

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA  
REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA  
DI SMA NEGERI 9 PALEMBANG**

**KARYA AKHIR**

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Mencapai  
Derajat Sarjana Srata-1 Psikologi

**Universitas Bina  
Darma**



Diajukan Oleh :  
**Fitri Yanti Mutmainah**  
**181810068**

**FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BINA DARMA**

**2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA  
REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI SMA NEGERI 9  
PALEMBANG**

**KARYA AKHIR**

Diajukan Oleh :  
**FITRI YANTI MUTMAINAH**  
**181810068**

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing  
Pada Tanggal 12 Agustus 2024

Pembimbing



Rina Oktavia S. Psi. M.M.

NIDN : 0216107703

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA  
REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI SMA NEGERI 9  
PALEMBANG**

Telah disusun dan dipersiapkan oleh :

**FITRI YANTI MUTMAINAH**

**181810068**

Telah dipertahankan di depan Penguji Karya Akhir

Pada tanggal 24 Agustus 2024

Rina Oktaviana, S. Psi., M.M

NIDN : 0216107703



.....

Dr. Itryah, S.Psi., M.A

NIDN : 0228098001



.....

Nuzsep Almigo M.Si. Ph.D

NIDN : 00120097607



.....

**Mengetahui,**

Dekan Fakultas Sosial Humaniora



Nuzsep Almigo M.Si. Ph.D

NIDN : 00120097607

Ketua Program Studi Psikologi

Universitas **Bina  
Darma**  
Fakultas Sosial Humaniora



Dr. Itryah, S.Psi., M.A

NIDN : 0228098001

## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Fitri Yanti Mutmainah  
No. Mahasiswa : 181810068  
Program Studi : Psikologi  
Judul skripsi : Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra Tubuh pada Remaja Pengguna sosial Media di SMA Negeri 9 Palembang

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Bina Darma. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Bina Darma.
3. Di dalam karya tulis ini tidak dapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau oleh orang lain, kecuali kutipan yang diambil dari berbagai teori dengan mencantumkan nama pengarang dan menuliskan hasil kutipan tersebut kedalam daftar rujukan.
4. Karena yakin akan hasil karya tulis ini saya bersedia bahwa tugas akhir/Skripsi ini diunggah dan dipublikasikan ke dalam internet.
5. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi, Universitas Bina Darma ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Bina Darma.

Palembang, 24 September 2024

Mengetahui

  
METERAN  
TEMPEL  
152ALX359892733

Fitri Yanti Mutmainah

NIM 181810068

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

### **Bismillahirrahmanirrahim**

Alhamdulillah puji dan syukur tak henti hentinya saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala pertolongannya, dengan ini saya persembahkan karya akhir, yang telah saya susun selama 1 tahun terakhir ini, kepada ibuku tercinta Mayulita dan ayahku Malaudin karna telah memberikan dukungan dan semangat kepada saya selama ini. Tanteuku Sri Maidalena yang terkasih yang telah mensupport dan memberikan tempat tinggal selama saya mengenyam pendidikan.

Saya ucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah membimbing saya selama menyusun skripsi, para dosen prodi psikologi yang telah memberikan ilmu kepada saya selama mengenyam pendidikan di Universitas Bina Darma Terima kasih kepada teman teman yang telah banyak membantu terutama Heni dan Devi yang telah banyak membantu saya dalam mengerjakan skripsi ini Tidak ada kata lain yang bisa saya ucapkan kepada kalian semua selain kata terima kasih

**FITRI**

## **MOTTO**

*Setiap langkah kecil membawa kita lebih dekat pada tujuan besar*

*Kesuksesan bukanlah akhir, melainkan sebuah perjalanan yang harus terus  
diperjuangkan*

***FITRI***

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah hirobbil alamin puji dan syukur penulis panjatkan ke pada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra Tubuh Pada Pengguna Sosial Media Di SMA Negeri 9 Palembang ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Bina Darma, Jurusan Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora.

Penulisan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Sunda Ariana, M.Pd, M.M, Rektor Universitas Bina Darma, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di universitas ini.
2. Bapak Nuzsep Almigo, S.Psi, M.Si., Ph.D, Dekan Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma, yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam proses penyelesaian skripsi ini.
3. Ibu Dr. Itryah. S.Psi, MA, Ketua Jurusan Psikologi, Universitas Bina Darma, yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama masa studi.
4. Ibu Rina Oktaviana, S. Psi, M.M, Dosen Pembimbing yang telah memberikan waktu, ilmu, dan bimbingan yang sangat berharga dalam proses penyusunan skripsi ini.

5. Bapak/Ibu dosen dan staf pengajar di Jurusan Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma, yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang sangat berarti selama penulis menempuh pendidikan di jurusan ini.
6. Kedua orang tua, keluarga, serta sahabat-sahabat tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan, dan motivasi kepada penulis.
7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan dorongan moral selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi perbaikan dan kesempurnaan karya ini di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang yang penulis teliti.

Demikian kata pengantar ini penulis sampaikan, semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua. Amin.

Palembang, 24 September 2024

Peneliti

Fitri Yanti Mutmainah



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>I</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>II</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>III</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>IV</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>VI</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>VII</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>IX</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>XI</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>XII</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>XIII</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>XIV</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>XV</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Tujuan Penelitian</b> .....	<b>15</b>
<b>C. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>15</b>
<b>D. Keaslian Penelitian</b> .....	<b>16</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>24</b>
<b>A. Citra tubuh</b> .....	<b>24</b>
1. Pengertian Citra tubuh.....	24
2. Aspek-Aspek Citra tubuh.....	25
3. Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh.....	27
<b>B. Dukungan Sosial</b> .....	<b>30</b>
1. Pengertian Dukungan Sosial .....	30
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	31
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial .....	32
<b>C. Remaja</b> .....	<b>34</b>
1. Pengertian Remaja .....	34
2. Tahapan Remaja.....	36
3. Tugas dan Perkembangan Remaja .....	37

<b>D. Media Sosial</b> .....	<b>38</b>
1. Pengertian Media Sosial.....	38
2. Karakteristik Media Sosial.....	39
3. Dampak Media Sosial .....	42
<b>E. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra tubuh Pada Remaja Pengguna Sosial Media</b> .....	<b>45</b>
<b>F. Kerangka Pikir</b> .....	<b>48</b>
<b>G. Hipotesis Penelitian</b> .....	<b>49</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>50</b>
<b>A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian</b> .....	<b>50</b>
<b>B. Definisi Operasional Variabel Penelitian</b> .....	<b>50</b>
<b>C. Subjek Penelitian</b> .....	<b>51</b>
<b>D. Metode Pengumpulan Data</b> .....	<b>53</b>
<b>E. Teknik Analisa Data</b> .....	<b>55</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>59</b>
<b>A. Orientasi Kancas Penelitian</b> .....	<b>59</b>
1. Orientasi Kancas Penelitian.....	59
2. Persiapan Penelitian .....	62
<b>B. Laporan Pelaksanaan Penelitian</b> .....	<b>63</b>
1. Uji Coba Alat Ukur .....	63
2. Pelaksanaan Penelitian .....	64
<b>C. Hasil Penelitian</b> .....	<b>65</b>
1. Hasil Uji Alat Ukur .....	65
2. Analisis Data Penelitian .....	70
<b>D. Pebahasan</b> .....	<b>79</b>
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>85</b>
<b>A. Kesimpulan</b> .....	<b>85</b>
<b>B. Saran</b> .....	<b>85</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>87</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>91</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Daftar Jumlah Siswa Kelas X dan XI .....	52
Tabel 3.2 Skala Pengukuran Likert.....	54
Tabel 3.4 Blueprint Skala Dukungan Sosial .....	54
Tabel 3.5 Blueprint Skala MBSRQ-AS .....	55
Tabel 4. 1 Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Tryout .....	66
Tabel 4. 2 Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial untuk Penelitian.....	67
Tabel 4. 3 Distribusi Aitem Skala Citra Tubuh Setelah Tryout.....	68
Tabel 4. 4 Distribusi Aitem Skala Citra Tubuh untuk Penelitian.....	69
Tabel 4. 5 Deskripsi Subjek Penelitian.....	71
Tabel 4. 6 Deskripsi Data Penelitian.....	72
Tabel 4. 7 Kategorisasi Dukungan Sosial.....	73
Tabel 4. 8 Kategorisasi Citra Tubuh.....	74
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas.....	75
Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas.....	76
Tabel 4. 11 Hasil Uji Korelasi Pearson.....	77

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir .....	48
-----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. LOA dan Draft Jurnal .....	92
Lampiran 2. Angket Prapenelitian .....	103
Lampiran 3. Skala Penelitian.....	109
Lampiran 4. Surat Balasan SMA Negeri 9 Palembang.....	112
Lampiran 5. Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial.....	113
Lampiran 6. Validitas dan Reliabilitas Citra Tubuh.....	119
Lampiran 7. Uji Deskriptif.....	126
Lampiran 8. Asumsi/Prasyarat.....	129
Lampiran 9. Uji Hipotesis.....	132
Lampiran 10. Surat pengantar penelitian .....	134
Lampiran 11. Surat Balasan SMA Negeri 9 Palembang.....	135
Lampiran 12. Surat Keterangan Lulus .....	136
Lampiran 13. Formulir Perbaikan Hasil Seminar .....	137
Lampiran 14. Turnitin .....	138
Lampiran 15. SK Pembimbing.....	143
Lampiran 16. Lembar Konsultasi.....	144
Lampiran 17. Lembar pengajuan judul .....	147
Lampiran 18. Lembar perbaikan Seminar Proposal.....	148
Lampiran 19. Surat keterangan Lulus seminar Proposal .....	149
Lampiran 20. Formulir kelayakan Jilid.....	150

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN CITRA TUBUH PADA  
REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA DI SMA NEGERI 9  
PALEMBANG**

**Fitri Yanti Mutmainah**

**181810068**

**Fakultas Humaniora Program Studi Psikologi**

**Universitas Bina Darma**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menjelaskan “hubungan antara dukungan sosial dengan citra tubuh pada remaja pengguna media sosial di SMA Negeri 9 Palembang.” Variabel dependen yang digunakan dalam penelitian ini adalah citra tubuh, dengan skala pengukuran yang merujuk pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002). Sementara itu, variabel independen (bebas) dalam penelitian ini adalah dukungan sosial, dengan skala pengukuran yang merujuk pada aspek-aspek yang diusulkan oleh Sarafino (2011). Teknik sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Subjek penelitian ini adalah siswa remaja kelas X dan XI dengan rentang usia 15-19 tahun yang merupakan pengguna aktif media sosial, dengan jumlah siswa kelas X dan XI. Jumlah populasi siswa sebanyak 712 orang dengan total sampel sebanyak 100 siswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dengan skala pengukuran Likert. Uji kualitas data dilakukan melalui uji validitas dan uji reliabilitas. Uji asumsi klasik dilakukan dengan pengujian normalitas, pengujian linearitas, dan pengujian hipotesis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan citra tubuh, serta terdapat keterkaitan antara dukungan sosial dan citra tubuh pada siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 9 Palembang.

**Kata Kunci:** Dukungan Sosial, Citra Tubuh, Sosial Media, Remaja, SMA Negeri 9 Palembang

**RELATIONSHIP OF SOCIAL SUPPORT WITH BODY IMAGE IN  
SOCIAL MEDIA TEENAGERS IN 9 PALEMBANG STATE HIGH  
SCHOOL**

**Fitri Yanti Mutmainah**

**181810068**

**Faculty Of Social Humanities Psychology Study Program**

**Bina Darma University**

**ABSTRACT**

*This study aims to describe and explain the "relationship of social support with body image in social media teenagers in 9 Palembang State High School." The dependent variable used in the research is the body image, with a measurement scale referring to the aspects presented by Cash and Pruzinsky (2002). While the independent (free) variable of the study is social support, the measuring scale refers to those aspects proposed by Sarafino. (2011). The sample technique used is purposive sampling. The subjects of the study were adolescent students of the X and XI classes with the age range of 15-19 years and are active users of social media, followed by the number of students of the X class and XI. The total student population was 712 with a total sample of 100 students. Data compilation using a questionnaire with a Likert measurement scale. Data quality testing is carried out through validity testing and reliability testing. Classical assumption testing is done with normality testing, linearity unification, and hypothesis testing. The results of the research showed that there was a positive and significant relationship between social support and body image, and there is a link between social backing and body images in the students of X grade and 9th grade in Palembang.*

**Keywords:** *Social Support, Body Image, Social Media, Teenagers, High School 9 Palembang*