



**HARGA DIRI DITINJAU DARI CITRA TUBUH DAN
PERBANDINGAN SOSIAL PADA REMAJA PENGGUNA
INSTAGRAM**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh :

NIDAAN KHOFIYYA

NIM: 2019 60 149

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2023



**HARGA DIRI DITINJAU DARI CITRA TUBUH DAN
PERBANDINGAN SOSIAL PADA REMAJA PENGGUNA
INSTAGRAM**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh :

NIDAAN KHOFIYYA

NIM: 2019 60 149

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muria
Kudus Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal: 12 SEP 2023

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Dekan


(Iranfa Hery Mubandayani, S.Psi, M.Psi., Psikolog)


Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. R.R. Dwi Astuti, S.Psi, M.Psi., Psikolog



2. Arcivid Chorynia Ruby, S.Psi., M.Psi, Psikolog



3. Dr. Dhini Rama Dhania, S.Psi., M.Si



HALAMAN PERSETUJUAN

**HARGA DIRI DITINJAU DARI CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN
SOSIAL PADA REMAJA PENGGUNA INSTAGRAM**

Diajukan oleh

NIDAAN KHOFIYYA

NIM: 2019 60 149

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah Disetujui oleh:

Pembimbing

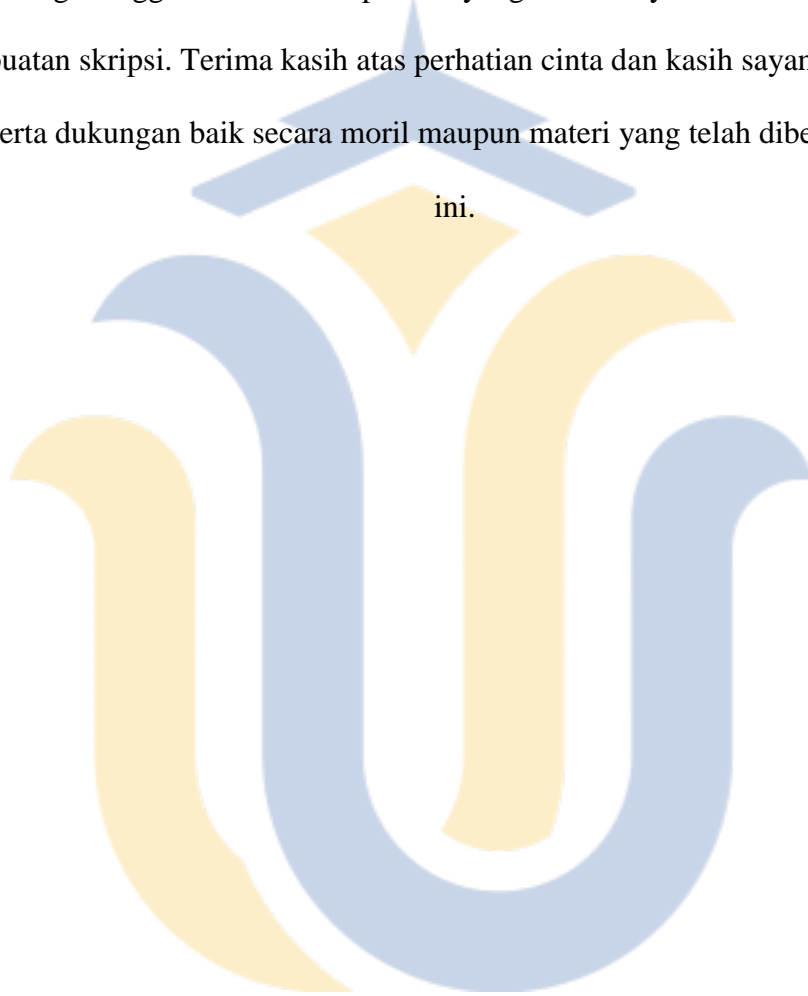


R.R Dwi Astuti, S.Psi, M.Psi., Psikolog

Tanggal: 12 SEP 2023

PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur, cinta dan kasih sayang yang luar biasa, penulis persembahkan hasil karya sederhana ini untuk orang tua penulis, Bapak Masyayih, almh. Ibu Roudhlotul Jannah dan Ibu Khumairoh serta segenap keluarga hingga teman-teman penulis yang telah banyak membantu selama pembuatan skripsi. Terima kasih atas perhatian cinta dan kasih sayang yang tulus, doa serta dukungan baik secara moril maupun materi yang telah diberikan selama ini.



MOTTO

“Nothing will changes, unless you changes. If you want it you will find a way”

(dr. Kim Sabu – dr. Romantic)



PRAKATA

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Harga Diri Ditinjau dari Citra Tubuh dan Perbandingan Sosial Pada Remaja Pengguna Instagram”**.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, motivasi dan perhatian dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Maka dengan segala kerendahan dan ketulusan hati penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
2. Ibu R.R. Dwi Astuti, S.Psi, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing utama yang telah membimbing, mengarahkan, memberikan saran serta telah meluangkan waktu kepada penulis.
3. Bapak Ridwan Budi Pramono, S.Psi., M.A yang sudah memberikan arahan dalam mencari topik skripsi pada mata kuliah Teknik Penyusunan Skripsi.
4. Seluruh Dosen, Tenaga Penunjang Akademik dan Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat kepada Penulis.
5. Orang tua saya, Bapak Masyayih, almh. Ibu Roudhlotul Jannah dan Ibu Khumairoh yang telah merawat, membimbing, mencurahkan segala kasih sayang dan cintanya serta senantiasa mendoakan, memberikan dukungan dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Kakak-kakak dan keponakan saya: Muyazidah, Ahmad Asy'ari, Ibnu Hajar, Mahda Aliefa Zahra, Ahdan, Aqeela, Khaylila, Kafaa dan Arza merupakan support system terbaik yang selalu memberikan dukungan penuh, memberi semangat dan menghibur penulis dalam penyusunan skripsi ini.
7. Bahtyar, Windy, Anggi, Sita dan Aulia sebagai partner yang selalu menemani, memberikan bantuan, dukungan, motivasi dan semangat. Kehadiran kalian sangat berarti dalam penyelesaian skripsi ini.

8. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus angkatan 2019, terutama teman-teman dari kelas Psikologi C yang sudah memberi dukungan selama proses belajar.
9. Teman-teman MSIB yang telah membantu dan memberikan dukungan kepada penulis.
10. Teman-teman responden yang telah berkenan dalam mengisi skala penelitian skripsi ini.
11. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu selama proses penyelesaian skripsi ini.
12. Terakhir saya ucapkan terima kasih kepada diri saya sendiri karena telah berjuang memotivasi dan menguatkan diri sendiri dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam proses penyusunan skripsi ini, oleh karena itu penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun untuk lebih menyempurnakan penelitian selanjutnya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi ilmu pengetahuan khususnya mengenai harga diri, citra tubuh dan perbandingan sosial.

Kudus, 16 Juli 2022

Penulis

Nidaan Khofiyya

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACT	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	10
C. Manfaat Penelitian	11
1. Manfaat Teoritis	11
2. Manfaat Praktis.....	11
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Harga Diri.....	12
1. Pengertian Harga Diri.....	12
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri	13
3. Aspek-Aspek Harga Diri	21
B. Citra Tubuh	23
1. Pengertian Citra Tubuh.....	23
2. Aspek-Aspek Citra Tubuh.....	24
C. Perbandingan Sosial	27

1. Pengertian Perbandingan Sosial	27
2. Aspek-Aspek Perbandingan Sosial.....	29
D. Hubungan Antara Citra Tubuh dan Perbandingan Sosial dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram	33
E. Hipotesis Penelitian.....	37
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel.....	38
B. Definisi Operasional.....	38
C. Populasi dan Sampel Penelitian	39
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data	41
E. Validitas dan Reliabilitas	44
F. Metode Analisis Data.....	46
BA IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Orientasi Kancah Penelitian.....	47
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	48
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data	48
3. Pelaksanaan Penelitian.....	52
C. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas	54
D. Analisis Data	61
1. Uji Normalitas	61
2. Uji Linieritas	62
3. Uji Hipotesis	63
E. Pembahasan.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	72
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	74

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print Harga Diri	42
Tabel 3. 2 Blue Print Citra Tubuh	43
Tabel 3. 3 Blue Print Perbandingan Sosial.....	44
Tabel 4. 1 Blue Print Harga Diri	49
Tabel 4. 2 Blue Print Citra Tubuh.....	51
Tabel 4. 3 Blue Print Perbandingan Sosial.....	52
Tabel 4. 4 Sebaran Item Harga Diri yang Valid dan Gugur.....	54
Tabel 4. 5 Sebaran Item Citra Tubuh yang Valid dan Gugur	55
Tabel 4. 6 Sebaran Item Perbandingan Sosial yang Valid dan Gugur	56
Tabel 4. 7 Blue print skala penelitian harga diri	58
Tabel 4. 8 Blue print skala penelitian citra tubuh	59
Tabel 4. 9 Blue print skala penelitian perbandingan sosial.....	60
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas	61
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas Antara Harga Diri dan Citra Tubuh.....	62
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas Antara Harga Diri dan Perbandingan Sosial	62
Tabel 4. 13 Hasil Uji Hipotesis Mayor	63
Tabel 4. 14 Hasil Analisis Korelasi Citra Tubuh dan Harga Diri	64
Tabel 4. 15 Hasil Analisis Korelasi Perbandingan Sosial dan Harga Diri.....	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 rincian pengguna media sosial Instagram di Indonesia (We Are Social, 2022).	2
Gambar 2. 1 Ilustrasi dampak penggunaan Instagram dengan citra tubuh dan perbandingan sosial pada remaja.	36



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. SKALA PENELITIAN	79
Skala Harga Diri	81
Skala Citra Tubuh.....	85
Skala Perbandingan Sosial	90
LAMPIRAN 2. DATA UJI COBA	96
Data Uji Coba Harga Diri Tahap 1	97
Data Uji Coba Harga Diri Tahap 2.....	99
Data Uji Coba Citra Tubuh Uji Coba Tahap 1	101
Data Uji Coba Citra Tubuh Tahap 2.....	103
Data Uji Coba Perbandingan Sosial Tahap 1	105
Data Uji Coba Perbandingan Sosial Tahap 2	107
Data Uji Coba Perbandingan Sosial Tahap 3	109
LAMPIRAN 3. HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	111
Seleksi Item Harga Diri - Tahap 1	112
Seleksi Item Harga Diri – Tahap 2 Fix.....	113
Seleksi Item Citra Tubuh – Tahap 1	114
Seleksi Item Citra Tubuh – Tahap 2 Fix	116
Seleksi Item Perbandingan Sosial – Tahap 1	117
Seleksi Item Perbandingan Sosial – Tahap 2	118
Seleksi Item Perbandingan Sosial – Tahap 3 Fix	119
LAMPIRAN 4. DATA PENELITIAN	121
Data Penelitian Harga Diri	122
Data Penelitian Citra Tubuh	125
Data Penelitian Perbandingan Sosial.....	129
Data Penelitian Hubungan.....	132
LAMPIRAN 5. UJI ASUMSI	138
Uji Normalitas	139
Uji Linearitas	140
Uji Regresi.....	141
Uji Product Moment	142
LAMPIRAN 6. KATEGORISASI DEVIASI.....	143
LAMPIRAN 7. SCREENING, FORM A, FORM B DAN TURNITIN.....	149