HUBUNGAN ANTARA *SOCIAL COMPARISON* DAN *BODY IMAGE* PADA MAHASISWA PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM

Ramadhan Pradana Putra[1], Panca Kursistin Handayani[2],Anggraeni Swastika Sari [3]

[1, 2, 3] Universitas Muhammadiyah Jember

ramadhanpradanaputra@gmail.com

Fakultas Psikologi ,Universitas Muhammadiyah Jember

INTISARI

Media sosial berbasis visual seperti Instagram telah menjadi ruang yang subur bagi terbentuknya standar kecantikan yang ideal dan sering kali tidak realistis. Paparan konten semacam ini mendorong individu untuk melakukan perbandingan sosial yang dapat memengaruhi cara mereka memandang tubuhnya. Mahasiswa sebagai bagian dari generasi digital menjadi kelompok yang rentan terhadap fenomena ini, terutama dalam konteks budaya lokal yang memiliki konstruksi makna tubuh tersendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dan *body image* pada mahasiswa pengguna Instagram di Universitas Muhammadiyah Jember. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan populasi sebanyak 3878 mahasiswa dan melibatkan 346 responden melalui teknik *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala *body image* yang diadaptasi dari Sayanda (2022) dan skala *social comparison* dari Firdausi (2020). Uji validitas menghasilkan 27 item valid untuk *body image* dan 13 item untuk *social comparison*. Nilai reliabilitas menunjukkan Cronbach's Alpha sebesar 0,932 untuk *body image* dan 0,929 untuk *social comparison*, yang menandakan reliabilitas tinggi. Hasil analisis Korelasi *products moment* menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara *social comparison* dan body image (r = -0,117; p = 0,029). Artinya, semakin tinggi individu melakukan perbandingan sosial, semakin rendah citra tubuhnya. Distribusi *body image* seimbang antara tinggi dan rendah (masing-masing 50%), sedangkan 51% responden memiliki tingkat *social comparison* yang rendah. Aspek tertinggi *body image* adalah *self-classified weight* (57%), dan aspek tertinggi *social comparison* adalah *upward comparison* (59,4%). Penelitian ini menyarankan pentingnya peningkatan kesadaran diri terhadap dampak perbandingan sosial di media sosial.

Kata kunci: *Body Image*, Instagram, mahasiswa, *Sosial Comparasion*

1. Peneliti
2. Dosen Pembimbing I
3. Dosen Pembimbing II

RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL COMPARISON AND BODY IMAGE IN STUDENTS USING INSTAGRAM SOCIAL MEDIA

Ramadhan Pradana Putra[1], Panca Kursistin Handayani[2],Anggraeni Swastika Sari [3]

[123]Muhammadiyah University of Jember

ramadhanpradanaputra@gmail.com

Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Jember

ABSTRACT

Visual-based social media such as Instagram has become a fertile ground for the formation of ideal and often unrealistic beauty standards. Exposure to such content encourages individuals to make social comparisons that can influence how they view their bodies. Students, as part of the digital generation, are a vulnerable group to this phenomenon, especially within the context of local culture, which has its own unique constructions of body meaning. This study aims to investigate the relationship between social comparison and body image among Instagram users at Muhammadiyah University of Jember. The study employs a quantitative correlational approach with a population of 3,878 students and involves 346 respondents through accidental sampling. The instruments used were the body image scale adapted from Sayanda (2022) and the social comparison scale from Firdausi (2020). Validity testing yielded 27 valid items for body image and 13 items for social comparison. Reliability values showed Cronbach's Alpha of 0.932 for body image and 0.929 for social comparison, indicating high reliability. The results of the product-moment correlation analysis showed a significant negative relationship between social comparison and body image (r = -0.117; p = 0.029). This means that the higher the level of social comparison an individual engages in, the lower their body image. The distribution of body image was balanced between high and low (each at 50%), while 51% of respondents had a low level of social comparison. The highest aspect of body image is self-classified weight (57%), and the highest aspect of social comparison is upward comparison (59.4%). This study suggests the importance of increasing self-awareness of the impact of social comparison on social media.

Keywords: Body Image, Instagram, students, Social Comparison

---

1. Researcher
2. Supervisor I
3. Supervisor II