



Hubungan Antara Perbandingan Sosial dan Citra Tubuh Remaja Laki-Laki Pada Pengguna Media Sosial di Kota Makassar

Sariana Abdullah^{1*}, Eva Meizara Puspita Dewi²

^{1,2}Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

Corresponding Author. E-mail: Email: sari.anaa297@gmail.com

Received: 13 April 2023 ; Revised: 8 May 2022; Accepted: 30 June 2023

Abstract: Adolescence begins to encourage individuals to shape their body image, including the male gender. However, the influence of social media in comparing themselves with other individuals greatly affects the concept of body image they have. The study was to determine the relationship between social comparison and body image of male adolescent social media users in Makassar City. The participants of this study were male adolescents aged 12-22 years and were social media users in Makassar City. This study uses a scale adapted from The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ) Users' Manual-Third Revision by Cash and an Upward and Downward Psychological Appearance Comparison scale from O'Brien which was adapted and developed by Setiawati). This research was tested using the Spearman Rho data analysis technique. The study found that there was a negative relationship between social comparison and body image in male adolescent social media users in the city of Makassar ($p = 0.012$, $r = -0.209$). This study illustrates that the higher the social comparison, the lower the body image of male adolescent social media users in the city of Makassar. This research can be a reference and information about the negative and positive relationship of social comparisons in terms of appearance on social media to the body image of adolescent males in Makassar City.

Keywords: Body Image; Social Media; Social Comparison; Adolescent Boys

Abstrak: Masa remaja mulai mendorong individu membentuk citra tubuhnya termasuk pada gender laki-laki. Namun, pengaruh sosial media dalam membandingkan diri dengan individu lain sangat mempengaruhi konsep citra tubuh yang dimiliki. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan kedua variabel antara perbandingan sosial dan variabel citra tubuh remaja laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar. Partisipan penelitian ini remaja laki-laki berusia 12-22 tahun dan merupakan pengguna media sosial di Kota Makassar. Alat ukur yang digunakan berupa skala yang diadaptasi dari The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ) Users' Manual-Third Revision oleh Cash dan skala Upward and Downward Physical Appearance Comparisons dari O'Brien, Dkk yang diadaptasi dan dikembangkan oleh Setiawati. Penelitian ini diuji menggunakan teknik analisis data Spearman Rho. Hasil penelitian ini menemukan adanya hubungan negatif antara perbandingan sosial dan citra tubuh pada remaja laki-laki pengguna media sosial di kota Makassar ($p = 0,012$, $r = -0,209$). Penelitian ini menggambarkan bahwa semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin rendah citra tubuh remaja laki-laki pengguna media sosial di kota Makassar. Penelitian ini dapat menjadi referensi serta informasi mengenai hubungan negatif maupun positif perbandingan sosial dalam hal penampilan di media sosial terhadap citra tubuh pada remaja laki-laki di Kota Makassar.

Kata Kunci: Citra Tubuh; Media Sosial; Perbandingan Sosial; Remaja Laki-laki

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan individu yang paling banyak memberi perubahan. Remaja usia 12-22 tahun di mana mereka mengalami perubahan pada kondisi biologis, proses kognitif dan sosio-emosional (Santrock, 2007). Setiap perkembangan yang dilalui oleh remaja merupakan periode yang penting, terkhusus pada aspek biologis yang merujuk pada perubahan fisik. Hal tersebut menarik perhatian individu karena perubahan fisik sangat mudah dideteksi terutama saat bercermin. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja akan mendorong individu dalam membentuk citra tentang seperti apa tubuhnya. Individu akan bercermin selama berjam-jam untuk mendeteksi setiap perbedaan yang ditemukan. Informasi yang dikumpulkan oleh remaja terkait perubahan tersebut akan membentuk

persepsi tentang seperti apa tubuhnya. Citra tubuh merupakan pandangan dalam diri individu mengacu pada persepsi dan sikap diri yang merujuk secara spesifik dengan tubuh, termasuk segala sesuatu yang dipikirkan, diyakini, dirasakan serta perilaku yang ditunjukkan terhadap tubuhnya (Cash, 2004).

Citra tubuh menurut Cash (2000) terdiri atas lima aspek diantaranya *appearance evaluation* (penilaian pada penampilan), *appearance orientation* (sikap terhadap penampilan), *self-classified weight* (mengkategorisasikan ukuran tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) dan *body areas satisfaction* (merasa senang terhadap bagian tubuh). Evaluasi penampilan merupakan penilaian individu terhadap penampilan tubuhnya yang meliputi perasaan menarik atau tidak menarik tentang penampilannya dan kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Orientasi pada penampilan mencerminkan bentuk perhatian individu pada penampilannya. Klasifikasi ukuran tubuh merupakan bentuk evaluasi individu pada ukuran tubuhnya. Perhatian pada kelebihan berat badan menggambarkan bagaimana individu sering kali merasa khawatir terhadap lemak tubuh sehingga memiliki kewaspadaan terhadap berat badan. Kepuasan pada daerah tubuh meliputi kepuasan dan ketidakpuasan individu pada daerah tertentu tubuhnya.

Cara remaja memandang tubuhnya dipengaruhi oleh gender (Santrock, 2007). Pada umumnya terdapat kecenderungan kurang puas pada tubuh perempuan jika dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan pada usia remaja membangun citra negatif terhadap tubuhnya karena cenderung kurang dengan perubahan fisik yang dialaminya. Namun pada pertengahan 2000-an, tubuh laki-laki mulai lebih diekspos dalam budaya populer sehingga menghasilkan minat pada efek peningkatan citra laki-laki tentang tubuh mereka (Grogan, 2008). Iklan menayangkan perubahan secara signifikan terhadap gambaran tubuh pria muda, ramping, berotot, dan cara berpakaian. Bentuk tubuh ideal dengan tubuh berotot berbentuk V telah menjadi semakin umum. Paparan berulang-ulang dari citra yang dibentuk media menyebabkan remaja laki-laki merasa tidak aman dan meningkatkan ketidakpuasan tubuh.

Berdasarkan hasil pengambilan data awal yang diperoleh secara daring pada 16 remaja laki-laki, tubuh ideal ialah ketika tidak memiliki perut buncit, memiliki tubuh tinggi, berkulit putih, lengan perut pinggang dan paha kecil tetapi tidak kurus, tidak gemuk, berat badan seimbang, berotot, atletis, tinggi kekar, memiliki massa otot dan lemak yang ideal. Remaja laki-laki yang menunjukkan ketertarikan normatif pada bentuk tubuh berotot. Berupaya memiliki tubuh ramping berotot menjadi sumber kekhawatiran pada citra tubuh laki-laki, sehingga banyak laki-laki yang ingin menjadi lebih kuat dan berotot melakukan upaya tidak sehat demi perubahan tubuh secara ekstrim, seperti menggunakan obat pembersih atau pencahar (Ricciardelli & McCabe, 2011).

Citra tubuh termasuk persepsi penampilan fisik secara keseluruhan, di mana merupakan salah satu komponen paling penting dari harga diri remaja. Hubungan ini lebih kuat selama masa remaja daripada periode usia lainnya. Secara umum, citra tubuh negatif memiliki kaitan dengan berbagai aspek neurotik, seperti depresi, harga diri yang rendah, kecemasan, ketakutan berlebih pada evaluasi negatif, dan memiliki kecendrungan obsesif-kompulsif (Cash & Pruzinsky, 2002). Berdasarkan respon dari 16 remaja laki-laki mengenai apa saja alasan yang sering kali membuat mereka tidak percaya diri, disebutkan bahwa di antaranya yaitu tinggi badan, kondisi kulit, lemak perut yang terlihat dari balik pakaian, gaya berpakaian, wajah *breakout*, berat badan, tinggi badan kurang, pendek, tidak *good looking*, wajah kusam, dan orang lain terlihat lebih baik. Alasan tersebut sejalan dengan pendapat mereka tentang apa saja yang membuat tubuh mereka tidak ideal, seperti perut buncit, model tubuh tidak atletis, kondisi kulit, berat badan yang tidak sesuai tinggi badan, dan kurang berotot.

Data awal lain menemukan bahwa responden pernah melakukan upaya tertentu untuk memiliki tubuh ideal. Responden menyebutkan bahwa mereka melakukan olahraga dengan teratur, menggunakan sabun wajah, diet, *workout*, *fitness*, mengurangi porsi makan, *push up* dan *sit up*. Thompson dan Smolak (2009) mengemukakan bahwa diet, ketidakpuasan tubuh, dan keinginan untuk mengurangi berat badan (atau otot yang lebih besar) dapat disebabkan oleh berbagai pengaruh, termasuk faktor-faktor seperti membandingkan diri sendiri dengan citra yang ditampilkan media atau rekan-rekan, menginternalisasi citra media yang tidak realistis tentang daya tarik, diejek tentang penampilan seseorang, mencontoh

praktik, sikap berat badan teman sebaya atau orang tua.

Sukamto, Hamida, dan Fajrianti (2019) melakukan penelitian terhadap remaja dan menemukan bahwa aktivitas yang dilakukan remaja saat menggunakan media sosial ialah menjadi pengikut, membagikan foto, melihat foto dari orang lain, menelusuri dan mencari jejak media sosial seseorang atau selebriti, belanja daring berupa kosmetik, produk perawatan wajah, berjualan secara daring, melihat informasi grup pertemanan atau kelas tentang sebuah pertemuan atau pembelajaran, melakukan komunikasi dengan orang tua, melihat cerita yang dibagikan di Instagram, memutar musik, menonton *Vlogs*, membaca kata-kata motivasi, membaca berita, membagikan cerita terbaru tentang dirinya, meninggalkan jejak komentar pada cerita orang lain yang dikenalnya ataupun tidak, serta mengekspresikan dirinya atau emosinya secara positif.

Berbagai aktivitas yang dilakukan seseorang ketika mengakses media sosial akan memberikan berbagai informasi yang dapat mempengaruhi individu dan mendorong individu untuk melakukan evaluasi diri (Guyer & Vaughan-Johnston, 2018). Berdasarkan teori perbandingan sosial dari Festinger (1954) untuk memaami dan mempelajari dirinya seorang individu menggunakan sejenis informasi sosial. Selain itu, pengaruh yang ditimbulkan dari lingkungan sosial dan perilaku yang muncul dari kebutuhan untuk bersaing yang dimiliki oleh setiap individu mendorong mereka untuk melakukan evaluasi diri dengan cara menilai diri berdasarkan penialain subjektif terhadap orang lain. Perbandingan sosial terdiri atas dua yaitu perbandingan ke atas (*upward comparison*) dan perbandingan ke bawah (*downward comparison*). Perbandingan ke atas merupakan penilaian yang dilakukan individu dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain yang lebih dari nilai dirinya. Sedangkan perbandingan ke bawah merupakan proses menilai atau memberi evaluasi dirinya berdasarkan hasil dari membandingkan teradap orang lain dengan nilai yang sama atau di bawah nilai dirinya.

Individu dalam melakukan perbandingan sosial akan mengevaluasi kemampuan, perasaan, sikap, pendapat, fitur tubuh, pencapaian atau hal lain yang dianggap saling terkait pada dirinya dan lingkungan sosial. Kemudahan mengakses berbagai informasi secara instan di media sosial semakin memudahkan hal tersebut. Pada penelitian Myers dan Crowther (2009) ditemukan bahwa perbandingan sosial yang fokus pada penampilan ternyata secara signifikan memiliki hubungan dengan ketidakpuasan tubuh seseorang. Setiap orang memiliki kecenderungan untuk menilai penampilan fisiknya dengan orang lain yang memiliki penampilannya melebihi diriya (*upward*) dan pada penampilan yang sama atau lebih buruk (*downward*) yang pada akhirnya mempengaruhi sikap serta perilaku individu untuk berpenampilan secara berbeda (O'Brien dkk., 2009)

Berdasarkan survei awal yang dilakukan terhadap remaja laki-laki pengguna media sosial menunjukkan bahwa 11 dari 16 responden menjawab bahwa tubuh mereka tidak ideal. Lebih lanjut, respon yang diberikan menunjukkan bahwa mereka melakukan perbandingan di media sosial terhadap artis, penulis, *public figure*, dan teman di media sosial. Zahra dan Shanti (2021) melakukan survei terhadap 75 remaja berjenis kelamin laki-laki di Malang, ternyata media sosial sebagai sumber permasalahan citra tubuh. Media sosial yang memberi kontribusi ialah Facebook dengan persentase 5,3%, TikTok sebesar 6,7%, Youtube dengan persentase 5,3% dan Instagram sebesar 78,7%. Pendalaman lebih lanjut yang dilakukan peneliti melalui survei awal terhadap remaja laki-laki menunjukkan bahwa media sosial yang paling berpengaruh dalam membentuk persepsi visual, penampilan fisik, dan gambaran tubuh ideal adalah Instagram 75%, Tiktok dan Youtube masing-masing 12,5%.

Berdasarkan asil studi pendauluan maka dilakukan penelitian untuk melihat lebih jauh korelasi antara variabel perbandingan sosial yang secara spesifik merujuk pada penilaian terhadap tampilan secara fisik dan citra tubuh remaja berjenis kelamin laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar.

METODE

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini merupakan metode penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini merupakan laki-laki pengguna media sosial di Kota Makassar berusia remaja 12-22 tahun. Responden yang digunakan sebagai sampel penelitian diperoleh berdasarkan hasil teknik *accidental sampling*. Penentuan teknik *accidental sampling* dipilih berdasarkan alasan ketidakpastian pada jumlah populasi. Sampel dalam ini 145 remaja berjenis kelamin laki-laki yang menggunakan media sosial di Kota Makassar.

Penelitian ini diukur menggunakan skala citra tubuh dan perbandingan sosial dengan model Likert. Skala citra tubuh diadaptasi dari Setiawati (2020) yang dibuat berdasarkan dari hasil pengembangan *The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ) Users' Manual-Third Revision* oleh Cash (2000) berjumlah 25 item. Skala citra tubuh terdiri dari lima aspek, yaitu *appearance evaluation* sebanyak 5 item, *appearance orientation* sebanyak 7 item, *overweight preoccupation* sebanyak 2 item, *self-classified weight* sebanyak 2 item dan *body area satisfaction* sebanyak 9 item. Uji validitas isi pada skala citra tubuh menggunakan *Aiken's V* dengan skor setiap item 0,833. Skala citra tubuh yang dikembangkan oleh Setiawati memiliki nilai *Alpha Cronbach* 0,748 sehingga dinyatakan reliabel dan sangat bagus.

Skala perbandingan sosial dalam penelitian ini khusus melihat skor perbandingan sosial yang merujuk pada citra tubuh pengguna media sosial. Setiawati (2020) mengembangkan skala perbandingan sosial berdasarkan skala *upward* dan *downward physical appearance comparisons* dari O'Brien dkk. (2009) yang terdiri dari 13 aitem. Skala perbandingan sosial terbagi dua yaitu *upward physical appearance comparisons* dengan 7 aitem dan *downward physical appearance comparisons* sebanyak 6 aitem. Uji validitas isi pada skala perbandingan sosial menggunakan *Aiken's V* dengan skor setiap item 0,833. Skala perbandingan sosial yang dikembangkan oleh Setiawati memiliki *Alpha Cronbach* 0,840 sehingga tergolong reliabel dan sangat bagus.

Analisis data yang digunakan statistik deskriptif yang berupa nilai rata-rata, minimum, maksimum, standar deviasi dan penyebaran frekuensi. Citra tubuh dan perbandingan sosial digolongkan dalam tiga kategorisasi, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Hipotesis dalam diuji dengan korelasi *spearman rho* untuk mengetahui keterkaitan antara variabel x dan y yang berskala interval.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden penelitian berjumlah 145 remaja laki-laki berusia antara 12-22 tahun pengguna media sosial di Kota Makassar. Responden merupakan remaja awal sebanyak 8 (6%) dengan rentang usia 12-17 tahun dan 137 (94%) remaja akhir dengan rentang usia 18-22 tahun. Suku dari keseluruhan responden berjumlah 79 (54%) responden bersuku bugis, 44 (30%) responden bersuku Makassar, dan 22 (15%) responden diantaranya bersuku Duri, Palili, Muna, Buton, Sunda, Saluan, Mongondow, Toraja, Mandar, dan Jawa.

Tabel 1. Data hipotetik citra tubuh

Variabel	N	Hipotetik			
		Mean	SD	Max	Min
Citra Tubuh	25	63	13	100	25

Berdasarkan skor hipotetik di atas, berikut kategorisasi skala citra tubuh pada remaja laki-laki pengguna media sosial di Kota Makassar.

Tabel 2. Kategori citra tubuh

Interval	<i>f</i>	(%)	Kategori
$X > 74$	32	22	Tinggi
$48 < X < 75$	93	64	Sedang
$49 > X$	20	14	Rendah
Σf	145	100	

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil analisis deskriptif sebanyak 32 (22%) responden memiliki citra tubuh dengan kategori tinggi, 93 (64%) kategori sedang dan 20 (14%) responden dengan kategori rendah.

Tabel 3. Data hipotetik perbandingan sosial

Variabel	<i>N</i>	Hipotetik			
		<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Max</i>	<i>Min</i>
Perbandin	1				
gan Sosial	3	32,5	6,5	52	13

Berdasarkan skor hipotetik di atas, berikut kategorisasi skala perbandingan sosial pada remaja laki-laki pengguna media sosial di Kota Makassar.

Tabel 4. Kategori perbandingan sosial

Interval	<i>f</i>	(%)	Kategori
$X > 38$	13	9	Tinggi
$24 < X < 39$	109	75	Sedang
$25 > X$	23	16	Rendah
Σf	145	100	

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil analisis deskriptif sebanyak 13 (9%) responden yang memiliki skor perbandingan sosial kategori tinggi, 109 (75%) sedang dan 23 (16%) responden dengan kategori rendah.

Tabel 5. Uji hipotesis spearman rho

Variabel	<i>r</i>	<i>p</i>	Ket.
Citra Tubuh			H0
Perbandingan Sosial	-0,209	0,012	ditolak

Tabel 5 menunjukkan hasil uji hipotesis menggunakan *spearman rho* yaitu korelasi -0,209 ($r > 0,05$) dan signifikansi 0,012 ($p < 0,05$), sehingga terdapat hubungan signifikan antara perbandingan sosial dan citra tubuh remaja berjenis kelamin laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar.

Tabel 6. Uji korelasi citra tubuh dengan upward comparison

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig.
Citra tubuh		
<i>Upward comparison</i>	-0,152	0,067

Tabel 6 menunjukkan bahwa analisis korelasi antara citra tubuh dan *upward comparison* memiliki nilai korelasi -0,152 dan nilai signifikansi 0,067, sehingga terdapat hubungan negatif tidak signifikan pada citra tubuh dan *upward comparison*.

Tabel 7. Uji korelasi citra tubuh dengan downward comparison

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig.
Citra tubuh <i>Downward Comparison</i>	-0,287	0,000

Tabel 7 menunjukkan bahwa analisis korelasi antara citra tubuh dan *downward comparison* memiliki nilai korelasi -0,287 dan nilai signifikansi 0,000, sehingga terdapat hubungan negatif sangat signifikan pada citra tubuh dan *downward comparison*.

Tabel 8. Uji korelasi setiap aspek citra tubuh dan perbandingan sosial

Citra Tubuh	Perbandingan Sosial			
	Upward		Downward	
	$r > 0,05$	$p < 0,05$	$r > 0,05$	$p < 0,05$
<i>Appearance evaluation</i>	-0,089	0,286	-0,233	0,005
<i>Appearance orientation</i>	-0,020	0,815	-0,132	0,114
<i>Self-classified weight</i>	0,302	0,000	0,034	0,683
<i>Overweight preoccupation</i>	-0,114	0,173	-0,142	0,089
<i>Body areas satisfaction</i>	-0,123	0,141	-0,252	0,002

Tabel 8 menunjukkan bahwa tiga dari lima aspek citra tubuh memiliki hubungan secara signifikan dengan perbandingan sosial, berikut penjelasan secara detail:

1. Aspek *appearance evaluation* dan *downward comparison* secara signifikan memiliki hubungan negatif dengan koefisien korelasi sebesar -0,233 dan nilai signifikansi 0,005 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menjelaskan jika semakin tinggi *downward comparison* (perbandingan ke bawah) remaja laki-laki pada pengguna media sosial di kota Makassar maka semakin rendah evaluasi penampilannya.
2. Aspek *self-classified weight* dan *upward comparison* yang secara signifikan memiliki hubungan yang positif dengan koefisien korelasi sebesar 0,302 dan nilai signifikansi 0,000. Hasil tersebut menjelaskan jika *upward comparison* (perbandingan ke atas) tinggi pada remaja laki-laki pengguna media sosial di kota Makassar maka semakin tinggi pengkategorisasian ukuran tubuhnya.
3. Aspek *body areas satisfaction* secara signifikan berkorelasi secara negatif berdasarkan nilai koefisien korelasi -0,252 dan signifikansi 0,002 ($p < 0,05$). Sehingga *downward comparison* yang tinggi pada remaja laki-laki pada pengguna media sosial di kota Makassar maka semakin rendah kepuasan terhadap bagian tubuhnya.

Tabel 9. Target perbandingan dan jenis media sosial responden

Usia	f	%
Selebriti/model	18	12
Keluarga	24	17
Teman dekat	56	39
Orang tidak dikenal	47	32
Σf	145	100%

Media Sosial	<i>f</i>	%
Facebook	4	3
Instagram	103	71
Tik Tok	27	19
WhatsApp	6	4
Youtube	5	3
Σf	145	100%

Pada penelitian ini terdapat data tambahan berupa pertanyaan mengenai target perbandingan sosial dan jenis media sosial yang paling memicu remaja laki-laki di kota Makassar melakukan perbandingan sosial dalam hal penampilan. Pertanyaan yang diajukan kepada responden terkait target perbandingan adalah “Dengan siapa Anda membandingkan penampilan di media sosial?” dan data tambahan terkait jenis media sosial diperoleh dari pertanyaan berupa, “Media sosial apa yang paling memicu anda untuk melakukan perbandingan sosial?”

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa remaja paling banyak melakukan perbandingan sosial dengan teman dekat (56%) dan media sosial yang paling memicu remaja melakukan perbandingan sosial adalah Instagram (71%).

Hasil dari penelitian ini yang menunjukkan bahwa citra tubuh berada pada kriteria sedang (64%) berarti bahwa remaja laki-laki pengguna media sosial di Makassar merasa puas dengan ukuran beberapa bagian tubuhnya seperti kondisi rambut wajah, dada, bahu, lengan, bagian perut hingga pinggang, pinggang hingga kaki, dan tampilan otot. Remaja laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar merasa puas dengan evaluasi penampilan fisiknya karena merasa menarik secara keseluruhan bentuk fisik. Remaja laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar telah berhasil membangun kepedulian untuk berusaha memiliki penampilan yang bagus. Selain itu, citra tubuh dengan kriteria sedang juga berarti bahwa remaja laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar telah mampu memberi penilaian pada tubuhnya tanpa ada penilaian yang ekstrim sangat kurus atau terlalu gemuk. Franzoi dan Shields (Grogan, 2008) menjelaskan bahwa penentu penting dari kepuasan tubuh pada laki-laki merujuk pada daya tarik wajah, kekuatan tubuh pada bisepe, lebar bahu, lengan, dan dada, serta kondisi stamina pada fisik, berat badan serta tingkatan energi.

Hasil penelitian dari keseluruhan responden menunjukkan bahwa 75% responden memiliki perbandingan sosial dengan tingkatan sedang. Hal ini berarti bahwa remaja laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar membandingkan penampilan dengan pengguna media sosial yang terlihat lebih baik dari dirinya (*upward comparison*) maupun dengan pengguna yang sama atau lebih buruk dengan penampilannya (*downward comparison*). 16 % remaja laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar dengan kategori tinggi berarti bahwa responden sangat sering membandingkan penampilan dengan pengguna lain di media sosial baik itu dengan pengguna yang penampilannya lebih baik (*upward comparison*) maupun dengan pengguna yang memiliki penampilan sama atau lebih buruk darinya (*downward comparison*). Hal ini serupa pada hasil penelitian Wahyuni dan Wilani (2019) yang melakukan penelitian pada laki-laki berusia remaja di Denpasar yang menunjukkan bahwa mereka memiliki kategori perbandingan sosial pada tingkatan sedang yang berarti bahwa remaja laki-laki melakukan proses perbandingan sosial teradap orang lain.

Hasil dari uji hipotesis dengan *spearman rho* untuk mengetahui hubungan perbandingan sosial dan citra tubuh remaja laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar memiliki koefisien korelasi -0,209 ($r > 0,05$) dan signifikansi sebesar 0,012 ($p < 0,05$), hal ini berarti bawa H_0 ditolak. Maka remaja laki-laki pada pengguna media sosial yang melakukan perbandingan sosial secara signifikan memiliki hubungan negatif teradap citra tubuh. Sehingga ketika perbandingan sosial berada pada taraf yang tinggi maka akan makin rendah citra tubuh remaja laki-laki pada pengguna media sosial di Kota Makassar.

Hasil uji hipotesis dari penelitian ini ternyata serupa pada hasil penelitian Setiawati (2020) teradap 238 mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim bahwa tingkat perbandingan sosial yang tinggi akan mengakibatkan citra tubuh makin rendah. Demikian dengan hasil penelitian Pratama (2021) yang

meneliti remaja pengguna instagram menemukan perbandingan sosial yang tinggi maka citra tubuh makin rendah. Hasil yang sama juga diperoleh dalam penelitian Pangestika (2021) yang menunjukkan bawa secara signifikan perbandingan sosial pada mahasiswa pengguna media sosial berkorelasi secara negatif dengan citra tubuh. Artinya ketika perbandingan sosial yang dilakukan oleh remaja pengguna media sosial berada pada kategori rendah akan membuat citra tubuh makin tinggi.

Pada penelitian ini, citra tubuh berkorelasi secara signifikan dengan *downward comparison* (perbandingan ke bawah) sebesar $-0,287$ ($r > 0,05$) dan $0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa *downward comparison* (perbandingan sosial ke bawah) yang tinggi pada remaja laki-laki pengguna media sosial di Kota Makassar akan berubungan dengan citra tubuh yang rendah. *Downward comparison* (perbandingan ke bawah) dilakukan oleh remaja karena adanya harapan bahwa teman dekat memiliki kecenderungan yang serupa pada banyak hal. Stiles dan Kaplan (2004) dalam penelitiannya ditemukan bahwa *downward comparison* (perbandingan ke bawah) dilakukan untuk meningkatkan kualitas diri seseorang karena merujuk pada evaluasi diri yang juga dapat berarti bahwa seseorang melakukan perbandingan ke bawah karena merasa lebih baik daripada orang lain. Individu dengan *downward comparison* (perbandingan ke bawah) lebih memungkinkan mengalami perasaan negatif karena perasaan setara menimbulkan rasa tidak adil ketika individu menemukan ketidakseimbangan antara dirinya dan orang lain yang menjadi target perbandingan.

Downward comparison dan aspek citra tubuh *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) memiliki koefisien korelasi sebesar $-0,233$ ($r > 0,05$) signifikansi $0,005$ ($p < 0,05$). Hal ini dapat disimpulkan jika perbandingan ke bawah (*downward comparison*) tinggi pada remaja laki-laki pengguna media sosial di Kota Makassar maka semakin rendah citra tubuh pada aspek *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) hal itu disebabkan dari ketidakpuasan dengan citra tubuhnya yang berkaitan dengan penampilan jika melakukan perbandingan ke bawah (*downward comparison*). Hal ini berbeda dengan temuan Wahyuni dan Wilani (2019) yang melakukan penelitian pada di Denpasar dan menunjukkan bahwa melakukan perbandingan ke bawah (*downward comparison*) akan merasa puas terhadap citra tubuh. Responden lebih banyak memilih teman dekat sebagai target perbandingan, hal inilah yang menyebabkan perbandingan ke bawah dalam penelitian ini berhubungan secara negatif dengan kepuasan pada penampilan. Pada level yang sama perbandingan relatif sering dilakukan dengan teman dekat daripada orang lain. Temuan yang berbeda dari perbandingan dengan teman dekat akan menimbulkan perasaan yang menyakitkan pada satu pihak karena perbandingan ke bawah dilakukan dengan harapan bahwa teman dekat seharusnya serupa dengan banyak hal (Wheeler & Miyake: 1992, Brickman & Bulman: 1997).

Upward comparison dan citra tubuh pada aspek *self-classified weight* (mengkategorisasikan ukuran tubuh) memiliki koefisien korelasi $0,302$ ($r > 0,05$) signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa keduanya memiliki hubungan positif, semakin *upward comparison* (perbandingan ke atas) yang tinggi akan semakin tinggi pula citra tubuh. Hasil temuan tersebut menunjukkan bahwa remaja laki-laki pengguna media sosial di Kota Makassar yang melakukan perbandingan sosial ke atas (orang yang lebih dari dirinya) akan merasa puas dengan tubuhnya sehingga tidak mengklasifikasikan tubuhnya terlalu gemuk atau merasa terlalu kurus. Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Wahyuni & Wilani (2019) bahwa remaja laki-laki yang melakukan perbandingan sosial ke atas akan mengevaluasi diri atau kemampuan yang dimiliki dengan individu lain yang lebih dari dirinya, akhirnya remaja laki-laki yang membandingkan diri akan menimbulkan ketidakpuasan dengan dirinya.

Downward comparison dan citra tubuh pada aspek *body areas satisfaction* (puas pada bagian tertentu tubuhnya) dengan koefisien korelasi $-0,252$ ($r > -0,05$) dan signifikansi $0,002$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa aspek tersebut memiliki hubungan secara negatif dengan *downward comparison*. Hal ini berarti bahwa perbandingan sosial ke bawah (*downward comparison*) dengan kategori tinggi maka akan berubungan dengan citra tubuh yang khusus merujuk pada kepuasan bagian tubuh pada remaja laki-laki pengguna media sosial di Kota Makassar. *Downward comparison* dilakukan agar individu merasa jauh lebih baik dan persepsi terhadap dirinya meningkat (Pratama, 2021). Namun *upward comparison*

(perbandingan ke bawah) ternyata dapat berdampak pada munculnya perasaan buruk ketika tidak memiliki kontrol diri yang baik (Fachri, 2017).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, ditemukan bahwa citra tubuh remaja laki-laki pengguna media sosial di Kota Makassar memiliki tingkatan sedang. Citra tubuh remaja laki-laki memiliki hubungan yang signifikan secara negatif dengan perbandingan sosial dalam hal penampilan di media sosial. Hal ini berarti bahwa perbandingan sosial dalam hal penampilan pada remaja laki-laki pengguna media sosial yang ada pada kategori tinggi memiliki hubungan dengan citra tubuhnya yang rendah.

Hasil penelitian di atas menyarankan remaja untuk lebih bijak dalam menggunakan media sosial. Karena perbandingan sosial dalam hal penampilan melalui media sosial bisa berdampak negatif maupun positif bagi citra tubuh. Bagi peneliti selanjutnya, jika melakukan penelitian serupa, sebaiknya lebih memperkaya jumlah responden untuk menyeimbangkan setiap kelompok usia remaja sesuai dengan kriteria.

REFERENSI

- Cash, T.F. (2000). The Multimedia Body-Self Relation Questionnaire. *MBTSQ USERS MANUAL (Third Revision)*.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Images: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice (First Edit)*. New York: Guilford Press.
- Cash, T. F. (2004). Body image: past, present, and future. *Journal of Body Image*. 1(1), 1–5. doi: 10.1016/S1740-1445(03)00011-1.
- Fakhri, N. (2017). Konsep dasar dan implikasi teori perbandingan sosial. *Jurnal Psikologi Talenta*. 3(1). doi: 10.26858/talenta.v3i1.13066.
- Festinger, L. (1954). *A Theory of Social Comparison Processes*. New York: SAGE Social Science Collection.
- Grogan, S. (2008) *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction In Men, Women, And Children*. London: Routledge.
- Guyer, J. J., & Vaughan-Johnston, T. I. (2018). Social Comparisons (Upward and Downward). *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. 1–5. doi: 10.1007/978-3-319-28099-8_1912-1.
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction: a meta-analytic review. *Journal of Abnormal Psychology*. 118(4), 683-98. doi: 10.1037/a0016763.
- O'Brien, K.S., Caputi, P., Minto, R., Peoples, G., Hooper, C., Kell, S., & Sawley, E. (2009) Upward and downward physical appearance comparisons: Development of scale and examination of predictive qualities. *Journal of Body image*, 6(3), 201-6. doi: 10.1016/j.bodyim.2009.03.003.
- Pangestika, A. (2021). Hubungan self-esteem dan komparasi sosial dengan citra tubuh pada mahasiswa pengguna media sosial. *Skripsi*. Fakultas Psikologi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pratama, D. S. (2021). Perbandingan sosial dan citra tubuh pada remaja putri pengguna sosial media instagram saat pandemi. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ricciardelli & McCabe. (2011). Body Image in Cash, T. F., & Smolak, L (eds). *Handbook of Science, Practice, and Prevention* (85-92). New York: The Guilford Press
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Edisi keenam jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Setiawati, N. A. (2020). Hubungan antara perbandingan sosial dan citra tubuh pada mahasiswa pengguna media sosial instagram. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Stiles, B. L., & Kaplan, H. B. (2004). Adverse social comparison processes and negative self-feelings: a test of alternative models. *Social Behavior and Personality: An International Journal*. 32(1), 31–44. doi: .org/10.2224/sbp.2004.32.1.31

- Sukanto, M., Hamidah, H., & Fajrianti, F. (2019). Can I look like her? body image of adolescent girls who use social media. *Journal of Makara Human Behavior Studies in Asia*, 23(1), 60-72. doi: 10.7454/hubs.Asia.1120519
- Thompson, J. K., & Smolak, L. (2009). *Body Image, Eating Disorder, And Obesity In Youth: Assessment, Prevention, And Treatment: 2nd Edition*. Washington: American Psychology Association.
- Wahyuni, G. A. K. T. E., & Wilani, N. M. A. (2019). Hubungan antara komparasi sosial dengan citra tubuh pada remaja laki-laki di denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 945-954.
- Wheeler, L., & Miyake, K. (1992). Interpersonal relations and group social comparison in everyday life. *Journal of Personality*, 62(5), 760–773.
- Zahra, A. C. A., & Shanti, P. (2021). Body image pada remaja laki-laki: sebuah studi literatur. *Prosiding Seminar Nasional*. Universitas Negeri Malang.