



**Gambaran Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal yang  
menggunakan Media Sosial Instagram**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:**

**MARCELLA**

**705130105**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2017**



**Gambaran Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal yang  
menggunakan Media Sosial Instagram**

**Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk tugas akhir program studi strata satu  
(S-1) Psikologi**

**DISUSUN OLEH:**

**MARCELLA**

**705130105**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2017**

## **Kata Pengantar**

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa karena atas berkat dan pertolongan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir (skripsi). Penyusunan skripsi ini dilakukan dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat yaitu ujian sarjana strata satu (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Peneliti sadar bahwa dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti banyak menerima bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Bonar Hutapea, M.Si. dan Bapak Sandi Kartasmita, M. Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang senantiasa membantu dan membimbing dalam proses pembuatan skripsi ini yang berupa saran-saran dan masukan. Sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Ahmad Fuady, M. Psi. yang sudah membantu dan mengajarkan peneliti dengan sabar dalam mengolah data dan menganalisis data sehingga pengolahan data peneliti dapat selesai dengan cepat.

Peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada orangtua dan adik yang sudah senantiasa memberikan dukungan secara financial maupun non-finansial selama menjalani masa perkuliahan di Universitas Tarumanagara. Selain itu, peneliti ingin berterima kasih kepada Hardy selaku teman dekat yang selalu senantiasa menemani, memberikan semangat, dukungan, dan bantuan agar peneliti tetap dapat menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih juga peneliti ucapkan kepada teman-teman lainnya (Valentina, Alice, Jessica Agustine, Jessica Odelia, Maylin Marcella, Erica Reggieta, dan Albertha Haga) yang selalu setia membantu, mengingatkan, dan menemani peneliti selama menjalani proses perkuliahan di Universitas Tarumanagara. Kemudian peneliti juga ingin mengucapkan terimakasih kepada teman-teman angkatan 2013 yang sudah memberikan semangat satu dengan yang lainnya selama masa

perkuliahan. Terima kasih juga peneliti ucapkan kepada teman-teman lainnya (Anthony, Arleine, Dominikus, Lidwina, Carolyn, Erland, Fransiska, dan Dewi) atas dukungan, bantuan dan semangat yang diberikan kepada peneliti.

Tidak lupa peneliti ucapkan terima kasih kepada seluruh partisipan yang sudah bersedia mengisi kuesioner peneliti sehingga peneliti dapat memperoleh data dan mengolahnya sampai skripsi ini selesai. Terakhir kepada rekan-rekan yang sudah membantu dalam menyebarluaskan kuesioner ini sehingga peneliti memiliki sejumlah partisipan yang cukup banyak. Serta seluruh pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah membantu peneliti secara langsung maupun tidak langsung.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Maka dari itu, peneliti mengharapkan kritik dan sarannya yang dapat membangun agar skripsi ini menjadi lebih baik. Terima Kasih.

Tangerang, 03 Desember 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>Kata Pengantar</b>	.....	i
<b>Daftar Isi</b>	.....	iii
<b>Daftar Tabel</b>	.....	vii
<b>Daftar Lampiran</b>	.....	ix
<b>Abstrak</b>	.....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	.....	1

1.1	Latar Belakang .....	1
1.2	Rumusan Masalah .....	7
1.3	.....	T
	ujuan Penelitian .....	7
1.4	.....Manfaat Penelitian .....	8
1.4.1	Manfaat Teoritis .....	8
1.4.2	Manfaat Praktis .....	8
1.5	Sistematika Penulisan.....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>		<b>10</b>
2.1	Citra Tubuh .....	10
2.1.1	Komponen-Komponen Citra Tubuh.....	11
2.1.2	Faktor-Faktor yang mempengaruhi Citra Tubuh.....	13
2.1.3	Dampak Ketidakpuasan Citra Tubuh .....	16
2.2	Instagram .....	18
2.2.1	Aspek-aspek penggunaan instagram .....	21
2.2.2	Dampak penggunaan Instagram .....	22
2.2.2.1	Dampak Positif .....	22
2.2.2.2	Dampak Negatif.....	23
2.3	Kerangka Berpikir .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>29</b>
3.1	Partisipan Penelitian .....	29
3.2	Desain Penelitian .....	33

3.3 <i>Setting</i> dan Peralatan Penelitian .....	34
3.4 Pengukuran Penelitian .....	36
3.4.1 Pengukuran Variabel Penggunaan <i>instagram</i> .....	36
3.4.2 Pengukuran Variabel Citra Tubuh.....	37
3.5 Prosedur Penelitian .....	42
3.5.1 Persiapan Penelitian .....	42
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian .....	43
3.6 Pengolahan dan Teknik Analisis data .....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA .....	44
4.1 Gambaran Persebaran Data Frekuensi membuka Instagram .....	44
4.2 Gambaran Persebaran Data Citra Tubuh.....	49
4.3 Uji Normalitas .....	53
4.4 Analisis Tambahan .....	54
4.4.1 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Usia.....	55
4.4.2 Perbedaan Frekuensi Membuka Instagram dan Usia .....	56
4.4.3 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Status Pekerjaan.....	56
4.4.4 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Status Pernikahan .....	57
4.4.5 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan <i>Body Mass Index</i> .....	58
4.4.6 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Pendidikan Terakhir .....	58
4.4.7 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Perilaku Mengunggah Foto Kebugaran Fisik dan Kesehatan .....	59

4.4.8 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Perilaku Mengunggah Foto Selebriti atau Orang yang Dikagumi .....	60
4.4.9 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Perilaku Meminta Orang lain untuk Mempromosikan Akun Pribadi .....	60
4.4.10 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Perilaku Mengunggah Foto <i>Selfie</i> atau pada Acara-acara Tertentu.....	61
4.4.11 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Perasaan Penting atau Tidak Menampilkan Foto yang Atraktif.....	62
4.4.12 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Perasaan Penting atau Tidak Dikenal sebagai Orang yang Atraktif.....	62
4.4.13 Perbedaan Komponen Citra Tubuh berdasarkan Perasaan Penting atau Tidak Mendapatkan <i>Likes</i> pada Unggahan .....	63
4.4.14 Gambaran Reaksi Partisipan terhadap <i>Feedback</i> yang Diterima pada Unggahan .....	64
<b>BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN</b> .....	66
5.1 Simpulan .....	66
5.2 Diskusi .....	67
5.3 Saran .....	75
5.3.1 Saran Teoritis .....	75
5.3.2 Saran Praktis .....	76
<b>ABSTRACT</b> .....	xii
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## Lampiran

### Daftar Tabel

Tabel 3.1 Gambaran Persebaran Data berdasarkan Tingkat Pendidikan Akhir .....	31
Tabel 3.2 Gambaran Persebaran Data berdasarkan Status Pernikahan .....	31
Tabel 3.3 Gambaran Persebaran Data berdasarkan Status Pekerjaan.....	32
Tabel 3.4 Gambaran Persebaran Data berdasarkan <i>Body Mass Index</i> .....	32
Tabel 3.5 Gambaran Reliabilitas dan Validitas Penggunaan Instagram.....	37
Tabel 3.6 Gambaran Reliabilitas dan Validitas Komponen Citra Tubuh “ <i>Appearance Evaluation</i> ” .....	38
Tabel 3.7 Gambaran Reliabilitas dan Validitas Komponen Citra Tubuh “ <i>Appearance Orientation</i> ” .....	39
Tabel 3.8 Gambaran Reliabilitas dan Validitas Komponen Citra Tubuh “ <i>Overweight Preoccupation</i> ” .....	40
Tabel 3.9 Gambaran Reliabilitas dan Validitas Komponen Citra Tubuh “ <i>Self-weight Classification</i> ” .....	41



Tabel 3.10 Gambaran Reliabilitas dan Validitas Komponen Citra Tubuh “ <i>Body Areas Satisfaction</i> ” .....	42
Tabel 4.1 Gambaran Persebaran Data Frekuensi Membuka Instagram .....	45
Tabel 4.2 Gambaran Frekuensi Penggunaan Instagram berdasarkan Nilai Mean.....	48
Tabel 4.3 Gambaran Frekuensi Persepsi partisipan mengenai Berat Badan yang dimiliki.....	51
Tabel 4.4 Gambaran Frekuensi Persepsi Orang lain mengenai Berat Badan yang dimiliki Individu .....	52
Tabel 4.5 Gambaran Keseluruhan Komponen Citra Tubuh .....	53
Tabel 4.6 Gambaran Persebaran Frekuensi Reaksi yang Muncul dari <i>Feedback</i> yang diterima .....	64
Tabel 4.7 Gambaran Persebaran Frekuensi Reaksi yang Muncul ketika Tidak Menerima <i>Feedback</i> .....	65
Tabel 4.8 Gambaran Persebaran Frekuensi Reaksi yang Muncul Ketika Unggahan dikritik oleh Orang lain.....	65
 <b>Daftar Lampiran</b>	
Lampiran 1 .....	

Lampiran 2 .....	
Lampiran 3 .....	L-1
Lampiran 4 .....	L-2
Lampiran 5 .....	L-2
Lampiran 6 .....	L-2
Lampiran 7 .....	L-3
Lampiran 8 .....	L-3
Lampiran 9 .....	L-6
Lampiran 10.....	L-7
Lampiran 11.....	L-9
Lampiran 12.....	L-11
Lampiran 13.....	L-12
Lampiran 14.....	L-13
Lampiran 15.....	L-14
Lampiran 16.....	L-14
Lampiran 17.....	L-16
Lampiran 18.....	L-16
Lampiran 19.....	L-17
Lampiran 20.....	L-19
Lampiran 21.....	L-21
Lampiran 22.....	L-26
Lampiran 23.....	L-27

Lampiran 24.....	L-29
Lampiran 25.....	L-31
Lampiran 26.....	L-33
Lampiran 27.....	L-35
Lampiran 28.....	L-38
Lampiran 29.....	L-43
Lampiran 30.....	L-47
Lampiran 31.....	L-51
Lampiran 32.....	L-55
Lampiran 33.....	L-58
Lampiran 34.....	L-63

## **ABSTRAK**

Marcella (705130105)

Gambaran Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal yang menggunakan Media Sosial Instagram; Bonar Hutapea, M. Si. & Sandi Kartasasmita, M. Psi., Psikolog. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xi; 76 Halaman; P1-P8; L1- L63)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran citra tubuh pada wanita dewasa awal yang menggunakan media sosial instagram. Subjek pada penelitian ini adalah wanita sejumlah 94 partisipan khususnya yang memiliki rentang usia 20 hingga 30 tahun. Berdasarkan fase perkembangan Erickson (dikutip dalam Papalia dan Feldman, 2012), pada rentang usia 20-30 tahun akan mengalami puncak proses perkembangan fisik sehingga bentuk fisik yang dimiliki akan cenderung permanen. Subjek diperoleh menggunakan teknik *non-probability (convenience sampling)*. Hasil

dari penelitian ini adalah gambaran citra tubuh pada partisipan penelitian ini tergolong positif ( $M=3,3007$ ;  $SD=0,35194$ ).

Jika ditinjau berdasarkan komponen pada citra tubuh, partisipan ini tergolong memiliki tingkat kepuasan terhadap penampilan yang cenderung tinggi (*Appearance Evaluation*), partisipan juga memiliki tingkat perhatian terhadap penampilan yang cenderung tinggi (*Appearance Orientation*), partisipan memiliki tingkat kecemasan terhadap kegemukan yang cenderung rendah (*Overweight Preoccupation*), partisipan memiliki persepsi bahwa berat badan yang dimiliki cenderung normal (*Self-weight classification*), dan partisipan memiliki tingkat kepuasan terhadap beberapa bagian tubuh tertentu yang cenderung tinggi (*Body Areas Satisfaction*).

Kata kunci: Citra Tubuh, Media Sosial, Instagram

### **ABSTRACT**

Marcella (705130105)

The Image of Body Image on Young Adult Women who Using Instagram; Bonar Hutapea, M.Si. & Sandi Kartasmita, M. Psi., Psychologist. Study Program S-1 Psychology, Tarumanagara University, (i-xi; 76 Pages; P1-P8; L1- L63)

This research aims to find out the Image of Body Image on Young Adult Women who Using Instagram. Subjects in this research were involve 94 women especially in range 20 to 30 years and using Instagram. The advanced subject obtained with using technique of non probability (convenience). The result of this research is women whi using instagram have positive body image ( $M=3,3007$ ;  $SD=0,35194$ ). Positive body image is define as feel satisfied about shape, size, and any aspects of body that provides appearance itself. Based on its component of body image, women on this

research have normal body weight and feel satisfied about her appearance but still concern about her appearance. Furthermore, women who using instagram less worried about being overweight and feel satisfied about any part of her body (e.g. upper body).

Key Word: Body Image, Instagram, Media Sosial Usage