



Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Body Image* pada Remaja Akhir Pengguna *TikTok*

Nabila Cahyani^{1*}, Kus Hanna Rahmi², Sarita Candra Merida³

¹⁻³Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi, Indonesia

Email Korespondensi: 202210515092@mhs.ubharajaya.ac.id

ABSTRAK

Paparan visual yang intens di TikTok berpotensi mendorong social comparison yang memengaruhi body image remaja akhir, namun penelitian terdahulu mengenai hubungan kedua variabel ini masih terbatas pada kelompok tertentu, seperti remaja putri, siswa satu sekolah, atau dewasa awal, dengan arah hubungan yang belum konsisten antarpelitian. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara social comparison dengan body image pada remaja akhir usia 17 sampai 22 tahun pengguna aktif TikTok di Kecamatan Rawalumbu, Kota Bekasi, sekaligus mengisi kekosongan kajian pada kelompok usia dan konteks platform tersebut. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan sampel 172 responden yang diambil melalui teknik convenience sampling. Pengukuran menggunakan skala social comparison dari Jones dan skala body image dari Cash dan Pruzinsky yang diisi secara daring melalui Google Form. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman's rho karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan antara social comparison dengan body image ($r = 0,657$, $p < 0,001$), dengan mayoritas responden berada pada kategori social comparison rendah namun body image tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa remaja akhir pengguna TikTok cenderung memaknai perbandingan sosial secara adaptif sehingga tetap mempertahankan persepsi positif terhadap tubuh dan penampilan dirinya, sekaligus memperkaya kajian social comparison pada konteks penggunaan media sosial berbasis video pendek.

Kata Kunci: *Sosial Comparison; Body Image; Remaja Akhir; TikTok.*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar pada cara remaja akhir, mengekspresikan diri, dan membentuk persepsi mengenai dirinya sendiri, salah

satunya melalui kehadiran *TikTok* sebagai platform berbagi video pendek yang sangat populer di kalangan generasi muda. Aplikasi *TikTok* menawarkan fitur yang menarik dan hal berbeda jika dibandingkan dengan *Instagram* dan *Facebook* (Dinata & Pratama, 2022). Karakteristik konten yang berfokus pada penampilan, gaya hidup, dan tren tertentu memungkinkan pengguna untuk terpapar pada berbagai standar ideal yang berkembang di masyarakat. Penggunaan media sosial, baik untuk hiburan maupun komunikasi, telah menjadi bagian penting dalam kehidupan masyarakat. Paparan stereotip tubuh ideal yang ditampilkan secara berulang di media sosial ini dapat memicu ketidakpuasan tubuh jika kondisi nyata remaja tidak sesuai dengan standar tersebut (Ibn et al., 2023).

Masa remaja akhir merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan proses pencarian identitas diri dan meningkatnya kebutuhan akan penerimaan sosial. Pada fase ini, individu cenderung lebih sensitif terhadap penilaian orang lain dan lebih memperhatikan penampilan fisiknya (Santrock, 2012). Kemudahan dalam mengakses berbagai konten di media sosial menyebabkan remaja lebih rentan melakukan perbandingan dengan orang lain. Proses membandingkan diri dengan individu lain yang dianggap memiliki penampilan lebih menarik dikenal sebagai *social comparison*. Menurut Festinger (1954), individu memiliki kecenderungan untuk mengevaluasi dirinya dengan membandingkan kemampuan maupun karakteristik yang dimiliki dengan orang lain. Apabila perbandingan tersebut dilakukan secara berlebihan, maka dapat memengaruhi persepsi individu terhadap tubuh dan penampilannya (Dao & Thai, 2025).

Menurut Cash & Pruzinsky (2002), menyatakan bahwa citra tubuh merupakan konstruk multidimensi yang sangat kompleks dan memiliki pengaruh luas melampaui sekadar gangguan makan, mencakup berbagai kondisi medis kronis serta prosedur bedah kosmetik. Penelitian menurut Sembiring & Rositi (2023), menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi frekuensi remaja putri melakukan perbandingan diri dengan orang lain, maka akan semakin rendah atau negatif tingkat kepuasan terhadap citra tubuh yang mereka miliki. Penggunaan media sosial secara intensif diketahui dapat memperkuat standar kecantikan yang tidak realistis sehingga meningkatkan kecenderungan individu untuk melakukan evaluasi terhadap tubuhnya.

Fenomena ini muncul ketika remaja akhir menilai penampilan diri dengan standar kecantikan yang tidak realistis antara kehidupan nyata dengan media sosial. Media massa dan media sosial memainkan peran penting dalam membentuk cara orang mengenali kecantikan dan standar keideal-an. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purwaningtyas *et.al.*, (2025) Menjelaskan bahwa standar kecantikan yang ideal akan terus-menerus terjadi pada masyarakat luas, terutama remaja, menerima pesan bahwa kecantikan ditentukan oleh warna kulit, bentuk tubuh, dan fitur wajah tertentu. Fenomena ini menciptakan tekanan psikologis pada remaja putri yang sedang menjalani proses pengembangan identitas pribadi mereka.

Pengguna dengan penampilan dan citra tubuh yang menakjubkan mengunggah swafoto mereka sendiri ke *TikTok*, pengguna lain terpengaruh oleh mereka dan merasakan emosi atau mendapatkan ide untuk mengubah diri mereka sendiri dapat menyebabkan perubahan dalam persepsi diri dan mengakibatkan ketidakpuasan terhadap tubuh dan kekhawatiran berlebihan tentang tubuh dan berat badan seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani & Purnomo (2023), menemukan bahwa terdapat ketidakpuasan terhadap *body image* yang dapat memengaruhi harga diri di kalangan remaja. Norma sosial menganggap penampilan penting bagi perempuan, sementara kekuatan dan massa tubuh dianggap penting bagi laki-laki. Dipercaya bahwa pengaruh orang tua, teman sebaya, dan

invasi budaya telah menyebabkan perkembangan stereotip ini.

Menurut Festinger (1954), menyatakan bahwa *social comparison* ini merupakan proses individu yang termotivasi untuk membandingkan diri mereka sendiri dengan orang lain yang spesifik atau umum untuk menilai situasi sosial mereka sendiri. Individu cenderung membandingkan diri dengan orang yang memiliki kesamaan untuk memperoleh evaluasi yang lebih akurat terhadap opini dan kemampuan. penelitian menurut Virlia (2023), menunjukkan bahwa fenomena ini menunjukkan bahwa paparan konten visual *TikTok* pada remaja akhir berpotensi membentuk standar penampilan ideal dan memengaruhi aspek psikologis individu. Dengan demikian, *TikTok* tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai ruang digital yang memengaruhi persepsi diri remaja.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Manatar (2022), yaitu menyatakan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh *social comparison* terhadap *body image* pada remaja akhir laki-laki di SMAN 1 Kakas dengan jumlah 153 responden remaja akhir laki-laki di SMAN 1 Kakas. *Social comparison* terhadap *body image* pada remaja akhir laki-laki di SMAN 1 Kakas dengan pengaruh *social comparison* yang dihasilkan sebesar 89%. Hasil penelitian ini pun menunjukkan jika pada kenyataannya remaja laki-laki juga turut memiliki pandangan yang negatif mengenai tubuh mereka sendiri, hanya saja proses tingkat rasa tidak percaya dirinya di tahap yang berbeda dari perempuan.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Dinata dan Pratama (2022) menunjukkan bahwa dari 206 responden dengan kriteria dewasa awal (18-40) tahun, belum mempunyai anak, berdomisili kota Padang yang menggunakan aplikasi *TikTok*, secara umum dewasa awal pengguna media sosial *TikTok* secara umum memiliki tingkat *body image* sedang, berdasarkan hasil penelitian menunjukkan secara umum dewasa awal pengguna media sosial *TikTok* memiliki *social comparison* sedang, serta berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *social comparison* dan *body image* dewasa awal pengguna media sosial *TikTok* memiliki hubungan signifikan positif. Paparan konten visual secara kronis dapat menjadi faktor risiko utama munculnya ketidakpuasan tubuh, di mana remaja akhir putri cenderung melakukan perbandingan ke atas (*upward comparison*) yang berujung pada terbentuknya persepsi negatif terhadap citra diri mereka secara keseluruhan (Marlinda dkk., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Samsidar (2025) mengatakan bahwa remaja rentan terhadap pengaruh sosial yang muncul melalui media digital. Di tengah keterbatasan fisik dan sosial, konten-konten yang menampilkan gaya hidup sehat, tantangan kebugaran, transformasi tubuh, dan "before-after" menjadi sangat populer dan mendapat perhatian besar. Kondisi ini berpotensi memperkuat standar sosial yang tidak realistis yang perlu dirumuskan permasalahan terkait dampak penggunaan *TikTok* pada remaja. Sementara itu, penelitian yang telah dilakukan oleh Sembiring & Rosito (2023) ditemukan bahwa mayoritas dari 349 responden berada pada kategori sedang, baik dalam kecenderungan melakukan *social comparison* maupun dalam tingkat *body image* yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi frekuensi remaja putri melakukan perbandingan diri dengan orang lain, maka akan semakin rendah atau negatif tingkat kepuasan terhadap citra tubuh yang mereka miliki.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Megawati & Nurhayati (2022), menyatakan bahwa perbandingan sosial dapat diartikan sebagai pendapat atau penilaian orang lain dengan membandingkan tentang diri sendiri maupun diri orang lain yang bersifat subjektif, sehingga hasil penilaian setiap orang akan berbeda-beda. Disisi lain, perbandingan sosial

juga dapat digunakan sebagai bentuk motivasi untuk lebih memahami diri dalam berinteraksi dengan orang lain. Dari hasil analisis yang dilakukan memiliki nilai rata-rata perbandingan sosial sebesar 60 dan berada dalam kategori rendah (58%) yang berarti responden tersebut jarang melakukan perbandingan sosial dengan orang lain. Dengan begitu, hanya sedikit dari mereka melakukan perbandingan sosial dengan cara membandingkan fisiknya dengan orang lain.

Akhir-akhir ini media sosial *TikTok* semakin diminati oleh remaja, disebabkan karena fitur-fitur dan konten unik yang berbeda dibandingkan dengan platform media sosial lainnya sehingga remaja lebih sering menggunakan platform *TikTok*, lalu tanpa disadari hal ini menyebabkan intensitas penggunaan media sosial *TikTok* sehingga remaja sering kali melakukan *social comparison* yang pada akhirnya berpotensi berpengaruh pada kondisi sosial remaja akhir. Menurut penelitian Afiifah (2025), menyatakan jika dalam konteks *TikTok*, proses perbandingan ini terjadi secara intens karena konten visual yang cepat dan algoritmik memungkinkan individu dengan mudah terpapar pada standar kehidupan ideal. Ketika dilakukan secara berlebihan, perbandingan sosial ini dapat menyebabkan penurunan harga diri, ketidakpuasan hidup, dan gangguan kesejahteraan psikologis. Menurut Saputri & Prastiwi (2024), menyatakan juga bahwa analisis memperlihatkan *social comparison* dan *body image* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepercayaan diri remaja ($p < 0,001$) dengan nilai R^2 sebesar 0,602, yang berarti kedua variabel menjelaskan 60,2% variasi kepercayaan diri. Temuan ini memperlihatkan jika perbandingan sosial tidak selalu bersifat negatif, melainkan dapat menjadi sumber motivasi jika dilakukan secara adaptif. Riset ini menegaskan pentingnya literasi digital dan edukasi citra diri positif bagi remaja untuk membangun kepercayaan diri yang sehat di era digital.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian mengenai *social comparison* dan *body image* sejauh ini masih terfokus pada kelompok tertentu, seperti remaja putri (Sembiring & Rosito, 2023), remaja laki-laki di satu sekolah (Manatar, 2022), maupun kelompok dewasa awal (Dinata & Pratama, 2022). Hasil yang diperoleh pun belum konsisten, sebagian menunjukkan hubungan negatif antara kedua variabel (Sembiring & Rosito, 2023), sementara penelitian lain justru menemukan hubungan positif melalui variabel kepercayaan diri sebagai perantara (Saputri & Prastiwi, 2024). Perbedaan hasil ini mengindikasikan bahwa arah hubungan antara *social comparison* dan *body image* masih bergantung pada karakteristik kelompok usia dan konteks penggunaan media sosial yang diteliti, sehingga belum dapat digeneralisasikan pada kelompok remaja akhir pengguna *TikTok* secara khusus.

Penelitian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan memfokuskan kajian pada remaja akhir usia 17–22 tahun sebagai pengguna aktif *TikTok* di Kecamatan Rawalumbu, Kota Bekasi, kelompok usia yang berada pada masa pencarian identitas dan cenderung sensitif terhadap standar penampilan, namun belum banyak menjadi subjek kajian *social comparison* dan *body image* secara spesifik. Kebaruan penelitian ini terletak pada penggunaan kombinasi skala perbandingan sosial dari Jones (2002) dan skala *body image* dari Cash & Pruzinsky (2002) pada populasi remaja akhir pengguna *TikTok*, yang hasilnya diharapkan memberi gambaran lebih spesifik mengenai pola hubungan kedua variabel pada kelompok usia tersebut dibandingkan penelitian-penelitian sebelumnya yang lebih banyak menyasar remaja putri atau kelompok usia dewasa awal.

Secara keseluruhan, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok*. Sebagian remaja mampu menjadikan *social comparison* sebagai motivasi untuk mengembangkan diri dan menerima kondisi tubuhnya secara lebih positif, sedangkan sebagian lainnya

mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh akibat membandingkan diri dengan standar yang tidak realistis. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa pengaruh *social comparison* dipengaruhi oleh karakteristik responden, konteks penggunaan media sosial, serta kemampuan individu dalam menyaring dan menginterpretasikan informasi yang diperoleh dari *TikTok*. Oleh karena itu, penggunaan media sosial yang disertai kemampuan berpikir kritis dan penerimaan diri yang baik dapat membantu remaja mempertahankan *body image* yang positif meskipun terpapar berbagai standar penampilan ideal di media sosial.

METODE

Peneliti melakukan survei awal melalui wawancara kepada 10 orang responden yang sesuai dengan karakteristik penelitian yaitu remaja akhir berusia 17-22 tahun yang menggunakan *TikTok*. Berdasarkan fenomena dan data awal yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *social comparison* sebagai variabel bebas dan *body image* sebagai variabel terikat. Peneliti kemudian menentukan *grand theory* yang relevan sebagai landasan teoritis supaya dapat menjelaskan hubungan antara kedua variabel tersebut.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok*. Populasi dalam penelitian yang peneliti teliti ini adalah remaja akhir, baik perempuan maupun laki-laki yang berusia 17-22 tahun, yang aktif menggunakan aplikasi *TikTok* dan berdomisili di Kecamatan Rawalumbu Kota Bekasi dan aktif menggunakan media sosial yang diperoleh menggunakan teknik *convenience sampling*. Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Adapun skor pada skala likert ini terdiri atas empat kategori jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Data dianalisis menggunakan bantuan perangkat lunak *JASP versi 0.95.4 for Windows*. Karena data tidak berdistribusi normal, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman's rho untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara kedua variabel penelitian.

Proses pelaksanaan penelitian pada tahap awal difokuskan pada kegiatan uji coba instrumen penelitian (*try out*). Proses pengumpulan data uji coba dilakukan secara daring melalui *Google Form*, sehingga responden dapat mengisi kuesioner secara mandiri sesuai dengan waktu dan kondisi yang mereka miliki untuk membantu peneliti dalam mengelola dan rekapitulasi data yang diperoleh secara lebih efisien. Penyebaran kuesioner dilakukan melalui media sosial seperti *WhatsApp*, *Instagram*, dan *TikTok* dengan menyesuaikan kriteria responden yang telah ditentukan oleh peneliti. Teknik pengambilan sampel penelitian ini yaitu, *non-probability sampling* dengan jenis *convenience sampling*, yaitu pemilihan responden yang dapat memudahkan akses dalam memperoleh sampel yang sesuai dengan karakteristik penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 172 remaja akhir berusia 17–22 tahun yang merupakan pengguna aktif *TikTok* di Kecamatan Rawalumbu, Kota Bekasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman's rho karena berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa data tidak berdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *social comparison* dengan *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok* dengan nilai $r = 0,657$ dan $p < 0,001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin positif kecenderungan *social comparison* yang dimiliki remaja, maka semakin

positif pula *body image* yang dimiliki.

Berdasarkan hasil penelitian, seluruh responden merupakan pengguna aktif aplikasi *TikTok* dengan intensitas penggunaan rata-rata sekitar 3 jam per hari. Intensitas penggunaan yang cukup tinggi menunjukkan bahwa *TikTok* telah menjadi salah satu media yang banyak digunakan oleh remaja akhir dalam aktivitas sehari-hari, baik sebagai sarana hiburan maupun untuk memperoleh informasi. Berdasarkan karakteristik responden, sebanyak 98 responden (57,0%) berjenis kelamin laki-laki cenderung lebih sering mengakses konten game, hiburan, olahraga, dan video komedi. Sementara itu, 74 responden (43,0%) berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengakses konten yang berkaitan dengan tren, *beauty content*, *skincare*, *fashion*, dan *lifestyle*.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, responden dalam penelitian ini berjumlah 172 remaja akhir yang terdiri atas 98 responden laki-laki (57,0%) dan 74 responden perempuan (43,0%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah laki-laki. Persentase tersebut mengindikasikan bahwa partisipasi responden laki-laki lebih tinggi dibandingkan responden perempuan dalam penelitian mengenai hubungan *social comparison* dengan *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok*. Meskipun demikian, kedua kelompok jenis kelamin tetap terwakili dalam penelitian sehingga diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kondisi *social comparison* dan *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok*.

Berdasarkan domisili, mayoritas responden berasal dari Kelurahan Bojong Rawalumbu sebanyak 52 orang (30,2%), diikuti Kelurahan Pengasinan sebanyak 51 orang (29,7%), Kelurahan Bojong Menteng sebanyak 39 orang (22,7%), dan Kelurahan Sepanjang Jaya sebanyak 30 orang (17,4%). Sebaran responden tersebut menunjukkan bahwa seluruh wilayah di Kecamatan Rawalumbu telah terwakili dalam penelitian sehingga memberikan gambaran karakteristik responden yang berasal dari berbagai kelurahan di wilayah penelitian.

Berdasarkan hasil uji validitas pada skala *body image* diatas dengan total 29 item pernyataan yang diujikan, maka diperoleh hasil sebanyak 21 aitem yang dinyatakan valid dengan nilai *pearson correlation* 0.110 sampai 0.764 dan 8 aitem yang dinyatakan gugur karena memiliki nilai signifikansi lebih dari 0.03. Berdasarkan hasil uji validitas pada skala *social comparison* diatas dengan total 31 aitem pernyataan yang diujikan, maka diperoleh hasil sebanyak 22 aitem yang dinyatakan valid dengan nilai *pearson correlation* 0.212 sampai 0.804 dan terdapat 9 aitem yang tidak valid karena memiliki nilai signifikansi kurang dari 0.03.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas di atas terhadap kedua skala dalam penelitian ini, diperoleh skor reliabilitas *Cronbach's Alpha* untuk skala *body image* sebesar 0,727 dengan kategori kurang reliabel, sedangkan untuk skala *social comparison* diperoleh skor sebesar 0,706 yang menunjukkan kategori sangat reliabel. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa skala *body image* memenuhi kriteria standar reliabilitas minimum penelitian dan *social comparison* memenuhi syarat kemampuan instrumen dengan baik. Oleh karena itu, skala *body image* maupun *social comparison* dinilai memiliki tingkat keandalan yang memadai sehingga layak digunakan sebagai instrumen dalam pengumpulan data.

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel *social comparison*, diketahui bahwa dari total 172 responden, sebanyak 133 responden (77,3%) berada pada kategori rendah, 4 responden (2,3%) berada pada kategori sedang, dan 35 responden (20,3%) berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas remaja akhir di Kecamatan Rawalumbu memiliki tingkat *social comparison* yang rendah. Temuan ini mengindikasikan

bahwa sebagian besar responden cenderung tidak terlalu sering membandingkan diri dengan orang lain, khususnya dalam hal yang berkaitan dengan penampilan fisik, gaya hidup, maupun pencapaian yang ditampilkan melalui media sosial, terutama *TikTok*.

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel *body image*, diketahui bahwa dari total 172 responden, terdapat 1 responden (0,6%) yang berada pada kategori rendah, tidak terdapat responden (0%) yang berada pada kategori sedang, dan 171 responden (99,4%) berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hampir seluruh responden dalam penelitian ini memiliki tingkat *body image* yang tinggi atau positif. Kondisi ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja akhir pengguna *TikTok* mampu menerima, menghargai, dan memiliki penilaian yang baik terhadap kondisi tubuh serta penampilan fisiknya. Dengan kata lain, sebagian besar responden tidak menunjukkan kecenderungan mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya meskipun aktif menggunakan media sosial *TikTok*.

Tabel 1. Kategorisasi *Social Comparison* & *Body image*

Variabel	Kategorisasi	Batas Interval	Presentase
<i>Social Comparison</i>	Rendah	$x < 53,33$	77,3%
	Sedang	$53.53 \leq x \leq 56.65$	2,3%
	Tinggi	$x < 56.65$	20,3%
Total		172	100%
<i>Body Image</i>	Rendah	$x < 50.92$	0,6%
	Sedang	$50.92 \leq x \leq 54.08$	0%
	Tinggi	$x < 54.08$	99,4 %
Total		172	100%

Berdasarkan Tabel 1, hasil kategorisasi variabel *social comparison* menunjukkan bahwa dari 172 responden, mayoritas berada pada kategori rendah, yaitu sebanyak 133 responden (77,3%). Selanjutnya, sebanyak 4 responden (2,3%) berada pada kategori sedang, sedangkan 35 responden (20,3%) berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja akhir pengguna *TikTok* di Kecamatan Rawalumbu memiliki kecenderungan yang rendah dalam melakukan *social comparison*. Artinya, mayoritas responden tidak terlalu sering membandingkan penampilan, kemampuan, maupun kondisi dirinya dengan orang lain yang mereka lihat di media sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun responden aktif menggunakan *TikTok*, sebagian besar mampu mengelola penggunaan media sosial secara adaptif sehingga tidak mudah terpengaruh oleh standar penampilan yang ditampilkan pada platform tersebut.

Sementara itu, hasil kategorisasi pada variabel *body image* menunjukkan bahwa dari 172 responden, hanya 1 responden (0,6%) yang berada pada kategori rendah, tidak terdapat responden yang berada pada kategori sedang (0%), dan hampir seluruh responden, yaitu 171 responden (99,4%), berada pada kategori tinggi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki persepsi yang positif terhadap kondisi tubuh dan penampilannya. Tingginya *body image* pada sebagian besar responden mengindikasikan bahwa mereka mampu menerima dan menghargai kondisi fisiknya meskipun menggunakan *TikTok* dengan intensitas yang cukup tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa paparan berbagai konten visual mengenai standar kecantikan, bentuk tubuh ideal, maupun gaya hidup di *TikTok* tidak secara langsung menyebabkan munculnya *body image* negatif pada responden dalam penelitian ini.

Secara keseluruhan, hasil kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat *social comparison* yang rendah disertai *body image* yang tinggi. Temuan

Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Body Image* pada Remaja Akhir Pengguna *TikTok*

ini mengindikasikan bahwa remaja akhir pengguna *TikTok* dalam penelitian ini cenderung mampu menggunakan media sosial secara bijaksana dan tidak menjadikan konten yang mereka lihat sebagai tolok ukur utama dalam menilai dirinya. Dengan demikian, rendahnya kecenderungan melakukan *social comparison* diduga menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terbentuknya *body image* yang positif pada remaja akhir pengguna *TikTok* di Kecamatan Rawalumbu. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk menggunakan media sosial secara bijaksana dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis agar proses *social comparison* dapat menjadi sarana evaluasi diri yang adaptif tanpa menimbulkan dampak negatif terhadap *body image*.

Tabel 2. Regresi Linear Sederhana

Model	R	Sig. (2 Tailed)	Adjusted R Square	RMSE
<i>Social comparison & Body Image</i>	0,886	0,784	0,783	5,212

Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana pada Tabel 2, diperoleh nilai R sebesar 0,886, *R Square* sebesar 0,784, dan *Adjusted R Square* sebesar 0,783. Nilai koefisien korelasi (R) tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara variabel *social comparison* dan *body image* berada pada kategori sangat kuat. Selain itu, nilai *Adjusted R Square* yang mendekati nilai *R Square* menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan memiliki tingkat ketepatan yang baik dalam menjelaskan hubungan antara kedua variabel. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa model yang dibangun telah memenuhi kelayakan sebagai model prediksi dalam penelitian ini. Dengan demikian, model regresi yang digunakan mampu memberikan gambaran mengenai pengaruh *social comparison* terhadap *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok* di Kecamatan Rawalumbu.

Berdasarkan nilai *R Square* sebesar 0,784, dapat disimpulkan bahwa variabel *social comparison* memberikan kontribusi sebesar 78,4% terhadap variasi *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok*. Sementara itu, sebesar 21,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor tersebut dapat berupa tingkat penerimaan diri, harga diri, dukungan keluarga, pengaruh teman sebaya, literasi media, pengalaman pribadi, maupun kondisi psikologis individu. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *social comparison* merupakan faktor yang memiliki kontribusi besar terhadap pembentukan *body image*, masih terdapat berbagai faktor lain yang turut berperan dalam membentuk persepsi individu terhadap kondisi tubuhnya.

Hasil analisis juga menunjukkan nilai F sebesar 617,50 dengan tingkat signifikansi $p < 0,001$, sehingga model regresi yang digunakan dinyatakan signifikan. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa model regresi mampu menjelaskan hubungan antara *social comparison* dengan *body image* secara statistik. Dengan demikian, model regresi yang digunakan layak untuk memprediksi perubahan pada variabel *body image* berdasarkan perubahan pada variabel *social comparison*. Hasil ini memperkuat dugaan bahwa kecenderungan individu dalam melakukan perbandingan sosial memiliki peran penting dalam pembentukan persepsi terhadap tubuhnya pada remaja akhir pengguna *TikTok*.

Tabel 3. Koefisien Regresi Linear Sederhana

Model	R	Sig. (2 Tailed)	Adjusted R Square	t	p
-------	---	-----------------	-------------------	---	---

(Intercept)	-6,372	2,912	-	-2,188	0,030
<i>Social Comparison</i>	1,021	0,041	0,885	24,850	<0,001

Berdasarkan hasil uji koefisien regresi linier sederhana pada Tabel 3, diperoleh nilai konstanta (*Intercept*) sebesar -6,372, sedangkan koefisien regresi variabel *social comparison* sebesar 1,021. Selain itu, nilai Standardized Beta sebesar 0,885 menunjukkan bahwa *social comparison* memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap *body image*. Nilai koefisien regresi yang positif menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel bersifat searah. Artinya, semakin tinggi atau semakin positif kecenderungan *social comparison* yang dilakukan individu, maka semakin tinggi pula *body image* yang dimilikinya. Sebaliknya, apabila kecenderungan *social comparison* menurun, maka skor *body image* juga cenderung mengalami penurunan.

Hasil uji korelasi Spearman's rho menunjukkan koefisien sebesar 0,657, sedangkan hasil analisis regresi linier sederhana menghasilkan nilai R sebesar 0,886. Perbedaan ini perlu diperjelas agar tidak menimbulkan kerancuan dalam interpretasi. Uji Spearman's rho dipilih karena data penelitian tidak berdistribusi normal, sehingga nilai 0,657 tersebut merupakan ukuran kekuatan hubungan yang lebih tepat dijadikan acuan utama. Nilai R pada analisis regresi dihasilkan melalui pendekatan yang mengasumsikan hubungan linier dan distribusi data normal, sehingga nilainya cenderung lebih tinggi dibandingkan hasil uji nonparametrik. Dengan demikian, hasil regresi pada penelitian ini lebih tepat dimaknai sebagai gambaran arah dan kontribusi *social comparison* terhadap *body image*, bukan sebagai ukuran utama kekuatan hubungan antarvariabel, mengingat asumsi normalitas data tidak terpenuhi. Kedua hasil analisis tetap konsisten menunjukkan arah hubungan yang positif dan signifikan, meskipun besaran koefisiennya berbeda karena perbedaan pendekatan statistik yang digunakan.

Temuan hubungan positif antara *social comparison* dengan *body image* dalam penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Sembiring & Rosito (2023) yang menemukan hubungan negatif antara kedua variabel pada remaja putri, serta berbeda pula dengan temuan Dewi, Noviekayati, & Rina (2020) yang menunjukkan hubungan positif antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna Instagram, yang berarti semakin tinggi *social comparison* justru berkaitan dengan semakin tingginya ketidakpuasan tubuh. Perbedaan arah hubungan ini dapat dijelaskan melalui konsep *social comparison* dari Festinger (1954), yang membedakan perbandingan sosial menjadi *upward comparison* dan *downward comparison*. Mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada kategori *social comparison* rendah (77,3%), yang mengindikasikan bahwa proses perbandingan yang terjadi cenderung adaptif dan tidak dominan mengarah pada *upward comparison* yang biasanya memicu ketidakpuasan tubuh sebagaimana ditemukan pada penelitian Dewi dkk. (2020) dan Sembiring & Rosito (2023). Kondisi ini sejalan dengan temuan Saputri & Prastiwi (2024) yang menunjukkan bahwa *social comparison* dapat menjadi sumber motivasi dan berkontribusi positif terhadap kepercayaan diri apabila dilakukan secara adaptif, bukan semata faktor risiko terhadap citra tubuh. Dengan demikian, tinggi rendahnya kecenderungan *social comparison* pada remaja akhir pengguna TikTok tidak selalu berdampak negatif terhadap *body image*, melainkan bergantung pada arah dan intensitas perbandingan serta kemampuan individu dalam memaknai informasi yang diperoleh dari media sosial.

Hasil uji koefisien regresi menunjukkan nilai t sebesar 24,850 dengan tingkat signifikansi $p < 0,001$, sehingga variabel *social comparison* berpengaruh secara signifikan terhadap *body image* pada remaja akhir pengguna TikTok di Kecamatan Rawalumbu.

Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Body Image* pada Remaja Akhir Pengguna TikTok

Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima karena pengaruh yang diperoleh memiliki makna secara statistik. Hasil analisis regresi, diperoleh persamaan $Y = -6,372 + 1,021X$. Persamaan tersebut menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor *social comparison* akan meningkatkan skor *body image* sebesar 1,021 satuan. Hasil ini mengindikasikan bahwa *social comparison* merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *body image*, meskipun pembentukan *body image* juga dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Temuan ini menunjukkan bahwa *social comparison* merupakan salah satu prediktor yang kuat dalam menjelaskan *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok*. Meskipun demikian, pembentukan *body image* tidak hanya dipengaruhi oleh *social comparison*, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang berasal dari lingkungan sosial, karakteristik individu, pengalaman hidup, serta kemampuan individu dalam menyikapi paparan konten di media sosial.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *social comparison* berhubungan positif dengan *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok* di Kecamatan Rawalumbu, Kota Bekasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa proses membandingkan diri dengan orang lain di *TikTok* tidak selalu berujung pada citra tubuh yang negatif, selama intensitasnya rendah dan diimbangi dengan kemampuan individu dalam memaknai konten yang mereka lihat. Dengan kata lain, arah pengaruh *social comparison* terhadap *body image* lebih ditentukan oleh cara remaja memaknai perbandingan tersebut, bukan oleh ada atau tidaknya perbandingan itu sendiri.

Secara teoritis, temuan ini memperkaya kajian *social comparison* dengan menunjukkan bahwa hubungan antara *social comparison* dan *body image* dapat bersifat adaptif pada kelompok remaja akhir pengguna *TikTok*, berbeda dengan sebagian penelitian terdahulu yang menemukan hubungan negatif pada konteks platform atau kelompok usia yang berbeda. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan literasi digital untuk mendorong remaja mengembangkan kemampuan berpikir kritis dalam menggunakan media sosial, sehingga proses *social comparison* yang terjadi dapat diarahkan menjadi sumber motivasi, bukan sumber ketidakpuasan terhadap tubuh.

Penelitian ini juga menegaskan bahwa *social comparison* bukan satu-satunya faktor yang membentuk *body image*, karena masih terdapat faktor lain seperti penerimaan diri, dukungan keluarga, dan kemampuan literasi media yang tidak diteliti secara langsung. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan variabel-variabel tersebut serta memperluas cakupan wilayah dan karakteristik responden, agar temuan mengenai hubungan *social comparison* dan *body image* pada remaja akhir pengguna *TikTok* dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiifah, Lisa N. U. R. (2025). Hubungan Social Comparison dengan Psychological Well - being Pada Remaja Akhir Pengguna Aplikasi *TikTok*. *Repository Universitas Airlangga*, 8. <https://doi.org/http://repository.unair.ac.id/id/eprint/137545>
- Br Sembiring, L. T., & Rosito, A. C. (2023). Hubungan Social Comparison Dengan Body Image Pada Remaja Akhir Putri Kota Medan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 880-891. <https://doi.org/10.31004/innovative.v3i4.3588>
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (Eds.). (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and*

- Clinical Practice. *Research Gate*. <https://doi.org/10.4324/9781315780153>
- Cash, Thomas F., & Pruzinsky, Thomas. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice* (Vol. 289). Retrieved from <http://jama.jamanetwork.com/> by a Karolinska Institutet University Library User on 05/24/2015
- Dao, Quang Thang, Anh, Tran, & Thai, Phuong. (2025). Open Access *TikTok* Usage and Body Image : The Mediating Role of Social Comparison Among Gen Z Quang Thang Dao , Tran Anh Phuong Thai. *American Journal of Humanities and Social Sciences Research*, 09(04), 127–141. <https://doi.org/www.ajhssr.com>
- Dewi, A. E., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2020). Social comparison dan kecenderungan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal pengguna instagram. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 173-180.
- Dinata, Rahayu Intan, & Pratama, Mario. (2022). Hubungan antara Social Comparison dengan Body Image Dewasa awal Pengguna Media Sosial Tiktok. *Ranah Research*, 4(3), 217–224.
- Festinger, Leon. (1954a). A Theory of Social Comparison Processes. *Sage Journals*, 7(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Festinger, Leon. (1954b). *A theory of social comparison processes human relations.pdf*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=voeQ-8CASacC&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Fitriani, Ana, & Purnomo, Jusuf Tjahjo. (2023). Body Image Pada Remaja Putri Yang Menggunakan Media Sosial Tiktok. *Proyeksi: Psikologi*, 18(2), 213–225. <https://doi.org/10.30659/jp.18.2.213-225>
- Ibn, Anas, Abbas, Auf, Auf, Ibn, Alblowi, Yassmeen Hmoud, Alkhaldi, Raghad Oudah, Anwar, Salman, & Alzahrani, Abdulrhman I. (2023). Social Comparison and Body Image in Teenage Users of the *TikTok* App. *Cureus*, 15(11), 1–11. <https://doi.org/10.7759/cureus.48227>
- Jones, Diane Carlson. (2002). Social Comparison and Body Image : Attractiveness Comparisons to Models and Peers Among Adolescent Girls and Boys. *Plenum Publishing Corporation*, 45(November 2001), 645–664. <https://doi.org/https://doi.org/10.1023/A:1014815725852>
- Manatar, Ferendita S. (2022). *Pengaruh Social Comparison Terhadap Body Image Remaja Akhir Laki-Laki Di Sman 1 Kakas*. 3(3), 201–211.
- Marlinda, Devi, Sutatminingsih, Raras, & Daulay, Debby Anggraini. (2022). Pengaruh Perbandingan Sosial Terhadap Citra Tubuh pada Remaja Akhir Putri Pengguna Instagram. *Guidena*, 9623(2), 183–191. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v12i2.5505>
- Megawati, Siska Bella, & Nurhayati, Siti Rohmah. (2022). Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Body Image pada Mahasiswi. *Acta Psychologia*, 4(2014), 65–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.61567>
- Purwaningtyas, Fifi Dwi, Oktav, Futy, Putri, Milenia, & Arifah, Zumrotul. (2025). Dampak standar kecantikan terhadap kepercayaan diri remaja di indonesia. *Journal Of Gender Equality and Social Inclusion (GESI)*, 4(2), 27–34. <https://doi.org/10.38156/gesi.v4i2.198>
- Santrock, Jhon W. (2012). *Life Span Development (Perkembangan Masa- Hidup)* (13th, Jilid ed.). Retrieved from <https://www.belbuk.com/lifespan-development->

perkembangan-masahidup-jilid-1-edisi-13/produk/27489?utm_source=chatgpt.com

- Saputri, Rahmadani, Nurhayaty, Any, Tiara, Daffa, & Prastiwi, Kurnia. (2024). Beauty Standard di Era Digital : Hubungan Social Comparison dan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Sosial Humaniora*, 4(Desember), 446–458. <https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v4i4.8616>
- Theresia, Lidia. (2023). Hubungan Social Comparison Dengan Body Image Pada Remaja Akhir Putri Kota Medan. *Innovative*, 3, 880–891. <https://doi.org/https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Virlia, Yulianto &. (2023). Pengaruh Social Comparison dan Adiksi Tiktok Terhadap Self Esteem Pada Remaja The. *Diversita*, 9(2), 228–238. <https://doi.org/10.31289/diversita.v9i2.9365>