

HUBUNGAN ANTARA PERBANDINGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA SISWI KELAS 10 DI SMAN X

Sintia Syahrani¹, Rijal Abdillah², Yomima Viena Yuliana²^{1, 2, 3}Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya202210515096@mhs.ubharajaya.ac.id, rijal.abdillah@dsn.ubharajaya.ac.id,yomima.viena@dsn.ubharajaya.ac.id**Abstract**

Negative body image is commonly found among adolescent girls and may lead to serious psychological consequences. This study aimed to examine the relationship between social comparison and body image among 10th grade female students at SMAN X. A quantitative correlational method was employed using simple random sampling, involving 178 students. Body image was measured using the MBSRQ-AS, and social comparison was assessed using the PACS-R. Spearman's rho analysis revealed a significant positive correlation ($r = 0.455$, $p < 0.001$), indicating that higher social comparison was associated with more negative body image. Schools are encouraged to develop programs promoting positive body image and media literacy.

Keywords: social comparison, body image, adolescent girls

Abstrak

Citra tubuh negatif merupakan fenomena yang umum terjadi pada remaja perempuan dan berpotensi menimbulkan dampak psikologis yang serius. Salah satu faktor yang diduga berkontribusi adalah kecenderungan melakukan perbandingan sosial terhadap penampilan fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada siswi kelas 10 di SMAN X. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik simple random sampling, melibatkan 178 siswi sebagai responden. Citra tubuh diukur menggunakan MBSRQ-AS yang diadaptasi oleh Frianti et al. (2023), dan perbandingan sosial diukur menggunakan PACS-R dari Schaefer dan Thompson (2014). Hasil uji korelasi Spearman's rho menunjukkan koefisien korelasi $r = 0,455$ dengan signifikansi $p < 0,001$, yang berarti terdapat hubungan positif signifikan antara kedua variabel. Semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan siswi, semakin negatif citra tubuhnya. Disarankan agar pihak sekolah mengembangkan program bimbingan yang berfokus pada penguatan citra tubuh positif dan literasi media pada remaja.

Kata kunci: perbandingan sosial, citra tubuh, remaja perempuan

Article History

Received: Juni 2026

Reviewed: Juni 2026

Published: Juni 2026

Plagiarism Checker No 77

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed

under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)**1. Pendahuluan**

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang melibatkan perubahan fisik, psikis, dan sosial secara menyeluruh. Santrock (2012) menjelaskan bahwa perubahan fisik selama masa pubertas, seperti pertumbuhan tinggi badan dan perkembangan seksual, berdampak langsung pada kondisi psikologis remaja. Akibatnya, remaja cenderung memberikan

perhatian lebih terhadap penampilan tubuh mereka sendiri. Dalam perspektif psikososial, penampilan fisik bukan hanya fenomena biologis, melainkan bagian penting dalam pembentukan identitas diri. Pada tahap ini, remaja mulai mengeksplorasi peran sosial dan memperhatikan cara lingkungan menilai penampilan mereka (Santrock, 2012).

Citra tubuh (body image) merupakan salah satu aspek psikologis yang sangat penting pada masa remaja. Cash dan Pruzinsky (2002) mendefinisikan citra tubuh sebagai cara individu dalam melihat, menilai, dan merasakan penampilan fisik mereka sendiri. Remaja yang memiliki citra tubuh positif cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dan lebih mampu menerima kondisi fisiknya. Sebaliknya, citra tubuh negatif berkaitan dengan berbagai konsekuensi psikologis, seperti rendahnya harga diri (Lupitasari, 2019), rendahnya penerimaan diri (Maryam dan Ildil, 2019), meningkatnya kecemasan sosial (Iksan et al., 2022), serta menurunnya kepercayaan diri (Syazaid et al., 2023). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa permasalahan citra tubuh lebih banyak ditemukan pada remaja perempuan dibandingkan remaja laki-laki karena tingginya tekanan sosial terhadap standar kecantikan yang berlaku di masyarakat (Basir et al., 2022).

Salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan citra tubuh adalah perbandingan sosial. Keery et al. (2004) melalui *Tripartite Influence Model* menjelaskan bahwa teman sebaya, keluarga, dan media bekerja melalui dua jalur menuju ketidakpuasan tubuh, yaitu internalisasi standar penampilan ideal dan kecenderungan melakukan perbandingan penampilan. Menurut Festinger (1954), individu memiliki kecenderungan untuk mengevaluasi dirinya dengan membandingkan diri dengan orang lain. Dalam konteks penampilan fisik, perbandingan sosial mengacu pada kecenderungan individu untuk membandingkan bentuk tubuh, berat badan, ukuran tubuh, maupun daya tarik fisiknya dengan orang lain (Schaefer dan Thompson, 2014). Myers dan Crowther (2009) melalui meta-analisis terhadap 156 studi menjelaskan bahwa *upward comparison* yang berarti membandingkan diri dengan individu yang dipersepsikan lebih menarik secara fisik merupakan bentuk perbandingan yang paling sering dilakukan dan paling konsisten dikaitkan dengan tingginya ketidakpuasan tubuh, terutama pada perempuan dan kelompok usia muda.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perbandingan sosial berkaitan dengan munculnya ketidakpuasan terhadap tubuh. Marlinda et al. (2022) menemukan bahwa perbandingan sosial berpengaruh signifikan terhadap citra tubuh pada remaja putri. Temuan serupa dikemukakan oleh Abdullah dan Dewi (2023) yang menunjukkan bahwa kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain berhubungan dengan pembentukan citra tubuh pada remaja. Resha dan Izzaty (2025) menemukan bahwa perbandingan sosial dan harga diri secara bersama-sama memengaruhi citra tubuh siswi remaja. Pada skala internasional, Bonfanti et al. (2025) melalui meta-analisis terhadap 83 studi dengan lebih dari 55.000 partisipan menemukan bahwa perbandingan sosial berkorelasi secara moderat dengan kekhawatiran terhadap citra tubuh ($r = 0,454$), menegaskan bahwa hubungan antarvariabel ini bersifat konsisten lintas populasi.

Fenomena tersebut juga tercermin di SMAN X. Berdasarkan wawancara dengan koordinator kesiswaan, pihak sekolah secara rutin menyelenggarakan razia perlengkapan siswa sebanyak dua kali dalam setahun, di mana satu kali razia dapat menghasilkan hingga empat kantong besar berisi produk kosmetik yang disita. Temuan ini mengindikasikan tingginya atensi siswi terhadap penampilan fisik di lingkungan sekolah. Studi pendahuluan melalui kuesioner skala citra tubuh kepada 14 siswi kelas 10 menunjukkan bahwa skor rata-rata responden adalah 43, berada di atas mean teoretik sebesar 40. Sebanyak 64% atau 9 dari 14 siswi menunjukkan skor di atas mean teoretik, mengindikasikan kecenderungan citra tubuh negatif. Selain itu, koordinator kesiswaan juga mengemukakan adanya perilaku siswi

yang aktif mengevaluasi dan membahas penampilan teman sebaya secara langsung, yang merupakan bentuk konkret perbandingan sosial dalam interaksi harian di sekolah.

Siswi kelas X secara khusus relevan untuk diteliti karena mereka berada pada fase transisi dari jenjang SMP ke SMA, di mana remaja memasuki lingkungan sosial baru dengan kelompok pertemanan yang belum sepenuhnya terbentuk. Santrock (2012) menjelaskan bahwa kondisi ini menyebabkan sensitivitas terhadap penilaian teman sebaya berada pada puncaknya, menjadikan siswi kelas 10 lebih rentan terhadap dinamika perbandingan penampilan. Meskipun hubungan antara perbandingan sosial dan citra tubuh telah banyak diteliti, sebagian besar studi di Indonesia masih menggunakan alat ukur perbandingan sosial yang bersifat umum dan belum secara spesifik menyoroti aspek penampilan fisik. Penggunaan *Physical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R) dari Schaefer dan Thompson (2014) diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai mekanisme perbandingan penampilan pada siswi SMA. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada siswi kelas 10 di SMAN X.

Perbandingan sosial menjadi penting untuk dikaji pada masa remaja karena remaja cenderung lebih peka terhadap penilaian teman sebaya dan lingkungan sosial. Choukas-Bradley et al. (2022) menjelaskan bahwa meningkatnya kepekaan terhadap penilaian teman sebaya berinteraksi dengan tekanan sosiokultural dari media sosial, sehingga secara khusus meningkatkan kerentanan remaja perempuan terhadap permasalahan citra tubuh. Dengan demikian, perbandingan sosial diduga menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pembentukan citra tubuh negatif pada remaja perempuan.

Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada siswi kelas 10 di SMAN X. Semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki.

2. Tinjauan Pustaka

CITRA TUBUH

Citra tubuh merupakan pengalaman psikologis individu yang mencakup cara seseorang mempersepsikan, mengevaluasi, serta merespons tubuhnya sendiri melalui aspek kognitif, afektif, dan perilaku (Cash & Pruzinsky, 2002). Cash menekankan bahwa citra tubuh bukan hanya representasi fisik, melainkan juga proyeksi dari pengalaman emosional dan pembelajaran sosial yang terbentuk dalam konteks interpersonal dan budaya. Sejalan dengan pandangan tersebut, Slade (1994) mendefinisikan citra tubuh sebagai konstruksi psikologis yang mencakup persepsi, sikap, dan evaluasi individu terhadap tubuhnya sendiri, termasuk komponen kognitif dan afektif yang berkaitan dengan ukuran, bentuk, serta penampilan fisik. Menurut Cash (2015), citra tubuh merupakan konstruk multidimensional yang mencerminkan disposisi afektif, kognitif, dan perilaku terhadap tubuh seseorang.

Pada masa remaja, citra tubuh menjadi salah satu aspek yang penting karena perubahan fisik yang terjadi selama pubertas dapat memengaruhi cara individu menilai dirinya. Penilaian terhadap tubuh juga dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan sosial, teman sebaya, keluarga, media, serta pengalaman individu dalam berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu, citra tubuh tidak hanya terbentuk dari kondisi fisik yang sebenarnya, tetapi juga dari bagaimana individu mempersepsikan tubuhnya dalam konteks sosial.

PERBANDINGAN SOSIAL

Perbandingan sosial pertama kali diperkenalkan oleh Festinger (1954) yang mendefinisikannya sebagai dorongan individu untuk mengevaluasi opini dan kemampuan dirinya dengan menggunakan orang lain sebagai standar pembanding ketika standar objektif tidak tersedia. Dalam perkembangannya, Schaefer dan Thompson (2014) mengembangkan konstruk *appearance comparison* (perbandingan penampilan) yang secara spesifik mengukur frekuensi kecenderungan individu dalam membandingkan penampilan fisiknya dalam berbagai konteks situasional. Konstruk ini menjadi salah satu mekanisme utama yang menjelaskan bagaimana tekanan sosiokultural dari teman sebaya, keluarga, dan media dapat bermuara pada ketidakpuasan terhadap tubuh (Keery et al., 2004). Myers dan Crowther (2009) mengidentifikasi tiga aspek utama perbandingan sosial dalam konteks penampilan fisik, yaitu arah perbandingan (*upward, downward, lateral*), target perbandingan (*proximal vs distal*), dan frekuensi perbandingan. Dalam penelitian ini, pengukuran perbandingan sosial difokuskan pada aspek frekuensi sebagaimana dioperasionalkan dalam PACS-R.

Schaefer dan Thompson (2014) mendefinisikan perbandingan sosial berbasis penampilan sebagai kecenderungan individu untuk membandingkan aspek-aspek fisik dirinya, seperti bentuk tubuh, berat badan, ukuran tubuh, dan daya tarik fisik, dengan orang lain dalam berbagai situasi sehari-hari, baik secara langsung melalui interaksi dengan teman sebaya maupun secara tidak langsung melalui media sosial. Frekuensi perbandingan yang tinggi berkorelasi signifikan dan negatif dengan kepuasan tubuh serta harga diri, dan berkorelasi positif dengan internalisasi standar penampilan ideal dan tekanan dari lingkungan sosial (Schaefer dan Thompson, 2014). Dalam konteks remaja Indonesia, Garbett et al. (2023) menekankan pentingnya pengembangan penelitian dalam konteks lokal, mengingat lebih dari separuh remaja putri Indonesia tidak memiliki body esteem yang tinggi, dengan internalisasi standar penampilan ideal sebagai faktor psikososial yang paling berpengaruh.

Hubungan Perbandingan Sosial dengan Citra Tubuh

Teori Perbandingan Sosial yang dikemukakan oleh Festinger (1954) menjelaskan bahwa individu memiliki kebutuhan untuk mengevaluasi dirinya melalui perbandingan dengan orang lain. Dalam konteks penampilan fisik, mekanisme ini beroperasi melalui proses *appearance comparison* sebagaimana dikembangkan oleh Schaefer dan Thompson (2014). Individu sering menggunakan orang lain sebagai standar untuk menilai bentuk tubuh, berat badan, maupun daya tarik fisiknya. Ketika individu melakukan *upward comparison*, yaitu membandingkan diri dengan orang yang dianggap memiliki penampilan lebih ideal, proses tersebut dapat memunculkan perasaan inferior terhadap penampilan fisik, yang pada akhirnya memengaruhi citra tubuh secara negatif. Mekanisme ini semakin diperkuat oleh *Tripartite Influence Model* (Keery et al., 2004) yang menjelaskan bahwa teman sebaya, keluarga, dan media mempengaruhi citra tubuh melalui dua jalur utama, yaitu internalisasi standar penampilan ideal dan kecenderungan melakukan perbandingan penampilan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perbandingan sosial memiliki keterkaitan dengan citra tubuh. Marlinda et al. (2022) menemukan bahwa perbandingan sosial berhubungan signifikan dengan citra tubuh pada remaja putri. Penelitian Abdullah dan Dewi (2023) juga menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan remaja melakukan perbandingan sosial, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki. Selain itu, Bonfanti et al. (2025) melalui meta-analisis terhadap 83 penelitian menemukan bahwa perbandingan sosial memiliki hubungan yang konsisten dengan berbagai indikator ketidakpuasan tubuh.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian terdahulu, perbandingan sosial dipandang sebagai salah satu faktor yang dapat memengaruhi pembentukan citra tubuh pada remaja perempuan. Semakin tinggi frekuensi perbandingan penampilan yang dilakukan individu,

khususnya *upward comparison* terhadap teman sebaya yang dikenal secara langsung, semakin besar kemungkinan munculnya evaluasi negatif terhadap tubuh yang dimiliki (Myers dan Crowther, 2009) Berdasarkan uraian tersebut, hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada siswi kelas 10 SMAN X, di mana semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki.

2. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial sebagai variabel independen dan citra tubuh sebagai variabel dependen pada siswi kelas 10 SMAN X.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 10 SMAN X yang berjumlah 276 siswi. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 163 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling. Dalam pelaksanaannya, penelitian berhasil memperoleh data dari 178 responden yang memenuhi kriteria penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen psikologis berbentuk skala Likert. Variabel citra tubuh diukur menggunakan *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) yang dikembangkan oleh Cash (2015) dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Frianti et al. (2023). Skala ini terdiri atas 12 aitem yang mengukur lima dimensi, yaitu *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body area satisfaction*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified weight*. Pada penelitian ini, skor yang lebih tinggi menunjukkan citra tubuh yang lebih negatif.

Variabel perbandingan sosial diukur menggunakan *Physical Appearance Comparison Scale-Revised* (PACS-R) yang dikembangkan oleh Schaefer dan Thompson (2014). Instrumen ini digunakan untuk mengukur kecenderungan individu membandingkan penampilan fisiknya dengan orang lain dalam berbagai situasi sosial. Semakin tinggi skor yang diperoleh responden, semakin tinggi kecenderungan melakukan perbandingan sosial berbasis penampilan.

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya. Seluruh aitem yang digunakan memenuhi kriteria validitas sehingga dapat digunakan dalam penelitian. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kedua instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang baik sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak JASP. Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Shapiro-Wilk untuk mengetahui distribusi data. Hasil pengujian menunjukkan bahwa data tidak memenuhi asumsi normalitas, sehingga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan teknik korelasi nonparametrik Spearman's rho. Analisis tersebut digunakan untuk mengetahui arah, kekuatan, dan signifikansi hubungan antara perbandingan sosial dan citra tubuh pada siswi kelas 10 SMAN X.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada siswi kelas 10 SMAN X. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data diuji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk. Hasil pengujian menunjukkan bahwa data

tidak memenuhi asumsi normalitas sehingga analisis hubungan antarvariabel dilakukan menggunakan teknik korelasi nonparametrik Spearman's rho.

Hasil analisis korelasi Spearman's rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,455 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara perbandingan sosial dan citra tubuh pada siswi kelas 10 SMAN X. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,455 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan siswi, semakin tinggi skor citra tubuh yang diperoleh. Dalam penelitian ini, skor citra tubuh yang lebih tinggi menunjukkan citra tubuh yang semakin negatif. Oleh karena itu, semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki siswi.

Temuan penelitian ini konsisten dengan *Social Comparison Theory* (Festinger, 1954) dan mekanisme *appearance comparison* (Schaefer dan Thompson, 2014). Mekanisme ini semakin diperkuat oleh *Tripartite Influence Model* (Keery et al., 2004) yang menjelaskan bahwa tekanan dari teman sebaya, keluarga, dan media bekerja melalui jalur internalisasi standar penampilan ideal dan kecenderungan melakukan perbandingan penampilan. Ketika individu melakukan *upward comparison*, proses tersebut dapat memunculkan evaluasi negatif terhadap tubuhnya sendiri dan pada akhirnya memperburuk citra tubuh (Myers dan Crowther, 2009). Myers dan Crowther (2009) juga menegaskan bahwa efek *upward comparison* ditemukan lebih kuat ketika target perbandingan merupakan teman sebaya yang dikenal secara langsung dibandingkan dengan figur di media, karena teman sebaya dianggap lebih relevan sebagai standar pembandingan, sehingga menjadikan lingkungan sekolah sebagai arena yang sangat potensial bagi berlangsungnya perbandingan penampilan yang intens.

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian terdahulu. Marlinda et al. (2022) menunjukkan bahwa perbandingan sosial berhubungan signifikan dengan citra tubuh pada remaja putri. Abdullah dan Dewi (2023) menemukan bahwa semakin tinggi kecenderungan remaja melakukan perbandingan sosial, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki. Resha dan Izzaty (2025) juga menemukan bahwa perbandingan sosial merupakan prediktor signifikan terhadap pembentukan citra tubuh pada siswi remaja. Putra et al. (2019) dan Budianto et al. (2023) turut melaporkan temuan serupa pada populasi sekolah, memperkuat relevansi interaksi langsung antarteman sebaya di lingkungan pendidikan sebagai faktor yang memperburuk citra tubuh. Bonfanti et al. (2025) melalui meta-analisis menemukan bahwa perbandingan sosial memiliki hubungan yang konsisten dengan ketidakpuasan tubuh dan berbagai indikator citra tubuh negatif.

Kondisi yang menarik untuk dicermati adalah bahwa meskipun tingkat perbandingan sosial siswi secara umum berada pada kategori sedang dan cenderung rendah, mayoritas responden (57,9%) tetap menunjukkan citra tubuh yang negatif. Fenomena ini mengindikasikan bahwa perbandingan sosial, meskipun memiliki hubungan yang signifikan, bukanlah satu-satunya faktor yang berkontribusi terhadap pembentukan citra tubuh negatif. Koefisien korelasi sebesar 0,455 yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa citra tubuh juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti paparan media sosial yang menyajikan standar kecantikan tidak realistis, internalisasi standar penampilan ideal yang berlaku di masyarakat Indonesia (Basir et al., 2022), dinamika psikologis masa remaja (Choukas-Bradley et al., 2022), serta faktor-faktor lain seperti karakteristik fisik aktual, pengalaman interpersonal, dan kesejahteraan psikososial (Cash, 2015). Dengan demikian, meskipun perbandingan sosial berperan bermakna dalam pembentukan citra tubuh, penelitian selanjutnya perlu mengkaji variabel mediator atau moderator lain yang turut berkontribusi.

Temuan penelitian ini menunjukkan pentingnya upaya untuk membantu remaja mengembangkan citra tubuh yang lebih positif. Sekolah dapat berperan melalui program

edukasi mengenai penerimaan diri, literasi media, serta pemahaman mengenai keberagaman bentuk dan ukuran tubuh. Upaya tersebut diharapkan dapat membantu siswi mengurangi kecenderungan melakukan perbandingan sosial yang berlebihan dan membangun evaluasi diri yang lebih positif terhadap tubuh yang dimiliki.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara perbandingan sosial dan citra tubuh pada siswi kelas 10 SMAN X. Hasil analisis menggunakan korelasi Spearman's rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,455 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan siswi melakukan perbandingan sosial, semakin tinggi skor citra tubuh yang diperoleh. Dalam penelitian ini, skor citra tubuh yang lebih tinggi menunjukkan citra tubuh yang semakin negatif. Oleh karena itu, semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki oleh siswi kelas 10 SMAN X.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perbandingan sosial merupakan salah satu faktor yang bermakna dalam pembentukan citra tubuh pada remaja perempuan. Meskipun demikian, kekuatan hubungan yang berada pada kategori sedang mengindikasikan bahwa citra tubuh juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar perbandingan sosial, seperti paparan media sosial, internalisasi standar kecantikan, harga diri, dukungan sosial teman sebaya, serta dinamika psikologis masa remaja. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan penambahan variabel mediator atau moderator, seperti paparan media sosial atau harga diri, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai mekanisme yang menghubungkan perbandingan sosial dengan citra tubuh pada remaja perempuan.

Daftar Referensi

- Abdullah, S., & Dewi, M. E. P. (2023). Hubungan Antara Perbandingan Sosial dan Citra Tubuh Remaja Laki-Laki Pada Pengguna Media Sosial di Kota Makassar. *Indonesian Counseling and Psychology*, 3, 88-97. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/ergasia/index>
- Basir, N. S. D., Tsalatsa, S. L., & Kresna, M. T. (2022). Persepsi Wanita dalam Menentukan Standar Kecantikan di Tiktok dan Instagram. In *Universitas Negeri Surabaya 2022* | (Vol. 566).
- Bonfanti, R. C., Melchiori, F., Teti, A., Albano, G., Raffard, S., Rodgers, R., & Lo Coco, G. (2025). The association between social comparison in social media, body image concerns and eating disorder symptoms: A systematic review and meta-analysis. *Body Image*, 52. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101841>
- Budianto, N. R. A., Hamid, H., & Ridfah, A. (2023). Pengaruh Perbandingan Sosial Pada Teman Sebaya Terhadap Citra Tubuh Siswa SMPN 6 Makassar. *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 3(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.56799/jceki.v3i1.2065>
- Cash, T. F. (2015). Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ). *Encyclopedia of Feeding and Eating Disorders*, 1-4. https://doi.org/10.1007/978-981-287-087-2_3-1

- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. Guilford Press.
- Choukas-Bradley, S., Roberts, S. R., Maheux, A. J., & Nesi, J. (2022). The Perfect Storm: A Developmental-Sociocultural Framework for the Role of Social Media in Adolescent Girls' Body Image Concerns and Mental Health. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 25(4), 681-701. <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00404-5>
- Festinger, L. (1954). *A Theory of Social Comparison Processes*. hum.sagepub.com
- Frianti, N., Rahmi, K. H., & Nugraha, A. C. W. (2023). Body Image dan Kecenderungan Body Dismorphic Disorder pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5.
- Garbett, K. M., Craddock, N., Saraswati, L. A., & Diedrichs, P. C. (2023). Body Image among Girls in Indonesia: Associations with Disordered Eating Behaviors, Life Engagement, Desire for Cosmetic Surgery and Psychosocial Influences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph20146394>
- Iksan, M. N., Razak, A., & Fakhri, N. (2022). Body Image Dan Kecemasan Sosial Pada Remaja Perempuan Di Kota Makassar. *EGALITA : Jurnal Kesetaraan Dan Keadilan Gender*, 17(2).
- Keery, H., van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1(3), 237-251. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.03.001>
- Lupitasari. (2019). Hubungan antara Harga Diri dan Citra Tubuh pada Remaja Putri Kelas X SMA. *Acta Psychologia*, 1(2), 162-167. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/ap.v1i2.43148>
- Marlinda, D., Sutatminingsih, R., & Daulay, D. A. (2022). Pengaruh Perbandingan Sosial Terhadap Citra Tubuh pada Remaja Akhir Putri Pengguna Instagram. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 12(2), 183-191. <https://doi.org/10.24127/gdn.v12i2.5505>
- Maryam, S., & Ildil. (2019). Hubungan Body Image dengan Penerimaan Diri Mahasiswa putri. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 3(3), 137-143. <https://doi.org/10.24036/4.13148>
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). Social Comparison as a Predictor of Body Dissatisfaction: A Meta-Analytic Review. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(4), 683-698. <https://doi.org/10.1037/a0016763>
- Putra, H. N., Dwi Putra, A. I., & 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. <https://doi.org/10.34007/jehss.v2i1.46>
- Resha, & Izzaty, R. E. (2025). Self-Esteem and Social Comparison as a Predictor of Body Image in Adolescent Girls. *Eduvest-Journal of Universal Studies*, 5. <http://eduvest.greenvest.co.id>
- Santrock, J. W. . (2012). *Life-span development* (N. I. Sallama, Ed.; 13th ed.). McGraw-Hill.
- Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2014). The development and validation of the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R). *Eating Behaviors*, 15(2), 209-217. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.01.001>
- Slade, P. D. (1994). What is body image? *Behaviour Research and Therapy*, 32(5), 497-502. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)90136-8](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)90136-8)
- Syazaid, A., Miftahul Zanna, E., Ghonniyyu, D. H., Shofiyyah, H., Jannah, F. M., Zafira, S. D., Raranditha, A., Hafiya, K. N., Hasbi, A. A., & Nabila, I. (2023). Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri. *Journal of Communication and Social Sciences*, 1(2), 66-71. <http://jurnal.dokicti.org/index.php/JCSS/index>