk mendapatkan evaluasi diri yang akurat (Festinger, dalam Chadee, 2011). Teori ini menjelaskan bagaimana individu mengevaluasi pendapat dan kemampuan mereka sendiri dengan membandingkan diri dengan orang lain dalam rangka untuk mengurangi ketidakpastian dalam domain tersebut, dan belajar bagaimana memahami diri. Menurut Buunk dan Gibbons (dalam Guimond, 2006) menjelaskan bahwa *social comparison* adalah perbedaan karakteristik individu seperti bagaimana kita menggunakan orang lain untuk memahami diri kita sendiri. Adapun Festinger (dalam Sarwono, 2003) berpendapat bahwa *social comparison* adalah proses saling mempengaruhi dan perilaku saling bersaing dalam interaksi sosial yang ditimbulkan oleh adanya kebutuhan untuk menilai diri sendiri dengan cara membandingkan diri dengan orang lain.

Selain *social comparison*, terdapat juga faktor lain yang mempengaruhi *body dissatisfaction*. Penelitian yang dilakukan oleh Blowers, dkk (2003) terhadap 153 wanita



berumur 10-13 tahun, menemukan adanya hubungan positif antara *sociocultural pressure to be thin* dengan *body dissatisfaction*. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tekanan budaya untuk menjadi kurus baik dari lingkungan masyarakat maupun keluarga sendiri yang memiliki kepercayaan bahwa semakin kurus akan memiliki kesehatan yang lebih baik menyebabkan peningkatan perilaku diet yang tidak sehat, olahraga berlebihan, serta *bullimia*.

Selanjutnya, *psychological well-being* juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction*. Hal ini terbukti dari penelitian yang dilakukan oleh Kartikasari (2013) kepada 140 karyawan yang bekerja di Asuransi Bumi Putra cabang Tulungagung dan Trenggalek, menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara *psychological well-being* dengan *body dissatisfaction*. Karyawan yang mengalami ketidakejahteraan psikologis akan meningkatkan munculnya *body dissatisfaction*, sebaliknya jika karyawan sejahtera secara psikologis maka *body dissatisfaction* yang dihasilkan akan semakin menurun.

Berdasarkan uraian di atas, dengan melihat kasus-kasus yang dialami oleh remaja seperti melakukan operasi perubahan bentuk tubuh dan wajah, serta perilaku diet, maka peneliti merasa tertarik untuk mengadakan sebuah penelitian dengan topik *body dissatisfaction* ditinjau dari *social comparison*. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswi di sekolah SMA Pangeran Antasari Medan yang peneliti temui disekitar sekolah tentang kepuasan mereka dengan kondisi tubuh mereka saat ini. Beberapa dari siswi menyatakan bahwa mereka belum puas dengan kondisi tubuhnya saat ini dan cenderung membandingkan penampilan mereka dengan tubuh temannya yang mereka anggap ideal bagi mereka. Para siswi tersebut juga berpendapat bahwa untuk mendapatkan tubuh ideal yang seperti mereka inginkan harus melakukan beberapa hal, seperti sering memperhatikan pola makannya dan melakukan diet karena mereka merasa bahwa kondisi tubuh mereka masih tidak sekurus yang mereka inginkan. Siswi-siswi tersebut menyatakan alasan keinginan mereka untuk lebih kurus karena mereka tidak ingin dikatakan gemuk oleh teman-teman yang ada disekolahnya.

Adapun tujuan pelaksanaan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *body dissatisfaction* dengan *social comparison*. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kepada ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Sosial, Psikologi Klinis, dan Psikologi Perkembangan khususnya yang berhubungan dengan *body dissatisfaction*,



social comparison, dan perkembangan masa remaja. Penelitian ini diharapkan agar siswi dapat lebih memahami *body dissatisfaction* dan penyebab munculnya, serta dapat melakukan pencegahan dan solusi yang tepat untuk menanganinya, sehingga siswi dapat memiliki kepuasan terhadap bentuk tubuhnya. Serta pihak sekolah dapat memahami tentang pentingnya kepercayaan diri siswinya terhadap bentuk tubuhnya agar siswi tidak saling menbanding-bandingkan dirinya dengan orang lain baik terhadap teman sebaya di lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah sehingga tercipta lingkungan sekolah yang positif.

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diajukan hipotesis yaitu: “Ada hubungan positif antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada siswi”. Diasumsikan bahwa semakin tinggi *social comparison* maka semakin tinggi *body dissatisfaction*, maka sebaliknya semakin rendah *Social Comparison* maka semakin rendah *Body Dissatisfaction*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif yaitu penelitian korelasional, sesuai dengan permasalahan dan tujuan dari penelitian. Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu *social comparison* (X) sebagai variabel bebas dan variabel terikat adalah *body dissatisfaction* (Y). Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas X, XI dan XII SMA Pangeran Antasari Medan berjumlah 165 siswi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*.

Skala yang digunakan untuk penelitian ini berjumlah dua skala, yaitu skala *body dissatisfaction* dan skala *social comparison*. Skala *body dissatisfaction* dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek yang diungkapkan oleh Cash dan Pruzinsky (2002), dan Greene (2011) yaitu bentuk afektif, bentuk kognitif, bentuk perilaku, dan bentuk persepsi. Skala *body dissatisfaction* ini terdiri dari 48 butir pernyataan, dengan 24 pernyataan *favourable* dan 24 pernyataan *unfavourable*.

Skala *social comparison* dibuat berdasarkan dimensi *social comparison* yang dikemukakan oleh Corcoran (dalam Chadee, 2011) dan Guimond (2006) yaitu *self-evaluation*, *self-enhancement*, *self-improvement*, *self-esteem*, dan *socio-political attitudes and behaviour*. Skala *social comparison* ini terdiri dari 50 butir pernyataan, dengan 25 pernyataan *favourable* dan 25 pernyataan *unfavourable*. Teknik analisis yang digunakan

untuk menganalisis data hasil penelitian ini adalah teknik metode analisis *product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian pada 165 siswi SMA Pangeran Antasari Medan yang menjadi subjek penelitian diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *body dissatisfaction* dengan *social comparison* dengan koefisien korelasi *Product Moment (Pearson Correlation)* sebesar $r = 0.308$ dan nilai signifikansi $p = 0,000$, artinya semakin tinggi *body dissatisfaction*, maka semakin tinggi *social comparison* dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah *body dissatisfaction*, maka semakin rendah *social comparison*-nya.

Hubungan yang positif juga terdapat dalam penelitian yang dilakukan Vartanian dan Dey (2013), kepada 278 mahasiswi psikologi di sebuah universitas umum, menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada remaja dengan nilai korelasi sebesar 0,44 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$).

Koefisien determinan (R^2) yang didapatkan dari penelitian ini adalah sebesar 0,095. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa 9,5 persen *social comparison* mempengaruhi perilaku *body dissatisfaction*, dan selebihnya 90,5 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti *Sociocultural pressure to be thin*, *Thin ideal internalization*, *Psychological well-being*, dan *Self-esteem*.

Penelitian ini dilakukan terhadap 165 siswi kelas X, XI, dan XII SMA Pangeran Antasari Medan, hasil penelitian yang diperoleh siswi-siswi memiliki tingkat *body dissatisfaction* yang berbeda-beda. Siswi-siswi yang termasuk dalam kategori tinggi berjumlah 17 orang dengan persentase 10,3 persen, kategori sedang berjumlah 147 orang dengan persentase 89,1 persen dan kategori rendah berjumlah 1 orang dengan persentase 0,6 persen.

Hasil yang diperoleh dari wawancara terhadap siswi SMA Pangeran Antasari tersebut menunjukkan adanya beberapa siswi yang masuk dalam kategori *body dissatisfaction* yang tinggi dengan presentase 10,3 persen mengatakan sangat tidak puas dengan bentuk tubuhnya saat ini. Siswi tersebut juga mengakui bahwa ia sudah lama tidak puas dengan bentuk wajahnya yang terlalu bulat dan berjerawat serta proporsi tubuhnya yang tidak sesuai harapannya. Pada siswi dengan presentase *body*

dissatisfaction yang tinggi, aspek *body dissatisfaction* paling menonjol adalah bentuk kognitif dan bentuk perilaku. Siswi tersebut sering berpikiran bahwa dirinya selalu ditertawai dan diejek oleh teman-temannya, sehingga siswi tersebut menjadi sering melakukan diet keras agar dapat mendapatkan kondisi tubuh yang dia percaya dapat disukai oleh temannya, dengan dampak seringkali mengalami sakit maag. Selain melakukan diet, siswi tersebut mengaku sering mencoba produk kecantikan untuk wajahnya yang sering berjerawat.

Selanjutnya, aspek bentuk afektif tidak terlihat menonjol di antara siswi dengan kategorisasi tinggi, siswi tersebut mengaku tidak merasa malu dengan kondisi tubuhnya saat ini dan tetap merasa percaya diri saat berada dilingkungan sekolah hanya saja merasa tidak puas dengan proposional tubuhnya. Aspek bentuk persepsi juga tidak menonjol dalam siswi kategorisasi tinggi karena siswi mengaku tidak memiliki konsep tentang bagaimana tubuh ideal yang ingin dia dapatkan. Siswi tersebut hanya ingin menjadi lebih kurus dari kondisinya pada saat ini. Siswi dengan kategori *body dissatisfaction* yang sedang dengan persentase 89,1 persen dapat diungkap melalui aspek bentuk afektif, bentuk kognitif, bentuk persepsi dan bentuk perilaku. Siswi dalam kategori *body dissatisfaction* sedang ini mengaku bahwa mereka sering kali tidak percaya diri dengan tinggi tubuhnya. Mereka merasa tubuh yang pendek menjadi halangan bagi mereka untuk beraktivitas baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Dikarenakan kondisi tinggi tubuhnya yang terbatas mereka mengaku bahwa jika tubuh mereka lebih tinggi dari kondisi sekarang mereka bisa lebih menarik bagi teman-temannya terutama kepada lawan jenis dan tidak dijauhi karena keterbatasannya. Selain tinggi badan, siswi dengan *body dissatisfaction* tingkat sedang ini mengaku bahwa bentuk hidung mereka terlalu pesek dan seringkali merasa selalu diejek karena bentuk hidungnya.

Berikutnya, dalam aspek bentuk perilaku, siswi menceritakan bahwa mereka senang jika ada pelajaran olahraga di sekolah karena dapat membantu mereka mendapatkan tubuh yang kurus dan ramping. Selain dari olahraga, siswi tersebut juga sering berdandan sebelum kesekolah ataupun pada saat jam istirahat berlangsung dalam sekolah karena mereka sangat senang ketika dipuji oleh temannya saat datang ke sekolah dengan adanya berdandan. Pada kategori sedang, aspek persepsi pada siswi adalah persepsi bahwa mereka lebih memilih tubuh yang kurus dan ramping sebagai

bentuk idaman bagi mereka karena siswi tersebut mengakui bahwa tubuh yang kurus dan ramping adalah bentuk yang paling ideal bagi mereka.

Pada kategori perilaku *body dissatisfaction* yang rendah, subjek berjumlah 0,6 persen. Pada kategori ini, aspek bentuk perilaku dan bentuk persepsi dilakukan oleh siswi tersebut. Siswi tersebut mengaku melakukan diet tergantung pada mood mereka pada saat itu tanpa memiliki keinginan untuk terus melakukannya setiap saat. Mereka memiliki pemikiran bahwa untuk menjadi kurus dengan diet sederhana saja bisa mendapatkan bobot tubuh yang pas baginya.

Pada *social comparison*, peneliti mengkategorisasikan siswi-siswi tersebut dalam kategori tinggi dan sedang. Siswi-siswi yang tergolong dalam kategori tinggi sebanyak 141 orang dengan persentase 85,5 persen. Untuk kategori sedang sebanyak 24 orang dengan persentase 14,5 persen.

Dalam Penelitian ini ditemukan bahwa siswa dengan kategori *social comparison* yang tinggi berjumlah 85,5 persen, yang dapat diungkap melalui dimensi *social comparison* yakni *self-improvement*, *self-evaluation*, *self-enhancement*, dan *self-esteem*. Siswi dalam kategori ini mengaku bahwa mereka sering membandingkan dirinya kepada orang lain seperti temannya atau artis yang ada di sosial media yang memiliki tubuh yang bagus sebagai panutan mereka membentuk tubuhnya mereka. Mereka mengaku termotivasi dengan melihat para artis yang sukses melakukan diet untuk mendapatkan tubuh yang ideal. Dengan motivasi tersebut, mereka selalu bangga dengan bentuk tubuhnya saat mereka sukses mendapatkan apa yang mereka inginkan seperti sukses menurunkan berat badan mereka dan menjadi lebih ramping. Pencapaian siswi tersebut diakui mereka menjadi semakin lebih percaya diri saat berada di depan kelas ataupun di luar kelas.

Sebanyak 14,5 persen siswa SMA Pangeran Antasari memiliki *social comparison* yang sedang. Hal ini dapat diungkapkan melalui dimensi *self-enhancement* dan *sociopolitical attitudes and behavior*. Salah satu siswi mengaku bahwa mereka mengikuti diet yang menurutnya pas bagi dia untuk menjadi kurus dari teman dekatnya yang setiap hari selalu diet dengan makan salad dan buah di saat jam istirahat. Beberapa siswi lainnya juga mengaku mereka ikut serta dalam kegiatan diet karena teman-teman pergaulannya sering membicarakan tentang diet yang mereka lakukan dan



keberhasilannya untuk menjadi lebih kurus daripada sebelum melakukan diet sehingga siswi tersebut menjadi terbiasa untuk ikut teman-temannya diet bersama.

Penguraian di atas, memiliki keselarasan dengan pernyataan yang diungkapkan oleh Cash dan Pruzinsky (2002), dimana *body dissatisfaction* merupakan distorsi persepsi terhadap bentuk tubuh sendiri, meyakini bahwa orang lain lebih menarik, merasa ukuran/bentuk tubuh adalah penyebab kegagalan personal, merasa malu, cemas terhadap tubuh, serta merasa tidak nyaman dan aneh dengan tubuh yang dimiliki. Selain internalisasi media yang menyebabkan munculnya *body dissatisfaction* pada wanita, tekanan dari orang-orang sekitar untuk menjadi kurus seperti halnya kebiasaan kuat dalam keluarga maupun lingkungan untuk senantiasa membanding-bandingkan individu dengan orang lain, membuat wanita semakin merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction*. Dengan hasil, semakin tinggi *social comparison* seorang wanita maka semakin tinggi *body dissatisfaction* yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah *social comparison* yang dimiliki maka semakin rendah juga *body dissatisfaction* pada wanita.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *body dissatisfaction* dengan *social comparison*. Hasil Penelitian yang telah dilakukan kepada siswi sekolah menengah atas Pangeran Antasari Medan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction*. Dengan nilai koefisien sebesar 0.308 dengan sig. 0.000 ($p < 0.005$), dapat diartikan *social comparison* dan *body dissatisfaction* memiliki hubungan positif. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah korelasi *Product Moment (Pearson Correlation)*. Dari hasil penelitian, sumbangan yang diberikan variabel *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* adalah sebesar 9,5 persen, selebihnya sebesar 90,5 persen dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction*, maka dari itu hipotesis pada penelitian ini dapat diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2004). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Blowers, L. C, Loxton, N. J, Grady-Flessler, M, Occhipinti, S, & Dawe, S. (2003). The Relationship Between Sociocultural Pressure to be Thin and Body Dissatisfaction in preadolescent girls. *Journal of Eating Behaviors Vol. 4 Pages 229-244* diakses pada tanggal 14 Januari 2018 dari <http://dacemirror.sci-hub.tw/journal-article/ac4de15f5eb3f7529ede8ef0c06c9ff4/blowers2003.pdf>
- Cash, T. F & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image*. New York: Guilford Publication. Diakses pada tanggal 4 Mei 2018 dari <http://dl.b-ok.org/download/book/1069130?token=403f2e4f-40ea-432b-b569-c25f0eec8efa>
- Chadee, D. (2011). *Theories in Social Psychology First Edition*. UK: Blackwell Publishing Ltd. Diakses pada tanggal 7 April 2018 dari <http://books.google.co.id>
- Greene, S. B. (2011). *Body Image: Perceptions, Interpretations and Attitudes*. New York: Nova Science Publishers. Diakses pada tanggal 19 Juli 2018 dari <http://b-ok.xyz/book/2562225/a81772>
- Grogan, S. (2007). *Body Image Understanding Body Dissatisfaction in Men Women and Children Second Edition*. New York: Taylor & Francis e-Library. Diakses pada tanggal 12 Januari 2018 dari <http://b-ok.org/s/?q=body+dissatisfaction&yearFrom=&yearTo=&language=&extension=&t=0>
- Guimond, S. (2006). *Social Comparison and Social Psychology*. United States of America: Cambridge University Press. Diakses pada tanggal 14 Mei 2018 dari <http://dl.b-ok.org/download/book/976979?token=dc7a26de-78d8-40ca-9461-03457f40d688>
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartikasari, N. Y. (2013). Body Dissatisfaction Terhadap Psychological Well Being pada Karyawati. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Vol. 1 No.2 Hal 1-20*. Diakses pada tanggal 13 Juli 2017 dari <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/download/1585/1690>
- Odgen, J. (2010). *The Psychology of Eating*. United Kingdom: Blackwell Publishing. Diakses pada tanggal 24 Januari 2018 dari http://www.ikiu.ac.ir/public-files/profiles/items/090ad_1446739747.pdf
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2003). *Teori-Teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Sunartio, L, Sukamto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Social Comparison dan Body Dissatisfaction pada Wanita Dewasa Awal. *Humanitas Vol. IX No. 2 Hal 13-25*. Diakses pada tanggal 5 Maret 2018 dari <http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/download/342/232>
- Thompson, J. K & Smolak, L. (2009). *Body Image, Eating Disorder, and Obesity in Youth Second Edition*. Washington: American Psychological Association. Diakses pada tanggal 19 Juli 2018 dari <http://b-ok.xyz/book/847362/fa1ffe>
- Vartanian, L. R, & Dey, S. (2013). Self-concept clarity, thin-ideal internalization, and appearance-related social comparison as predictors of body dissatisfaction. *Journal Vol. 10 Page, 495-500. Elsevier Ltd*. Diakses Pada Tanggal 14 Januari 2018 dari <http://scihub.tw/http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S174014451300065X>
- Liputan6. (2017). *Remaja Ini Lakukan 50 Operasi Plastik Demi Mirip Angelina Jolie*. Diakses pada tanggal 16 Mei 2018 dari <https://www.liputan6.com/global/read/3181792/remaja-ini-lakukan-50-operasi-plastik-demi-mirip-angelina-jolie>
- Merdeka. (2012). *Fenomena Operasi Plastik di Kalangan Remaja*. Diakses pada tanggal 16 Mei 2018 dari <https://www.merdeka.com/gaya/ironis-gadis-18-tahun-putuskan-operasi-payudara.html>
- The Guardian. (2017). *Poor Body Images Makes Girls Less Assertive and Risk Health, Study Finds*. Diakses pada tanggal 16 Mei 2018 dari <https://amp.theguardian.com/uk-news/2017/oct/05/poor-body-image-makes-girls-less-assertive-and-risks-health-study-finds>

