

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KOMPARASI SOSIAL DENGAN
KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA DI SMK KESEHATAN
MULIA KARYA HUSADA JAKARTA SELATAN**

SKRIPSI



Oleh :

Luthfi Octaviani Arrafi

194201516021

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
2023**

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KOMPARASI SOSIAL DENGAN
KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA DI SMK KESEHATAN
MULIA KARYA HUSADA JAKARTA SELATAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh :

Luthfi Octaviani Arrafi

194201516021

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
2023**

SKRIPSI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KOMPARASI SOSIAL DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA DI SMK KESEHATAN MULIA KARYA HUSADA JAKARTA SELATAN

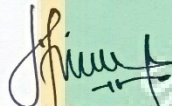
Oleh :

Luthfi Octaviani Arrafi

194201516021

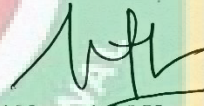
Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi Program Studi
Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Nasional
Pada tanggal, 6 Februari 2023

Pembimbing 1,



Ns. Milla Evelianti Saputri, M.KM.

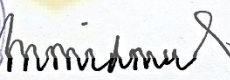
Pembimbing 2,



Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp. Kep. Kom.

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* Dan Komparasi Sosial Dengan
Kecemasan Sosial Pada Remaja Di SMK Kesehatan Mulia
Karya Husada Jakarta Selatan

Nama Mahasiswa : Luthfi Octaviani Arrafi

NPM : 194201516021

Hari/Tanggal : 19 Januari 2023

Menyetujui,

Pembimbing 1, Pembimbing 2,

Ns. Milla Evelianti Saputri, M.KM. Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp. Kep. Kom.



HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* Dan Komparasi Sosial Dengan
Kecemasan Sosial Pada Remaja Di SMK Kesehatan Mulia
Karya Husada Jakarta Selatan

Nama Mahasiswa : Luthfi Octaviani Arrafi

NPM : 194201516021

Hari/Tanggal : Senin, 6 Februari 2023



PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan di bawah ini saya :

Nama Mahasiswa : Luthfi Octaviani Arrafi

NPM : 194201516021

Judul Skripsi : Hubungan Body Image Dan Komparasi Sosial Dengan Kecemasan Sosial
Pada Remaja Di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Jakarta Selatan

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta . 6 Februari 2023


METERAI
TEMPEL
3894K457661308
Luthfi Octaviani Arrafi

KATA PENGANTAR

Segala puji dan puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat, dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan *Body Image* dan Komparasi Sosial Dengan Kecemasan sosial Pada Remaja Di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Jakarta Selatan .”

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya *Ridho Illahi*, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “Alhamdulillahirobilalamin” beserta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasiona Ibu Dr. Retno Widowati, M.Si
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Dayan Hisni, S.Kep., M.N.S.
3. Ibu Ns. Milla Evelianti Saputri., S.Kep., M.KM., selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Ibu Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp. Kep. Kom., selaku pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsinya.
5. Ibu Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep. selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS.
6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di kampus FIKES UNAS.
7. Kepala sekolah, seluruh guru dan karyawan SMK Kesehatan Mulia Karya Husada yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian.
8. Terimakasih kepada orang tua saya yang sangat saya cintai yang telah membesarkan dan mendidik saya dengan kasih sayang dan penuh dengan

kesabaran sampai saat ini, serta selalu memberikan dukungan penuh yang luar biasa baik moril maupun materil, serta terima kasih juga atas doa-doa yang selalu dipanjatkan dalam kelancaran saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

9. Terimakasih kepada adik tercinta Dhika, sudah memberikan semangat dan mensupport saya dalam membuat skripsi ini.
10. Terimakasih kepada om Andi, tante Rustajah, adik sepupu Ikrima dan kakak sepupu ka Lia yang selalu memberikan semangat serta mendoakan kelancaran saya dalam mengerjakan skripsi.
11. Terimakasih kepada patner spesial saya Ardiansyah, yang menjadi patner dalam segala hal apapun, selalu memberikan dukungan penuh dan menemani saya dalam kesedihan maupun kebahagiaan, serta selalu memberikan semangat dan memberikan support yang besar dalam mengerjakan skripsi.
12. Terimakasih kepada sahabat saya yang sangat kusayangi Nilam, Pewe, yang telah memberikan support, membantu, memberikan ide dan pikiran dalam memahapan pembuatan skripsi ini.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara Teknik, format ataupun isi dari skripsi saya. Harapan saya semogaskripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 6 Februari 2023



(Luthfi Octaviani Arrafi)

ABSTRAK

Hubungan *Body Image* dan Komparasi Sosial Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Jakarta Selatan

Luthfi Octaviani Arrafi, Milla Evelianti Saputri, Intan Asri Nurani

Pendahuluan : *Body image* adalah pandangan seseorang tentang dirinya sendiri dalam kaitannya dengan penampilan fisiknya. Komparasi sosial atau perbandingan sosial dapat berdampak pada *body image* seseorang. Hal ini dapat membantu remaja merasa rendah diri dan pada gilirannya berdampak pada kecemasan. Berdasarkan hasil data 350 juta perkotaan, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2012), memiliki gangguan kecemasan sosial yang dapat menyebabkan keputusan dan bunuh diri. Menurut data World Health Organization di Indonesia, 4,3 gari setiap 100,000 orang melakukan bunuh diri akibat kecemasan sosial pada tahun 2016. Menurut data Kementerian Kesehatan tahun 2019, gangguan kecemasan menempati urutan kedua terbanyak gangguan mental di Indonesia.

Tujuan : Tujuan Penelitian ini untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara *body image* dan komparasi sosial dengan kecemasan sosial pada remaja di SMK Kesehatan.

Metodelogi : Metode penelitian *cross sectional*. Populasinya adalah remaja di SMK Kesehatan. Teknik Pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan hasil sampel 97 responden. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner *MBSRQ- AS*, *UDACS* dan *SAS-A* dengan menggunakan analisis pearson *Chi-Square* digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua variabel yaitu *Body Image* ($P Value = 0,008$) dan hubungan komparasi sosial ($P Value = 0,025$) memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan sosial.

Kesimpulan : kesimpulan penelitian ini, kecemasan sosial pada remaja berkorelasi dengan *body image* yang positif dan tingkat komparasi sosial yang rendah. Diharapkan hasil penelitian ini remaja dapat lebih percaya diri serta tidak melakukan membandingkan diri sendiri dengan bentuk dan ukuran tubuh yang bisa menyebabkan kecemasan sosial.

Kata kunci: *Body Image*, Komparasi Sosial, Kecemasan Sosial, Remaja

Kepustakaan : 33 pustaka (2010-2022)

ABSTRACT

Relationship *Body Image* and Social Comparison with Social Anxiety among Student at Health High School Mulia Karya Husada South Jakarta

Luthfi Octaviani Arrafi, Milla Evelianti Saputri, Intan Asri Nurani

Background : Body image is a person's view of themselves in relation to their physical appearance. Social comparison can have an impact on a person's body image. This can help adolescents feel inferior and in turn impact anxiety. Based on the results of data 350 million urban areas, according to the World Health Organization (2012), have social anxiety disorders that can lead to hopelessness and suicide. According to World Health Organization data in Indonesia, 4.3 gari every 100,000 people committed suicide due to social anxiety in 2016. According to data from the Ministry of Health in 2019, anxiety disorders are the second most common mental disorder in Indonesia.

Aim : To identify the relationship between body image and social comparison with social anxiety among student at health senior high school.

Methodology : Cross sectional research method. The population is adolescents at SMK Kesehatan. The sampling technique used total sampling with a sample size of 97 respondents. The instruments used were MBSRQ- AS, UDACS and SAS-A questionnaires using Pearson Chi-Square analysis used to identify the relationship between variables.

Results: The results showed that both variables, namely Body Image (P Value = 0.008) and social comparison relationship (P Value = 0.025) have a significant relationship with social anxiety.

Conclusion : The conclusion of this study is that social anxiety in adolescents correlates with a positive body image and a low level of social comparison. It is hoped that the results of this study can make adolescents more confident and not compare themselves with body shape and size that can cause social anxiety.

Keywords: *Body Image*, social comparison, social anxiety, adolescent



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Bagi Responden	8
1.4.2 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan	8
1.4.3 Manfaat bagi Peneliti	9
BAB II TINJAUAN TEORI.....	10
2.1 <i>Body Image</i>	10
2.1.1 Definisi <i>Body Image</i>	10
2.1.2 Aspek <i>Body Image</i>	10
2.1.3 Komponen <i>Body Image</i>	11
2.1.4 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan <i>Body Image</i>	13
2.1.5. Proses Terjadinya <i>Issue Body Image</i>	15
2.1.6 Definisi Gangguan <i>Body Image</i>	15
2.1.7 Karakteristik Gangguan <i>Body Image</i>	16

2.2. Komparasi Sosial	16
2.2.1 Definisi Komparasi Sosial	16
2.2.2 Aspek – aspek Komparasi Sosial	17
2.2.3 Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Komparasi Sosial	18
2.2.4 Proses komparasi Sosial	19
2.2.5 Jenis – Jenis Komparasi sosial	20
2.3. Kecemasan Sosial	20
2.3.1 Definisi Kecemasan Sosial	20
2.3.2 Aspek Kecemasan Sosial	21
2.3.3 Ciri – ciri Kecemasan Sosial	22
2.3.4 Penyebab Kecemasan Sosial	23
2.3.5 Simtom Kecemasan Sosial	24
2.3.6 Jenis Kecemasan Sosial	25
2.3.7 Reaksi Kecemasan Sosial	26
2.3.8 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Sosial	26
2.3.9 Bentuk- bentuk Kecemasan Sosial	27
2.3.10 Gangguan Kecemasan Sosial	28
2.3.11 Peran Perawat Dalam Mengatasi Kecemasan	28
2.4 Kerangka Teori	29
2.5 Kerangka Konsep	29
2.6 Hipotesis Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
3.1 Desain Penelitian	31
3.2 Populasi dan Sampel	31
3.2.1 Populasi	31
3.2.2 Sampel	31
3.3 Lokasi Penelitian	32
3.4 Waktu Penelitian	32
3.5 Variabel Penelitian	32
3.5.1 Variabel independen	32
3.5.2 Variabel dependen	32
3.6. Definisi Operasional Penelitian	32
3.7 Intrumen Penelitian	34
3.7.1 Kuesioner <i>Body Image</i>	34

3.7.2 Kuesioner Komparasi sosial.....	35
3.7.3 Kuesioner Kecemasan sosial.....	35
3.8 Prosedur Pengumpulan data.....	36
3.9 Analisa Data.....	37
3.9.1 Persiapan.....	37
3.9.2 Tabulasi.....	37
3.10 Etika Penelitian.....	38
3.10.1 Prinsip Manfaat (<i>beneficence</i>).....	38
3.10.2 Prinsip Menghormati Hak Responden.....	38
3.10.3 Prinsip Keadilan.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1 Hasil Penelitian.....	40
4.1.1 Analisis Univariat.....	40
4.1.2 Analisa Bivariat.....	42
4.2 Pembahasan.....	43
4.2.1 Pembahasan Uji Univariat.....	43
4.2.2 Pembahasan Uji Bivariat.....	50
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	57
5.1 Simpulan.....	57
5.2 Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

3.1 Definisi Operasional.....	33
4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	40
4.2 Distribusi Frekuensi <i>Body Image</i>	41
4.3 Distribusi Frekuensi Komparasi Sosial.....	41
4.4 Distribusi Frekuensi Kecemasan Sosial.....	41
4.5 Hubungan <i>Body Image</i> Dengan Kecemasan sosial.....	42
4.6 Hubungan Komparasi Sosial Dengan Kecemasan Sosial.....	42



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1.....	29
Gambar 2.2.....	30



DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*

MBRSQ-AS : *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales*

UDACS : *Upward and Downward Appearance Comparasion Scales*

SAS-A : *Social Anxiety Scala For Adolescent*

Riskesmas : Riset Kesehatan Dasar



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian Dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian Dari Sekolah
- Lampiran 4 Lembar Informend Consent
- Lampiran 5 Instrumen Penelitian
- Lampiran 6 Master Tabel
- Lampiran 7 Hasil Output Analisa Data
- Lampiran 8 Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 9 Biodata Penulisan
- Lampiran 10 Hasil Turnitin
- Lampiran 11 *Letter Of Acceptance* Publikasi Judul

