

HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DAN KOMPARASI SOSIAL DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA SISWI SMK PUTRA BANGSA DEPOK

Fani Akalia¹ Mia Anita Lestari² Mira Rizki Wijayani³
 Universitas Tama Jagakarsa, Jakarta, Indonesia^{1,2,3}
 Email: fanyakalia2002@gmail.com

Keywords

Body Image, Social Comparison, Social Anxiety, SMK Students

Abstrak

The aim of this study is to determine the relationship between Body Image and Social Comparison with Social Anxiety among female students at SMK Putra Bangsa. This research is a multivariate correlation study using data collection techniques in the form of Body Image Scale, Social Comparison Scale, and Social Anxiety Scale. The population in this study consists of individuals aged 15-16 years who are active students of SMK Putra Bangsa in class X. The sample of this study consists of 128 respondents, selected using the Saturated Sampling technique. The Body Image variable scale is the MBSRQ_AS or Multidimensional Body Self Relations Questionnaire Appearance Scale. The Social Comparison Scale is the Upward and Downward Appearance Comparison Scale (UDACS), while the Social Anxiety Scale is the SAS-A scale. The analysis results show that the correlation coefficient of the product moment Pearson between Body Image and social anxiety is $r = 0.327$, Social Comparison and Social Anxiety is $r = 0.388$, and the relationship between Body Image and Social Comparison with Social Anxiety among female students at SMK Putra Bangsa has a correlation coefficient (R) of 0.442. It can be concluded that there is a relationship between Body Image and Social Comparison with Social Anxiety among female students at SMK Putra Bangsa.

Body Image, Komparasi Sosial, Kecemasan Sosial, Siswi SMK

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara Body Image dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan sosial pada Siswi SMK Putra Bangsa. Penelitian ini merupakan penelitian Multikorelasi dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala Body Image, Skala Komparasi sosial dan Skala Kecemasan sosial. Populasi dalam penelitian ini adalah individu yang berusia 15-16 Tahun yang merupakan Siswi Aktif SMK Putra Bangsa Kelas X. Sampel penelitian ini berjumlah 128 responden yang diambil menggunakan teknik Sampling Jenuh. Skala Variabel Body Image merupakan skala MBSRQ_AS atau Multimedimentional Body Self Relations QUetionare Apprearance Scale. Skala Komparasi Sosial adalah Skala The Upward and Downward Appearance Comparison Scale (UDACS), sedangkan Skala Kecemasan sosial yaitu skala SAS-A. Hasil analisis diperoleh bahwa besarnya koefisien korelasi product moment person antara Body Image dengan kecemasan sosial diperoleh $r = 0,327$, Komparasi Sosial dengan Kecemasan sosial diperoleh $r = 0,388$ dan Hubungan antara Body Image dan komparasi sosial dengan kecemasan sosial pada Siswi SMK Putra Bangsa memiliki

nilai R (Koefisien Korelasi) sebesar 0,442 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Body Image dan komparasi sosial dengan Kecemasan sosial pada Siswi SMK Putra Bangsa

1. PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan lembaga pendidikan yang berorientasi pada pembekalan keterampilan untuk mempersiapkan siswa memasuki dunia kerja. Dalam proses pembelajaran, sebagian siswi mampu beradaptasi dengan baik dan menunjukkan prestasi akademik serta keterampilan yang memadai. Namun, tidak sedikit siswi yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial, terutama dalam lingkungan sekolah yang menuntut keterampilan komunikasi dan kerja sama. Permasalahan ini sering kali berkaitan dengan faktor psikologis, seperti kecemasan sosial, yang dapat memengaruhi kepercayaan diri dan keterlibatan mereka dalam aktivitas sosial maupun akademik.

Kecemasan sosial merupakan suatu kondisi di mana individu merasa takut, cemas, atau khawatir terhadap penilaian negatif dari orang lain dalam situasi sosial tertentu. Hal ini terutama terjadi pada momen-momen yang melibatkan penampilan fisik atau interaksi dengan teman sebaya. Dalam konteks siswi SMK, kecemasan sosial dapat menjadi hambatan dalam mengembangkan keterampilan komunikasi, mengikuti kegiatan sekolah, atau bahkan dalam menyiapkan diri untuk dunia kerja. Oleh karena itu, perlu dipahami faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan sosial pada siswi, salah satunya adalah Body Image atau citra tubuh.

Body Image merujuk pada bagaimana individu menilai dan merasakan kondisi fisiknya sendiri, baik dari segi bentuk tubuh, ukuran, maupun penampilan secara keseluruhan. Penelitian menunjukkan bahwa siswi yang memiliki Body Image negatif atau merasa tidak puas dengan penampilannya lebih rentan mengalami kecemasan sosial. Mereka cenderung merasa tidak percaya diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya, menghindari situasi sosial, atau bahkan mengalami tekanan psikologis yang berdampak pada prestasi akademik mereka.

Selain Body Image, faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan sosial adalah komparasi sosial, yaitu kecenderungan seseorang untuk membandingkan dirinya dengan orang lain. Dalam lingkungan sekolah, siswi sering kali membandingkan diri mereka dengan teman sebaya dalam berbagai aspek, termasuk penampilan fisik, prestasi akademik, dan keterampilan sosial. Komparasi sosial yang dilakukan secara

berlebihan dapat memperburuk perasaan tidak puas terhadap diri sendiri dan meningkatkan kecemasan sosial, terutama jika siswi merasa dirinya berada di posisi yang lebih rendah dibandingkan dengan orang lain.

Melihat pentingnya peran Body Image dan komparasi sosial dalam membentuk kecemasan sosial, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk memahami hubungan antara ketiga variabel ini pada siswi SMK. Dengan memahami hubungan antara Body Image, komparasi sosial, dan kecemasan sosial, sekolah dapat memberikan perhatian lebih dalam mendukung siswi mengatasi permasalahan psikologis yang mereka alami. Pendekatan yang lebih inklusif, seperti program konseling atau edukasi tentang penerimaan diri, dapat membantu mengurangi kecemasan sosial dan meningkatkan kesejahteraan psikologis siswi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara Body Image dan kecemasan sosial, hubungan antara komparasi sosial dan kecemasan sosial, serta hubungan antara Body Image dan komparasi sosial dengan kecemasan sosial pada siswi SMK Putra Bangsa. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan wawasan lebih dalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial pada siswi SMK serta membantu pihak sekolah dalam merancang strategi yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri dan interaksi sosial siswi di lingkungan pendidikan.

2. METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara Body Image, komparasi sosial, dan kecemasan sosial pada siswi SMK Putra Bangsa Depok. Variabel dalam penelitian ini meliputi variabel terikat, yaitu kecemasan sosial, serta variabel bebas, yaitu Body Image dan komparasi sosial. Definisi operasional kecemasan sosial dalam penelitian ini mengacu pada ketakutan individu terhadap evaluasi negatif dalam situasi sosial, yang dapat menyebabkan penghindaran sosial dan perasaan tidak nyaman dalam interaksi sosial. Body Image didefinisikan sebagai evaluasi individu terhadap bentuk tubuhnya, mencakup aspek kepuasan terhadap penampilan, kecemasan terhadap berat badan, serta orientasi terhadap citra tubuh. Sementara itu, komparasi sosial mengacu pada dorongan individu untuk menilai dirinya dengan membandingkan diri dengan orang lain, baik melalui perbandingan ke atas (upward comparison) maupun perbandingan ke bawah (downward comparison).

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi aktif SMK Putra Bangsa Depok yang

berusia 15–18 tahun, dengan jumlah total 128 siswi, yang terbagi ke dalam empat jurusan. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh, di mana seluruh populasi dijadikan sampel. Data dikumpulkan melalui skala Likert menggunakan Google Form, dengan instrumen penelitian yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Skala yang digunakan mencakup SAS-A untuk kecemasan sosial, MBSRQ-AS untuk Body Image, serta UDACS untuk komparasi sosial. Hasil analisis instrumen menunjukkan bahwa seluruh aitem valid dan reliabel berdasarkan uji Pearson Product Moment dan Cronbach's Alpha, dengan nilai reliabilitas tinggi untuk masing-masing skala. Dengan metode penelitian yang sistematis ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial pada siswi SMK, serta menjadi landasan dalam upaya peningkatan kesejahteraan psikologis mereka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Orientasi Kancan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Putra Bangsa Depok, yang didirikan pada 30 Januari 1987 dengan nama SMEA, dan kini memiliki empat kompetensi keahlian: Manajemen Perkantoran, Bisnis Retail, Akuntansi, dan Desain Komunikasi Visual. Penelitian ini fokus pada siswi kelas X, mengingat keberagaman karakteristik mereka, baik dalam pergaulan maupun dalam partisipasi kegiatan sekolah. Beberapa siswi memilih untuk tidak aktif dalam kegiatan sekolah karena takut dinilai negatif oleh teman-temannya. Ada juga kelompok siswi yang menonjolkan penampilan fisik atau materi, dan beberapa lainnya merasa perlu mengikuti pola ini untuk diterima dalam kelompok tersebut. Hal ini, bersama dengan tingginya angka kasus perundungan di sekolah, memotivasi peneliti untuk mengkaji hubungan antara Body Image, komparasi sosial, dan kecemasan sosial pada siswi SMK Putra Bangsa.

Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian diawali dengan mengubah skala alat ukur kedalam bentuk *google form*, kemudian menyebar *google form* ke Siswi SMK Putra Bangsa.

Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data penelitian pada tanggal 28 Juni 2024. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala yang disusun melalui media *google form*. Responden mengisi Skala pengukuran Psikologi menggunakan aplikasi *google form*, yaitu pengisian kuesioner secara online. Peneliti membagikan Skala pengukuran

Psikologi melalui ketua kelas yang akan disebar melalui *Group* kelasnya masing-masing. Dilengkapi dengan informasi tentang kriteria yang diperbolehkan untuk mengisi Skala pengukuran Psikologi. Data yang didapat langsung tersimpan secara otomatis karena berbasis online. Peneliti mengunduh data hasil dari pengisian Skala pengukuran Psikologi dan selanjutnya dilakukan uji statistik dengan aplikasi SPSS 25.0 *for windows*. Peneliti ini menggunakan *try out* tidak terpakai, yang artinya data yang diperbolehkan dengan sekali *try out* dan penyebaran untuk penelitian berbeda.

Gambaran Umum Responden

Gambaran Umum Responden Berdasarkan Kelas dengan Usia

Tabel 1. Usia Subjek Penelitian

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1	15	69	54%
2	16	59	46%
Total		128	100%

Berdasarkan hasil tersebut, dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, subjek paling besar berada dalam rentan usia 15 Tahun dengan presentase 54% Partisipan.

Kelas Subjek Penelitian

Tabel 2. Kelas Subjek Penelitian

No	Kelas	Frekuensi	Presentase
1	X MP 1	32	25%
2	X MP 2	32	25%
3	X MP 3	32	25%
4	X MP 4	32	25%
Total		128	100%

Berdasarkan hasil tersebut, dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, terdapat bahwa kelas X MP 1, MP 2, MP 3, dan MP4 berada dalam rata-rata dengan presentase 25% sebanyak 32 Partisipan setiap kelasnya.

Domisili subjek penelitian

Tabel 3. Domisili Subjek Penelitian

No	Domisili	Frekuensi	Presentase
1	Depok	105	82%
2	Citayam	10	8%
3	Bogor	12	9%
4	Jakarta Selatan	1	1%
Total		128	100%

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar subjek berdomisili di Depok dengan Persentase 82% sebanyak 105 Partisipan.

Deskripsi Data Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti akan memberikan gambaran *Body Image*, komparasi sosial dan kecemasan sosial yang dilihat dari mean, nilai minimum, dan nilai maksimum pada subjek yang telah mengisi kuesioner yang telah diberikan. Kategorisasi yang dilakukan untuk menempatkan subjek penelitian kedalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2015).

Tabel 4. Deskriptif Statistik

	<i>Body Image</i>	Komparasi sosial	Kecemasan sosial
Nilai Minimum	29	17	14
Nilai Maksimum	116	68	56
Range	87	51	42

Mean	72,5	42,5	35
Std. Deviation	14,5	8,5	7

Berdasarkan Tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai mean pada variabel *Body Image* sebesar 72,5 (SD = 14,5) nilai mean variabel Komparasi Sosial sebesar 42,5 (SD = 8,5) sedangkan nilai mean Kecemasan Sosial sebesar 35 (SD= 7). Variabel *Body Image* memiliki nilai minumum 29, variabel komparasi sosial memiliki nilai minumum 17, dan variabel Kecemasan sosial memiliki nilai minimum 14,. Selanjutnya, variabel *Body Image* memiliki nilai maksimum 116, variabel Komparasi Sosial memiliki nilai Maksimum 68 sedangkan variabel Kecemasan Sosial memiliki nilai Maksimum 56.

Tabel 5. Rumus Kategori

Kategori	Rumus
Rendah	$X < \text{Mean} - \text{SD}$
Sedang	$\text{Mean} - \text{SD} \leq X \leq \text{Mean} + \text{SD}$
Tinggi	$X > \text{Mean} + \text{SD}$

Kategorisasi Variabel *Body Image*

Tabel 6. Kategorisasi *Body Image*

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 58$	2	2%
Sedang	$58 \leq X \leq 87$	120	94%
Tinggi	$X > 87$	5	4%
Total		128	100%

Berdasarkan Tabel diatas dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 2 responden dengan presentase 2% berada di kategori rendah, sebanyak 120 responden dengan presentase 94% berada dikategori sedang, dan 5 responden dengan presentase 4% berada dikategori tinggi.

Kategorisasi Komparasi Sosial

Tabel 7. Kategorisasi Komparasi Sosial

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 34$	40	31%
Sedang	$34 \leq X \leq 51$	81	63%
Tinggi	$X > 51$	7	5%
Total		128	100%

Berdasarkan Tabel diatas dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 40 responden dengan presentase 31% berada di kategori rendah, sebanyak 81 responden dengan presentase 63% berada dikategori sedang, dan 7 responden dengan presentase 8% berada dikategori tinggi.

Kategorisasi Kecemasan Sosial

Tabel 8. Kategorisasi Kecemasan Sosial

Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 28$	9	7%
Sedang	$28 \leq X \leq 42$	94	73%
Tinggi	$X > 42$	25	20%
Total		128	100%

Berdasarkan Tabel diatas dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 9 reaponden dengan presentase 7% berada di kategori rendah, sebanyak 94 responden dengan presentase 73% berada dikategori sedang, dan 25 responden dengan presentase 20% berada dikategori tinggi.

Uji Normalitas

Uji Normalitas perlu dilakukan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi berdistribusi atau tidak normal (Widiyanto,2013). Uji Normalitas yang dilakukan peneliti dalam hal ini menggunakan Uji *Kolmogorov-smirnov*. Apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 (sig,> 0,05) maka artinya data terdistribusi secara normal. Sedangkan apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (sig, < 0,05) maka

artinya data tidak terdistribusi normal.

Tabel 9. One-sample kolmogorov-Sminov Test

<i>Body Image</i>	Komparasi Sosial	Kecemasan Sosial
.067	.074	.079

Hasil uji normalitas variabel *Body Image* memperoleh nilai signifikansi yaitu 0,067 menunjukkan sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Variabel Komparasi Sosial memperoleh nilai signifikansi yaitu 0,074 menunjukkan sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Selanjutnya Variabel Kecemasan Sosial memperoleh nilai signifikansi yaitu 0,079 menunjukkan sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *Body Image*, Komparasi Sosial, dan Kecemasan Sosial berdistribusi normal.

Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji Normalitas pada data hasil penelitian maka akan dilakukan uji Hipotesis dengan menggunakan pendekatan analisis korelasi. Analisis korelasi digunakan untuk mencari antarvariabel yang memiliki skor yang bergerak dari 0 s.d 1 disebut koefisien korelasi. Simbol dari korelasi adalah r (r kecil), dapat berbentuk positif (+) maupun negatif (-) (Periantalo, 2019). Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian ini diadakan yakni untuk mengetahui adanya hubungan antara *Body Image* dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan Sosial pada Siswi SMK Putra Bangsa. Analisis korelasi berfungsi untuk mengetahui derajat hubungan antar variabel, bentuk arah hubungan dan besarnya kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat.

Tabel 10. Kualifikasi Kekuatan Hubungan

Koefisien	Kategori
0,00-0,199	Sangat rendah
Koefisien	Kategori
0,200-0,399	Rendah
0,400-0,599	Sedang
0,600-0,799	Tinggi

0,800-1,000

Sangat tinggi

Bentuk atau arah hubungan diantara variabel, koefisien korelasi dinyatakan dalam positif (+) dan negatif (-) jika koefisien korelasi bernilai nol(0), maka memiliki arti bahwa variabel-variabel tidak menunjukkan hubungan, koefisien korelasi +1 memiliki makna bahwa variabel memiliki hubungan positif yang sempurna, sedangkan koefisien korelasi -1 maka variabel-variabel menunjukkan hubungan negatif yang sempurna. Nilai koefisien korelasi yang bernilai positif menunjukkan bahwa apabila variabel satu naik maka variabel yang lain ikut naik, dan sebaliknya, apabila variabel satu turun maka variabel yang lain ikut turun. Selanjutnya, apabila koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa apabila variabel yang satu naik maka variabel yang lain akan turun, dan sebaliknya apabila variabel satu turun maka variabel yang lainnya akan naik.

Tabel 11. Hasil Uji Korelasi *Body Image* dengan Kecemasan Sosial
Correlations

		<i>Body</i>	Kecemasan
		<i>Image</i>	Sosial
<i>Body Image</i>	Pearson Correlation	1	-.323
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	128	128
KecemasanSosial	Pearson Correlation	-.323	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	128	128

Berdasarkan Tabel diatas hasil analisis uji korelasi menggunakan *Pearson Product Moment*, diperoleh hasil bahwa besarnya koefisien korelasi antara *Body Image* dengan Kecemasan sosial sebesar $r = -.323$ dengan P-value sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa P-value lebih kecil dari taraf signifikansi yakni 0,05 yang artinya bahwa hubungan antara *Body Image* dengan Kecemasan sosial sangat signifikan. Nilai $r = -.323$ termasuk kedalam kategori hubungan yang rendah, selain itu, nilai $r = -.323$ juga merupakan bentuk hubungan yang negatif, sehingga dapat disimpulkan apabila *Body Image* meningkat, maka Kecemasan Sosial menurun, dan sebaliknya. Apabila *Body Image* menurun, maka Kecemasan sosial meningkat.

Tabel 12. Hasil Uji Korelasi Komparasi Sosial dengan Kecemasan Sosial Correlations

		Komparasi	Kecemasan
		Sosial	Sosial
Komparasi Sosial	Pearson Correlation	1	.283
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	128	128
Kecemasan Sosial	Pearson Correlation	.283	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	128	128

Sedangkan besarnya koefisien korelasi antara Komparasi sosial dengan kecemasan sosial sebesar $r=0,283$ dengan P-Value sebesar 0,001 Hal ini menunjukkan bahwa P-value lebih kecil dari taraf signifikansi yakni 0,05 yang artinya bahwa hubungan antara Komparasi Sosial dengan Kecemasan sosial sangat signifikan. Nilai $r=0,283$ termasuk kedalam kategori hubungan yang rendah, selain itu, nilai $r=0,283$ juga merupakan bentuk hubungan yang positif, sehingga dapat disimpulkan apabila Komparasi Sosial naik maka Kecemasan Sosial juga ikut naik, dan sebaliknya. Apabila Komparasi Sosial turun maka Kecemasan sosial juga ikut turun. Sedangkan untuk melihat Hubungan antara *Body Image* dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan sosial, peneliti menggunakan Interpretasi Korelasi berganda, yang artinya untuk melihat lebih dari satu variabel independen dengan satu variabel dependent. Berikut bisa dilihat dalam tabel 4.13 dibawah ini :

Tabel 13. Hasil Uji Interpretasi (regresi ganda)

<i>Model Summary</i>	
<i>Model</i>	<i>Model</i>
<i>R</i>	<i>R</i>
<i>R Square</i>	<i>R Square</i>

<i>Adjusted R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>R</i>
<i>Std. Error of the Estimate</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>	

Berdasarkan tabel Model Summary diketahui bahwa besarnya hubungan antara *Body Image* dan komparasi sosial dengan kecemasan sosial yang dihitung dengan koefisien korelasi ditunjukkan dengan nilai R sebesar 0,464, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *Body Image* dan komparasi sosial dengan kecemasan sosial. Sementara itu, kontribusi atau sumbangan secara simultan variabel *Body Image* dan komparasi sosial terhadap kecemasan sosial adalah 0,215. Sedangkan poin sebesar 0,785 dipengaruhi oleh variabel yang lain. Menurut penelitian Rapee (1998) faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial selain dipengaruhi oleh *body image* dan komparasi sosial adalah cara berpikir, fokus perhatian dan penghindaran. sedangkan faktor faktor ini bisa jadi penelitian selanjutnya.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Body Image* dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan Sosial pada siswi SMK Putra Bangsa. Penelitian dilakukan pada 128 siswi berusia 15-16 tahun, dengan mayoritas responden berusia 15 tahun. Hasil deskriptif menunjukkan bahwa *Body Image*, Komparasi Sosial, dan Kecemasan Sosial pada umumnya berada pada kategori sedang. Kesimpulannya, penelitian ini menemukan hubungan negatif antara *Body Image* dengan kecemasan sosial, yang berarti semakin negatif persepsi *Body Image*, semakin tinggi kecemasan sosial. Sebaliknya, hubungan positif ditemukan antara Komparasi Sosial dan Kecemasan Sosial, di mana semakin tinggi komparasi sosial, semakin tinggi pula kecemasan sosial. Hasil korelasi menunjukkan hubungan yang signifikan antara *Body Image* dan Kecemasan Sosial ($r = -0.323$, $p = 0.000$) serta antara Komparasi Sosial dan Kecemasan Sosial ($r = 0.283$, $p = 0.001$). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *Body Image* dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan Sosial melalui analisis regresi ganda dengan nilai Sig. F Change sebesar 0.000, yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini menegaskan bahwa *Body Image* dan Komparasi Sosial berpengaruh terhadap Kecemasan Sosial pada siswi SMK Putra Bangsa.

Keterbatasan

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses menyelesaikan skripsi ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi beberapa faktor agar lebih diperhatikan bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang akan lebih menyempurnakan penelitiannya, karena penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian-penelitian selanjutnya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini adalah : Adanya keterbatasan waktu penelitian, tenaga, dan kemampuan peneliti dalam menyelesaikan skripsi, Adanya kemampuan responden yang kurang cepat dalam mengerjakan kuesioner, Peneliti melakukan penelitian menjelang ingin hari libur

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan oleh peneliti diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Body Image* dengan kecemasan sosial, dan terdapat hubungan yang signifikan antara Komparasi sosial dengan kecemasan. Maka dapat disimpulkan bahwa Terdapat hubungan antara *Body Image* dan komparasi sosial dengan kecemasan sosial pada Siswi SMK Putra Bangsa Depok.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, F. A, Koesma, R. E., Joeftiani, P., & Siregar, J. R, (2020). Pengembangan Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis Remaja Usia 12-15 Tahun. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(1).
- Arrafi, L. O, Milla, E. S, Nurani, I. A. (2023) Hubungan *Body Image* dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan Sosial pada Remaja di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Jakarta Selatan. *Malahayati Nursing Journal*, 5.7: 2324-2337.
- Arikunto, 2006, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2010). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Azwar, S. (2012). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Bakhtiar, M. I., Saman, A., & Aryani, F (2017)
- Butzer, B., & Kuiper, N. A (2006). Relationships between the frequency of social comparisons and self-concept clarity, intolerance of uncertainty, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 41(1). 54-63

- Brook, T. Willoughby, The social ties that bind: social anxiety and academic achievement across the university years, *J. Yought Adolesc.* 44(5) (2015) 1139-1152.
- Cash, T. F., dan Pruzinsky (2002) *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Cash, Thomas. (2012). *Encyclopedia of Body Image And Human Appereance*. Civitvi, Nazmiye. (2010). Social Comparison and Shyness in Adolescent. *Egitim Arastiirmalari-Eurasian Journal of Educational Research*. Issue 28, Winter 2010, pp.90-107.
- Centi, P. K. (1993). *Mengara Rendah Diri ?* Kanisius. (Terjemahan oleh A.A. Hardjana) ; edisi 1, Cet, 1 Penerbit, Yogyakarta.
- Dacey, J., dan Kenny. (1997) *Adolescent Development 2th* ed. United States of America: Times Mirror Higher Education Group Inc.
- Dayakisni, T, dan Hudaniah (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press Davidson, T. E. dan McCabe, M. P. (2006). Adolescent *Body Image* and pshyhosocial functioning. *Social Psychology Journal*, 146(1), 15-30.
- Diana Ariswanti Triningtyas, S. Pd, M. Psi. (2016) *Bimbingan Konseling Pribadi Sosial*, Magetan : CV. AE. Media Grafika.
- Eddleston, K. (2009). The effects of social comprasion on managerial career satisfaction and turnover intentios. *Career Development International*, 14(1), 87-110. 57
- El-Huzni, L. N (2002). Hubungan antara citra tubuh (*Body Image*) dengan kecemasan sosial pada siswa kelas 2 SMAN 1 Tumpang. Universitas Islam Negeri Maula Malik Ibrahim Malang
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison : Development of a scale sosial comparison orientation. *Journal of Personality and comparison Pshychology*, 76(1), 129.
- Gila, Araceli, et al. (2005). Social and Body Self-Esteem in Adolescents with Eating Disorder. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, Volume 1 Number 1, 2005, pp. 63-71.

- Honigman, Roberta dan David J. Castle (2007). *Jurnal Psikologi: Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak*. Vol 1(1). 52-62
- Jones, D. C. (2002). Social Comparison and *Body Image*: Attractiveness Comparison to Models and Peers Among Adolescent Girls and Boyss. *Sex Roles*, Vol. 45,645-664
- Kholifah, Nanik. (2016) Peran teman sebaya dan kecemasan sosial pada Remaja. Pasuruan: *Jurnal Psikologi*, Vol 3 No,2.
- La Grecca, and Lopez. (2005) Social Anxiety Scale For Adolescents (SAS-A): Psychometric Properties in a Spanish-speaking population, *International Journal Of Clinical And Health Psychologi*, Vol 5, No 1
- La Grecca and Lopez, M. (1998). *Social Anxiety Among Adolescent : Linkages With Peer Relation And Friendships*. *Journal of Abnormal Child Psychology*, Vol 26(2).
- Leary, M., & Kowalsky, R. (1990). *Social Anxiety*. New Yrk : Guilford Press.
- Mahatvamawati, Dwi., & Maryam, Effy, W Hubungan Antara Citra Tubuh (*Body Image*) dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Perempuan.
- M, Iksan, M, N., Razak Ahmad, & Nurfitriany Fakhri (2022) *Body Image* dan Kecemasan Sosial Pada Remaja Perempuan di Kota Makassar.
- Mitchrll, M., MacInnes, D., & Morrison, I. (2018). *Student wellbeing study*, New Zealand.
- Murphy, Peter, (2009) Rasa Malu dan Sosial Anxiety diejlaskan. Artikel, akses 29 april 2024
- Murphy, A. (2012). *Body Image and Social Physique Anxiety: Gender Behavior Therapy Dalam Menangani Kecemasan Sosial Korban Bullying*. *FOKUS*, 5(3), 200-206.
- Monks, F. (2004). *J, Dkk, Psikologi Perkembangan*. Universitas Press, Yogyakarta.
- Myers, T. A. dan Crowther, J. H (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction: A meta-analytic review. *Journal of abnormal psychology*, 118(4) 683.
- Nadia Cahyani, Skripsi : "*Penggunaan Instragram dan Kecemasan Sosial : menguji efek mediasi Perbandingan Sosial*", (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2021)

- Nevid, S., Spencer, A., dan Beverly, G (2018) *Psikologi didunia yang terus berubah*, edisi kesembilan, Jakarta:Penerbit Erlangga
- O'Brien, K. S., Caputi, P., Minto, R., Poeples, G., Kell, S., Sawley, E. (2009). Upward and downward physical appearance comparisons:development of scales and examination of predictive qualities. *Body Image*, 6, 201-206.
- Papalia, Diane., et al. (2011). *Human development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana
- Pawijit, Y., Watcharaphon, L., Jason, L., Kullaya, P. (2017) *International Journal Of Adolencent Medicine And Healt. Looks can be deceiving:Body Image dissatisfaction relates to social anxiety throught fear of negative evaluation. 1-7.*
- Pribadi, R. A. (2019). *Hubungan antara Citra Diri Negatif dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Putri Perkotaan. Vol. *(1), 1656-1671.*
- Rapee, R.M (1998) *Overcoming Shyness and Social Phobia Chapter 2. 11-12*
- Ratnawati V, (2012), Percaya Diri, *Body Image* dan Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Remaja Putri, *Jurnal Psikologi Indonesia 1(2)*. Kediri. Universitas PGRI Indonesia
- Riskadina, Ayunda (2016) Hubungan antara *Body Image* dengan kecenderungan kecemasan sosial pada remaja awal. Skripsi thesis. Universitas Airlangga.
- Rita Eka Izzaty, D. (2008). *Perkembangan peserta didik*.
- Salsabila, N.S., & Wiryosutomo, H.W. (2021), Hubungan antara *Body Image* dan komparasi sosial dengan kecemasan sosial pada remaja, Universitas negeri Surabaya (2021).
- Santrock, J. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja*. Erlangga.
- Sembiring, L.T br & Rosito, Asina, C., (2023) Hubungan Social Comparison Dengan *Body Image* Pada Remaja Akhir Putri Kota Medan.
- Septianningsih, R., & sakti, P. (2021). Pengaruh Sosial Comparison dan harga diri terhadap citra tubuh pada remaja perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana, 5(2)*.

- Sunartio, L., Sukamto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Sosial comparison dan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal. *Humanitas (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 9(2)
- Soleha, T. (2021) Pengaruh *Body Image* Terhadap Kecenderungan Kecemasan Sosial Pada Remaja Di Kota Makassar. Phd Thesis. Universitas Bosowa.
- Thompson. J, K (2000). *Body Image, Eating disorder, and Obesity an I Integrative Guide for Asesment and treatment*. Washington : Americal Psychological Association
- Tylka, T. L, & Sabik, N. J. (2010). Integrating social comparison theory and self- esteem within the objectificatiob theory to predict woman's disordered eating. *Sex Roles*, 63, 18-31
- Untari, R., Bahri, S., & Fajriani. (2017). Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan Sosial Remaja Pada Siswa Di SMA Negeri Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling, Vol.2 (2), 1-10*.
- Vriends, N. et al. (2013). Taijin Kyofusho and social anxiety and their Clinical relvance in Indonesia and Switzerland. *Fronties in psychologi*. Vol 4
- Vriends, N, Pfaltz, M,C., Novianti, P., Hadiyono, J., Simmons, D, R., & Vandello, J. A. (2013). *Taijin kyofusho and social anxiety and thei clinical relecvance in Indonesia and Switzerland*.
- Wheeler, L. (1996). Motiivasi sebagai penentu perbandingan ke atas. *Jurnal Psikologi Sosial Eksperimental*, 1(tambahan 1), 27-31.
- Wood, J. V. (1996). What Is Social Comparison and How We Study It?. *Society for personality and Social Psychology*, 22(5), p. 520-537.