

**PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN *INSTAGRAM*  
TERHADAP *BODY IMAGE* PADA REMAJA PEREMPUAN DI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**DEA RAHMI PUTRI**

**20.860.0056**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2024**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 25/9/24

Access From (repository.uma.ac.id)25/9/24

**PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN *INSTAGRAM*  
TERHADAP *BODY IMAGE* PADA REMAJA PEREMPUAN DI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**DEA RAHMI PUTRI**

**20.860.0056**



**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2024**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 25/9/24

Access From (repository.uma.ac.id)25/9/24



## HALAMAN PERNYATAAN

Saya bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dea Rahmi Putri  
NPM : 208600056  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat mendapatkan gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu di dalam penulisan skripsi saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya dengan jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah. Dengan demikian, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan yang berlaku apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 2 September 2024

(Dea Rahmi Putri)

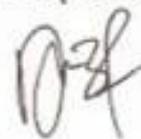
## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPERLUAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dea Rahmi Putri  
NPM : 208600056  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Menyetujui untuk memberikan Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Non Eksklusif** atas karya saya dengan judul "Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan Di Universitas Medan Area". Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif, Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmediakan / format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 2 September 2024



(Dea Rahmi Putri)

## ABSTRAK

### PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN INSTAGRAM TERHADAP *BODY IMAGE* PADA REMAJA PEREMPUAN DI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Dea Rahmi Putri  
20.860.0056

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada pengaruh antara intensitas penggunaan Instagram terhadap *body image* pada remaja perempuan di Universitas Medan Area. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 114 mahasiswa, metode pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data ini menggunakan dua skala, yaitu skala intensitas penggunaan Instagram dan skala *body image*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear dengan  $Y = 42,623 - 0,496X$ , artinya ada pengaruh negatif antara intensitas penggunaan Instagram terhadap *body image* dengan asumsi semakin tinggi intensitas penggunaan Instagram maka semakin negatif *body image* dan sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan Instagram maka semakin positif *body image*. Diketahui bahwa kontribusi intensitas penggunaan Instagram sebesar 46,6% dan selebihnya dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diungkap pada penelitian ini, yaitu jenis kelamin dan hubungan interpersonal.

**Kata Kunci:** *body image*, intensitas penggunaan Instagram, remaja

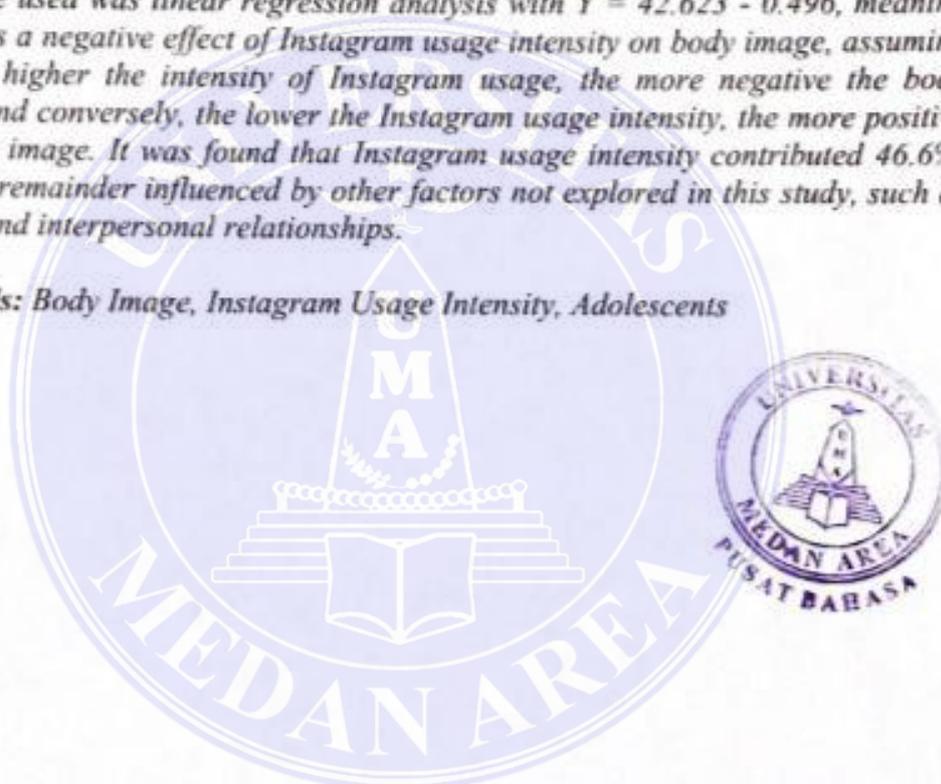
**ABSTRACT**

**THE EFFECT OF INSTAGRAM USAGE INTENSITY ON BODY IMAGE  
AMONG FEMALE ADOLESCENTS AT UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**BY:**  
**DEA RAHMI PUTRI**  
**NPM: 20.860.0056**

*This study aimed to examine whether there is an effect of Instagram usage intensity on body image among female adolescents at Universitas Medan Area. The sample used in this research consisted of 114 students, and the sampling method was purposive sampling. Data collection was conducted using two scales: the Instagram usage intensity scale and the body image scale. The data analysis technique used was linear regression analysis with  $Y = 42.623 - 0.496$ , meaning there was a negative effect of Instagram usage intensity on body image, assuming that the higher the intensity of Instagram usage, the more negative the body image, and conversely, the lower the Instagram usage intensity, the more positive the body image. It was found that Instagram usage intensity contributed 46.6%, with the remainder influenced by other factors not explored in this study, such as gender and interpersonal relationships.*

**Keywords:** *Body Image, Instagram Usage Intensity, Adolescents*



## RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Dea Rahmi Putri yang lahir di Medan 03 Desember 2002. Putri dari Bapak Mulyono dan Ibu Deliana. Penulis merupakan anak kedua dari dua bersaudara.

Penulis memulai pendidikan formal di SD Muhammadiyah 18 Medan pada tahun 2008 dan lulus pada tahun 2014. Kemudian ditahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan ke SMP Muhammadiyah 57 Medan dan lulus pada tahun 2017. Setelah itu ditahun yang sama pula, penulis melanjutkan pendidikan ke tingkat Sekolah Menengah Atas di SMA Swasta Dharmawangsa Medan dan lulus pada tahun 2020. Pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan ke Universitas Medan Area dan terdaftar sebagai mahasiswa S1 UMA dengan Prodi Psikologi. Sampai dengan penulisan skripsi, ini penulis masih terdaftar sebagai salah satu mahasiswa program pendidikan S1 Psikologi Universitas Medan Area.

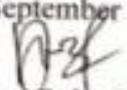
## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan Di Universitas Medan Area**. Ini dapat terusun dengan baik dan dapat diajukan sebagai memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Terima kasih penulis sampaikan kepada Yayasan H. Agus Salim Universitas Medan Area, Bapak Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Se selaku rektor Universitas Medan Area, Ibu Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Ibu Nini Sri Wahyuni S.Psi, M.Pd, M.Psi selaku pembimbing skripsi, . Ibu Merri Hafni S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku penguji, dan ibu Dinda Permata Sari Harahap S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku sekretaris seminar saya, serta ungkapan terimakasih juga disampaikan kepada keluarga, dan sahabat sahabat yang membantu, mendukung, serta mendoakan penulis.

Penulis menyadari bahwa tugas skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Penulis berharap tugas skripsi ini dapat bermanfaat baik untuk kalangan pendidikan maupun masyarakat. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Medan, 2 September 2024

  
Dea Rahmi Putri

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTARCT</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian .....	6
1.4. Hipotesis Penelitian .....	6
1.5. Manfaat Penelitian .....	7
1.5.1. Manfaat Teoritis.....	7
1.5.2. Manfaat Praktisi.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>8</b>
2.1. <i>Body Image</i> .....	8
2.1.1. Defenisi <i>Body Image</i> .....	8
2.1.2. Aspek – Aspek <i>Body Image</i> .....	9
2.1.3. Jenis – Jenis <i>Body Image</i> .....	12
2.1.4. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i> .....	13
2.3. Intensitas Pengguna <i>Instagram</i> .....	15
2.3.1. Defenisi Intensitas Pengguna.....	15
2.3.2. <i>Instagram</i> .....	17
2.3.3. Aspek Intensitas Penggunaan <i>Instagram</i> .....	19

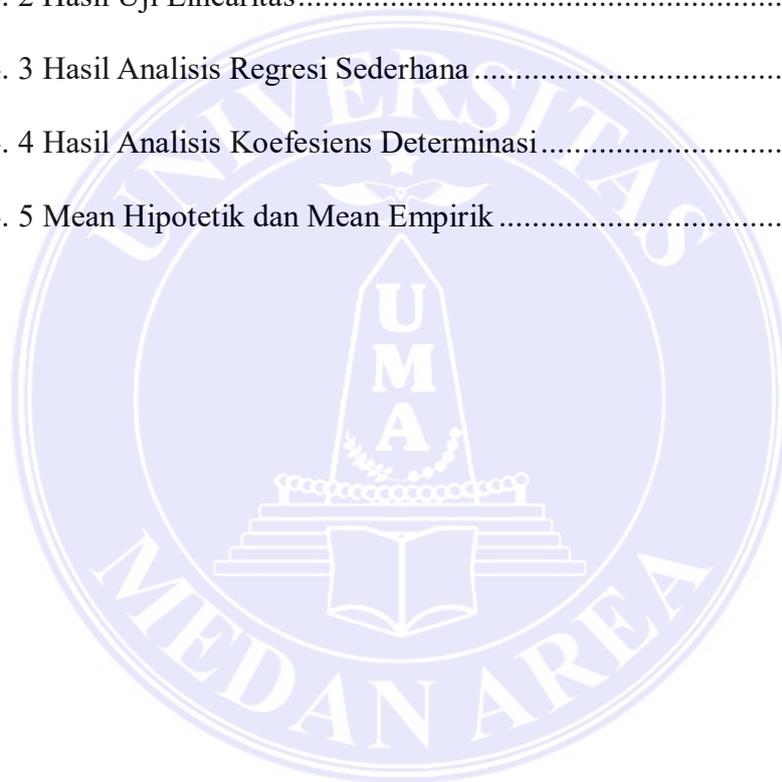
2.3.4 Dampak Penggunaan <i>Instagram</i> .....	20
2.4. Pengaruh <i>Instagram</i> Terhadap <i>Body Image</i> .....	22
2.5. Kerangka Konseptual.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
3.1. Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
3.2. Bahan dan Alat Penelitian .....	25
3.3. Metode Penelitian.....	26
3.3.1. Tipe Penelitian.....	26
3.3.2. Identifikasi variable Penelitian.....	26
3.3.3. Definisi Operasional.....	26
3.4. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	27
3.1. Populasi .....	27
3.2. Sampel.....	27
3.5. Teknik Pengumpulan Data .....	28
3.6. Teknik Analisis Data.....	30
3.6.1. Uji Normalitas .....	30
3.6.2. Uji Linearitas.....	30
7. Prosedur Kerja .....	30
3.7.1. Persiapan Administrasi.....	30
3.7.2. Persiapan Alat Ukur.....	31
3.7.3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	33
3.7.4. Pelaksanaan.....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
4.1. Hasil Penelitian.....	39
4.1.1. Uji Normalitas .....	39
4.1.2. Uji Linearitas.....	40
4.2. Hasil Uji Hipotesis.....	41
4.2.1. Hasil Uji Regresi .....	41
4.2.2. Hasil Analisis Koefisiensi Determinasi.....	42
4.3. Pembahasan.....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
5.1. Kesimpulan.....	49
5.2. Saran .....	49
5.2.1. Saran Kepada Subjek Penelitian.....	50

5.2.2.	Saran Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area .....	50
5.2.3.	Saran Kepada Peneliti Selanjutnya .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>51</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Distribusi Skala Intensitas Penggunaan Instagram Sebelum Uji Coba	32
Tabel 3. 2 Distibusi Skala Body Image Sebelum Uji Coba .....	33
Tabel 3. 3 Distribusi Skala Intensitas Penggunaan Instagram Setelah Uji Coba ..	34
Tabel 3. 4 Distribusi Skala Body Image Setelah Uji Coba .....	37
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas .....	39
Tabel 4. 2 Hasil Uji Linearitas.....	40
Tabel 4. 3 Hasil Analisis Regresi Sederhana .....	41
Tabel 4. 4 Hasil Analisis Koefisiensi Determinasi.....	42
Tabel 4. 5 Mean Hipotetik dan Mean Empirik .....	44



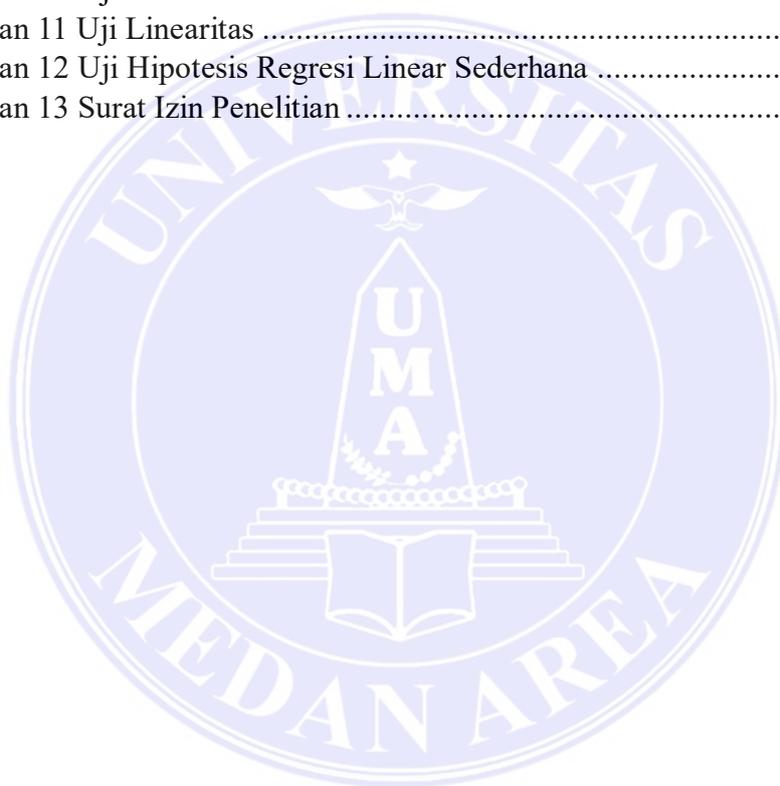
## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 kerangka konseptual .....	24
Gambar 4. 1 Kurva Body Image.....	45
Gambar 4. 2 Kurva Intensitas Penggunaan Instagram.....	45



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembaran Data Screening .....	59
Lampiran 2 Distribusi Data Screening .....	61
Lampiran 3 Skala Body Image .....	66
Lampiran 4 Skala Intensitas Penggunaan Instagram .....	71
Lampiran 5 Data Uji Coba Penelitian Intensitas Penggunaan Instagram .....	76
Lampiran 6 Data Uji Coba Penelitian Body Image .....	78
Lampiran 7 Data Skala Penelitian Body Image .....	80
Lampiran 8 Data Skala Penelitian Intensitas penggunaan Instagram.....	83
Lampiran 9 Uji Validitas dan Reliabilitas .....	86
Lampiran 10 Uji Normalitas.....	91
Lampiran 11 Uji Linearitas .....	93
Lampiran 12 Uji Hipotesis Regresi Linear Sederhana .....	97
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian .....	100



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak – kanak ke masa dewasa, dimana pada masa remaja mengalami perubahan dan pertumbuhan baik secara fisik maupun mental. Perkembangan fisik merupakan salah satu tanda berkembangnya pribadi generasi muda. Secara umum generasi muda sadar akan perubahan yang dialaminya, terutama perubahan pada tubuhnya. Perubahan fisik ini memungkinkan remaja untuk mencintai dan mengevaluasi dirinya sendiri.

Remaja mengalami banyak perubahan, termasuk masa pubertas dan perkembangan fisik yang pesat. Kemampuan dan kepercayaan diri generasi muda akan terpengaruh oleh perkembangan tersebut. Perubahan tubuh remaja merupakan salah satu permasalahan remaja. Perubahan fisik dapat mempengaruhi citra tubuh..

Menurut Arthut dalam (Ridha, 2012) *body image* adalah gambaran subjektif seseorang terhadap tubuhnya sendiri, terutama kaitannya dengan penilaian orang lain dan bagaimana seharusnya tubuhnya sesuai dengan cara berpikir tersebut. Hal ini sejalan dengan Smolak & Thompson (Ifdil et al., 2017) bahwa *body image* dilihat melalui lensa kepuasan tubuh dan penampilan secara keseluruhan, hal ini menunjukkan bahwa *body image* sering bergantung pada pengaruh sosial dan budaya, yang mana mencakup empat aspek: perspektif orang lain, perbandingan dengan orang lain, tanggung jawab pribadi, dan identifikasi dengan orang lain.

Kebanyakan Wanita lebih memperhatikan penampilan mereka dibandingkan aspek lain dari diri mereka, dan banyak tidak suka melihat bayangan dirinya dicerminkan. Perempuan lebih diskriminatif dibandingkan laki-laki, hal ini menunjukkan pengaruh budaya tubuh Perempuan. (Papalia et al., dalam Idris et al., 2017).

Menurut Calasanti (2001), banyak penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa perempuan mengkhawatirkan penampilan dibandingkan laki-laki. Selain itu, laki-laki kurang mementingkan penampilan karena laki-laki mementingkan karakter, status, kekuasaan dan pendapatan, bukan hal yang penting. Tingkat *body image* setiap individu digambarkan dengan sejauh mana individu tersebut merasa puas terhadap bagian tubuh dan penampilan fisik secara umum, sehingga bergantung pada pengaruh sosial budaya. Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* adalah media massa.

Penelitian yang dilakukan oleh Solistiawati & Sitasari (2015) menjelaskan bahwasannya *body image* dapat menyebabkan rasa khawatir pada diri individu yang disebabkan oleh tinggi badan serta berat badan yang tidak sesuai dengan yang diinginkan. Selain itu juga terdapat permasalahan lain yaitu individu merasa bahwa tubuhnya sudah ideal namun terdapat masalah pada wajah yang berjerawat.

*Body image* tidak hanya tentang keindahan dan daya tarik, kekusutan juga digambarkan sebagai efek kontrol diri atau prestasi, persepsi, kepercayaan, dan perasaan tentang penampilan mereka yang lebih mungkin untuk menentukan *body image* mereka daripada karakteristik fisik mereka yang sebenarnya. Bentuk tubuh

dari perempuan menjadi salah satu penilaian apakah perempuan itu termasuk dalam kriteria cantik atau tidak. Dalam konsep ini perempuan dikatakan memiliki kecantikan tidak hanya berdasarkan pada wajahnya yang terlihat cantik, namun juga identik dengan kulit yang putih, mulus, serta juga bentuk tubuh yang memiliki lekukan sesuai dengan standar yang telah dibangun seperti bagian pinggul, bibir, dan juga bagian – bagian tertentu lainnya (Saputra, dkk, 2018).

Seseorang yang memiliki *body image* positif jika mampu menilai diri apa adanya. *Body image* yang positif dapat membuat kondisi psikologis seseorang lebih terjaga. Seseorang tersebut cenderung merasa percaya diri, puas dengan apa yang dimilikinya. Dan tentu saja akan lebih dapat menikmati kehidupannya karena lebih mencintai tubuhnya dan akan menjaga tubuh akan kecukupan nutrisi yang diperlukan (Puspasari et al., 2019).

Hal ini sejalan dengan fenomena yang terjadi, berdasarkan hasil observasi dan wawancara beranggapan bahwa tubuhnya tidak sesuai standar kecantikan karena tidak memiliki kulit yang cerah dan mereka merasa iri suka membanding – bandingkan tubuhnya jika melihat foto atau video pada media ataupun melihat secara langsung dengan tampilan badan yang ideal, sehingga narasumber melakukan diet, mencari informasi mengenai diet di *instagram*. Sebagian narasumber memiliki masalah pada wajahnya seperti timbulnya jerawat yang membuat mereka tidak percaya diri jika melihat wanita lain memiliki wajah yang mulus tanpa jerawat, sehingga narasumber memakai produk kecantikan dan mencari informasi mengenai *skincare* wajah dan mengikuti akun akun kecantikan untuk menyembuhkan permasalahannya.

*Body image* adalah bagaimana cara individu memandang atau menilai tubuhnya. *Body image* yang terjadi pada masa remaja dapat menimbulkan persepsi negatif pada penampilan individu karena bentuk tubuh yang tidak realistis karena bentuk tubuh individu tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, sehingga menyebabkan stress pada individu serta memiliki keinginan untuk mendapatkan tubuh ideal serta penampilan yang sering dilihat di Instagram

Yunus (2015) menyatakan bahwa ada tiga jenis media massa: media elektronik, media cetak, dan media online. Salah satu media sosial yang paling populer adalah *Instagram*. Melalui *Instagram*, pengguna dapat mengunggah berbagai proyek, menulis keluhan, berbagi foto pribadi, dan video pendek, serta menjangkau semua orang melalui media sosial. Instagram terus memperbarui fitur – fiturnya, seperti fitur *live streaming* dan *IGTV*, untuk meningkatkan pengalaman pengguna. Menurut hasil survei *We are Social Instagram* mencapai peringkat kedua dengan 86,6% sedangkan Instagram memiliki lebih dari 99 juta pengguna di Indonesia. Dari hasil yang didapat dari mendalam, Sebagian besar pengguna *Instagram* berusia 18-24 tahun (Hootsuite, 2021).

Herman (Prasetyo, 2019) berpendapat *Instagram* adalah jejaring sosial visual yang digunakan untuk berbagi foto dan video. Banyak sekali fitur edit foto atau video di *Instagram* yang menimbulkan efek yang agak tidak realistis sehingga membuat foto atau video terlihat realistis sehingga akan memakan waktu lama bagi pengguna untuk mengunjungi *Instagram*. Menurut Griffiths (Prasetyo, 2019) berpendapat bahwa seseorang dapat dikatakan kecanduan media sosial *Instagram* jika membuka *Instagram* menjadi suatu aktivitas yang mengendalikan emosi. Perasaan (kebutuhan), dan perilaku. *Royal Society for Public Health* mengatakan

bahwa *instagram* memiliki dampak negative terhadap Kesehatan dan kesejahteraan generasi muda dibandingkan dengan media sosial lainnya. (Evelin & Adishesa, 2020).

Konten visual yang dibagikan oleh individu dapat mendorong pengguna untuk melakukan tindakan bersama pengguna lain di *instagram*. Perbandingan sosial yang negatif dapat berdampak besar pada citra tubuh seseorang. Menurut (Indrawati & Nuswantoro, 2021) penggunaan media sosial yang intens menyebabkan generasi muda membandingkan kehidupannya sendiri dengan kehidupan orang lain sehingga membuat mereka merasa tidak puas atau tidak bahagia dengan masa mudanya. *The Graphic, Visualixation & Usability Center, the Georgia Institute of Technology* menyatakan bahwa seseorang bisa dianggap sebagai *Internet Addiction* apabila mencapai lebih dari 40jam/bulan atau 2 jam/hari atau bisa juga dikatakan sebagai pengguna berat.

Penggunaan *Instagram* yang berlebihan juga dapat mempengaruhi persepsi seseorang terhadap *body Image*, karena seringnya mereka menyajikan berita atau konten yang tidak pantas untuk tubuhnya dan memiliki teman yang mendukung keluhannya dengan pemeriksaan fisik sendiri dapat menimbulkan emosi. Kebahagiaan, kecemasan, kekhawatiran, emosi, dan berujung pada depresi berat (Hasanah & Malia Rahma Hidayati, 2021). Berdasarkan fenomena tersebut, terlihat bahwa intensitas penggunaan sosial media oleh generasi muda dapat berdampak negatif terhadap citra tubuh akibat konten *Instagram*.

Hal ini terlihat dari fenomena yang terjadi dilapangan, berdasarkan hasil wawancara menyatakan bahwa mereka menggunakan Instagram dengan durasi

lebih dari 2 jam sehari, konten yang sering mereka lihat di *Instagram* mengenai olahraga, konten kecantikan, dan konten diet. Hal ini membuat mereka terpengaruh dengan konten-konten yang sering mereka lihat sehingga menciptakan *body image* yang negatif. Menurut Bue (2020), orang yang menggunakan Instagram untuk tujuan berbasis foto mungkin terpengaruh untuk fokus hanya pada bagian tubuh tertentu, baik bagian tersebut adalah gambar dirinya sendiri atau gambar orang lain, elemen yang tidak menarik pada foto tersebut dapat memberikan kecemasan dan keraguan dalam diri individu tersebut.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Intensitas Penggunaan *Instagram* Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan Di Universitas Medan Area”.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada Pengaruh Intensitas Penggunaan *Instagram* Terhadap *Body Image* Pada remaja Perempuan Di Universitas Medan Area.

## 1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Intensitas Penggunaan *Instagram* Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan di Universitas Medan Area.

## 1.4. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut, adanya pengaruh antara *body image* dalam intensitas penggunaan *Instagram*. Dengan asumsi semakin tinggi intensitas penggunaan *instagram* maka semakin negatif *body image*, dan

sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan instagram maka semakin positif *body image*.

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pemahaman tentang pengaruh intensitas penggunaan *Instagram* terhadap *body image* dan menambah wawasan pengetahuan serta referensi ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan.

### **1.5.2. Manfaat Praktisi**

Manfaat praktisi ini bagi subjek penelitian ini dapat memberikan informasi yang mengenai intensitas penggunaan *Instagram* terhadap *body image*. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya, khususnya dalam penelitian yang berkaitan dengan *body image*.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1. *Body Image*

##### 2.1.1. Defenisi *Body Image*

Cash mengemukakan bahwa citra tubuh merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya (dalam Nurvita, 2015). *Body Image* dikemukakan oleh Rombe (2014) merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian positif maupun negatif pada dirinya tersebut.

*Body Image* didefinisikan sebagai perasaan, evaluasi dan persepsi diri seseorang tentang tubuhnya sendiri yang melibatkan penampilan fisik, penampilan wajah, kedewasaan dan fitur tubuh lainnya seperti tinggi dan berat badan (Moeen, Muazzam & Zubair, 2013). Hal ini sejalan dengan penjelasan Seawell dan Burg (2005) bahwa gambaran tubuh adalah konstruk yang multidimensional yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *body image* merupakan bagaimana individu mengevaluasi tubuhnya sendiri yang meliputi bentuk tubuh, ukuran tubuh, berat badan yang mengarah kepada penampilan fisik sehingga dapat dapat menimbulkan penilain positif atau negatif pada dirinya.

### 2.1.2. Aspek – Aspek *Body Image*

Cash (Husna, 2013) mengungkapkan ada lima aspek *body image* yang dijelaskan berikut :

- a. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan) Evaluasi penampilan adalah ulasan terhadap penampilan secara keseluruhan kepada tubuh. Penilaian tingkat kepuasan maupun ketidakpuasan terhadap penampilan secara keseluruhan, apakah individu merasa bahagia dan sudah memiliki bentuk tubuh yang sesuai dengan keinginan individu.
- b. *Appearance orientation* (orientasi penampilan) Orientasi penampilan didefinisikan sebagai pandangan seseorang yang paling mendasar terhadap penampilannya dan upaya individu untuk memperbaiki penampilannya sebaik mungkin dengan cara perawatan maupun memodifikasi penampilannya.
- c. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) Kepuasan terhadap bagian tubuh adalah untuk mengukur kepuasan individu secara menyeluruh kepada setiap bagian tubuh dari bagian tubuh atas, bagian tengah sampai bagian tubuh paling bawah yang bersifat subjektif terhadap penampilan fisiknya.
- d. *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) Kecemasan menjadi gemuk adalah kecemasan dan ketakutan seseorang menjadi gemuk atau bertambahnya berat badan yang menyebabkan seorang individu fokus untuk menurunkan berat badan dengan mengurangi porsi makannya.
- e. *Self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) Pengkategorian ukuran tubuh adalah mengklasifikasikan dan mengelompokkan bagian tubuh sesuai

dengan ukuran tubuh dari kurus sampai gemuk. Individu hanya membandingkan dengan ego terhadap standar ideal yang berlaku di masyarakat.

Selain itu, Cash dan Smolak (2011) mengemukakan bahwa ada empat aspek terkait dengan *body image*, yaitu:

- 1 *Global Subjective Satisfaction* Komponen kepuasan subjektif global dikonsepsikan sebagai sebuah cara bagi individu untuk mengevaluasi secara keseluruhan, hal ini berkaitan dengan persepsi atau ketepatan individu dalam melakukan penilaian terhadap ukuran, bentuk, dan berat badan. Komponen adalah salah satu pertanyaan bagi individu, apakah invidu menilai bentuk tubuh yang menarik atau tidak, memuaskan atau tidak memuaskan, serta nyaman atau tidak nyaman.
- 2 *Affective Distress Regarding Appearance* Komponen afektif berkaitan dengan emosi atau perasaan individu yang berkaitan dengan penampilan. Hal-hal yang berkaitan dengan komponen afektif ini bisa dari tekanan, kecemasan, dan perasaan individu dengan penampilan dan bentuk fisik.
- 3 *Cognitive Aspect Of Body Image* Komponen kognitif adalah suatu komponen yang berkaitan dengan body image seperti skema penampilan, believes (kepercayaan) atau suatu pemikiran yang menyimpang terhadap tubuh, serta investasi kognitif dalam penampilan.
- 4 *Behavioral aspect Of Body Image* Komponen perilaku merupakan hasil dari ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuh. Hal ini sering dilakukan oleh seseorang dengan cara menghindari perilaku tertentu, sehingga muncul

perilaku baru seperti pola makan yang tidak wajar, olahraga berlebihan, dan hal ekstrim yang dilakukan seseorang adalah mengisolasi diri karena merasa bentuk tubuh tidak sesuai dengan harapan.

Menurut Thompson (Utami, 2014), menjelaskan aspek-aspek *dalam body image*, yaitu:

- a. Persepsi terhadap bagian-bagian tubuh Tentang apa yang dipikirkan oleh individu mengenai keadaan tubuhnya dan merupakan ketepatan individu dalam mempersepsi atau memperkirakan ukuran tubuhnya.
- b. Penampilan secara keseluruhan tentang individu menyikapi bagaimana keadaan tubuhnya yang berkaitan dengan kepuasan atau ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya.
- c. Perbandingan dengan orang lain Tentang cara individu bagaimana membandingkan dirinya dengan orang lain, pada situasi ini dapat menyebabkan individu mengalami ketidaknyamanan yang berhubungan dengan penampilan fisik.
- d. Sosial budaya masyarakat akan menilai apa yang baik dan tidak baik dalam hal citra tubuh atau *body image*. Trend yang berlaku di masyarakat berpengaruh terhadap *body image* individu. Trend tentang bentuk tubuh ideal dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan aspek - aspek *body image* yaitu *Appearance evaluation* (Evaluasi penampilan), *Appearance orientation* (orientasi penampilan), *Body area satisfaction* (Kepuasan terhadap bagian tubuh),

*overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weigh* (pengkategorian ukuran tubuh).

### 2.1.3. Jenis – Jenis *Body Image*

(Cash & Smolak, 2011) menyebutkan terdapat dua *jenis body image* yaitu *body image* positif dan *body image* negatif, yang masing-masing memiliki ciri-ciri:

#### a. *Body Image* Positif

1. Individu mengapresiasi bentuk tubuhnya dengan menghargai fungsi, kesehatan, dan bagian-bagian tubuhnya.
2. Individu menerima, merasa nyaman dan mencintai tubuhnya dengan memilih untuk fokus pada aset tubuh daripada kekurangan tubuhnya.
3. Individu merasa senang dengan diri sendiri, bersikap optimis dan selalu merasa bahagia.
4. Individu merasa percaya diri dengan keunikan tubuhnya dan percaya bahwa kecantikan seseorang terpancar dari dalam diri bukan hanya memikirkan tentang berat dan bentuk tubuh.
5. Individu menyadari bahwa gambar di media tidak realistis dan palsu.

#### b. *Body Image* Negatif

1. Individu tidak menyukai bagian-bagian tertentu dari dirinya.
2. Individu tidak merasa bahagia ketika berat badannya tidak ideal.
3. Individu merasa tidak nyaman dengan seluruh bagian tubuhnya.

4. Individu mencemaskan bagian tubuhnya yang menurutnya tidak sesuai dengan standar kecantikan.
5. Individu selalu membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain tanpa memperhatikan kelebihan yang dia miliki.

#### **2.1.4. Faktor Yang Mempengaruhi *Body Image***

Menurut Thompson ( Ridha, 2012) faktor-faktor pembentuk citra tubuh pada diri individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- 1 Pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus  
Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginya.
- 2 Budaya  
Adanya pengaruh disekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik.
- 3 Siklus  
Hidup Pada dasar Individu menginginkan untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masa lalu.
- 4 Masa Kehamilan  
Proses dimana individu bisa menjaga masa tumbuh kembang anak dalam kandungan, tanpa ada peristiwa-peristiwa pada masa kehamilan.
- 5 Sosialisasi  
Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh didalamnya.

## 6 Konsep diri

Gambaran Individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial. Peran gender Dalam hal ini peran orang tua sangat penting bagi citra tubuh individu, sehingga menjadikan individu lebih cepat terpengaruh h. Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk.

Menurut Cash dan Pruzinsky (Muhar dkk, 2022) beberapa faktor yang membentuk citra tubuh, yaitu:

### 1. Media Massa

Yunus (2015) mengemukakan bahwasanya media massa terbagikannya jadi 3 macam, yakni media elektronik, cetak, serta juga online. Media online ialah bentuk media berbasis komputer dan internet yang meliputi website, portal berita, radio online, televisi online, dan media sosial.

Media masa seperti televisi, internet, dan majalah seringkali menggambarkan orang yang memiliki bentuk tubuh ideal dan menarik lebih mudah diterima daripada orang yang memiliki tubuh rata-rata, hal tersebut membuat remaja dan dewasa muda dengan mudah dipengaruhi oleh penggambaran citra tubuh seperti itu.

Media masa dapat dengan cepat menciptakan citra perempuan kurus dan langsing melalui media majalah fashion, yang telah terbukti memiliki efek negatif kepada perempuan yakni perempuan menjadi lebih sensitif terhadap berat badan, suasana hati yang negatif, ketidakpuasan terhadap tubuh mereka dan penurunan persepsi daya tarik diri mereka

## 2. Jenis Kelamin

Jenis kelamin memberikan pengaruh terhadap pandangan seseorang mengenai *body image*. Wanita lebih sering memperhatikan penampilan tubuhnya, sedangkan pria lebih fokus terhadap pikirannya. Hal tersebut dikarenakan pria tidak melakukan evaluasi terhadap penampilannya secara rutin dan tidak memperdulikan pandangan orang lain mengenai tubuhnya.

## 3. Hubungan Interpersonal

Pada dasarnya hubungan interpersonal terjadi karena adanya komunikasi antara dua orang atau lebih, dan ketika berkomunikasi tentu akan saling memberikan respon. Respon yang di dapat ketika melakukan komunikasi ingterpersonal ternyata berhubungan terhadap konsep diri termasuk bagaimana perasaan seseorang terhadap penampilan fisiknya.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi *body image* meliputi media masa, jenis kelamin, dan hubungan interpersonal.

### 2.3. Intensitas Pengguna *Instagram*

#### 2.3.1. Defenisi Intensitas Pengguna

Seseorang melakukan suatu kegiatan karena adanya keinginan batin sendiri, dan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus sering disebut dengan intensif. Intensitas juga berkaitan dengan frekuensi, khususnya seberapa sering aktivitas tersebut terjadi. Dalam kamus Psikologi, intensitas merujuk pada kekuatan perilaku yang ditunjukkan (Reber & Reber, 2010).

Dalam Kamus Besar bahasa Indonesia (KBBI) dengan intensitas yaitu keadaan tingkat atau skala intensitas. Lalu kata pengguna berarti proses, metode, tindakan, penggunaan sesuatu, pemakaian. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan adalah total kekuatan perilaku yang dilepaskan oleh level tersebut harus menggunakan sesuatu dengan intensitas yaitu keadaan tingkat atau skala intensitas.

Menurut Wulandari (2000) intensitas mengacu pada penggunaan waktu untuk melakukan aktivitas (durasi) dengan jumlah ulangan tertentu dalam jangka waktu tertentu (frekuensi). Frekuensi adalah seberapa sering atau seberapa banyak jumlah pemakaian sesuatu dalam jangka waktu tertentu dan durasi adalah seberapa lama seorang individu melakukan sesuatu (Depdiknas, 2011).

Berdasarkan intensitas internet yang digunakan the graphic, visualization and usability center, *the Georgia Institute of Technology* (2014) menggolongkan menjadi tiga kategori, yakni:

- a. Heavy user (lebih dari 40 jam perbulan)
- b. Medium user (10-40 jam perbulan)
- c. Light user (kurang dari 10 jam perbulan)

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan merujuk pada besarnya kekuatan perilaku yang ditunjukkan, durasi waktu yang dihabiskan untuk menggunakan sesuatu, dan tingkat seberapa sering individu melakukan pengulangan perilaku.

### 2.3.2. Instagram

*Instagram* adalah sebuah aplikasi berbagi foto dan video yang memungkinkan pengguna mengambil foto, mengambil video, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk milik Instagram sendiri (Aditya, 2015).

Tujuan umum dari Instagram itu sendiri salah satunya yakni sebagai sarana kegemaran dari masing-masing individu yang ingin mempublikasikan kegiatan, barang, tempat atau pun dirinya sendiri kedalam bentuk foto. Hal tersebut menjadi menarik jika dikaitkan dengan konsep eksistensi remaja dalam *instagram*, apakah menggunakan sebagai ajang pamer atau yang lainnya.

Ada beberapa kegiatan yang dapat dilakukan para pengguna di aplikasi Instagram yakni:

- a. Mengunggah foto dan video Pengguna dapat mengunggah foto dan video yang akan tersimpan kedalam akun pengguna secara otomatis. Pengguna juga dapat menambahkan filter yang tersedia di aplikasi sebelum mengunggah foto maupun video ke akun Instagram sesuai keinginan.
- b. Pencarian foto dan video Pengguna dapat mencari foto dan video dari pengguna lain, baik yang diikuti maupun tidak. Pengguna juga dapat berinteraksi dengan pengguna lain yang mengunggah foto atau video yang tidak diikuti dengan meninggalkan komentar di postingan.
- c. Membagikan foto dan video dalam *Instastory* Pengguna dapat berbagi foto atau video menggunakan fitur *story* dalam aplikasi. Pengguna juga dapat

berkreasi dengan menambahkan teks, stiker, lagu, menggambar dan bisa menambahkan efek yang disukai.

- d. Melakukan *live video* Instagram juga memerikan fitur siaran video secara langsung, agar pengguna dapat berinteraksi dengan pengikutnya. Selain itu, pengguna juga dapat melakukan siaran langsung bersama dengan pengguna lain dan dapat memberi komentar selama siaran berlangsung.
- e. Mengirim pesan Fitur dm (*direct message*) memungkinkan pengguna untuk bertukar pesan secara pribadi. Pengguna juga dapat mengirim foto atau video yang dilihat di Instagram kepada pengguna lain melalui fitur ini.
- f. Melihat *story* atau *live video* Pengguna dapat melihat *story* dan siaran langsung dari pengguna lain melalui panel yang sudah disediakan dalam aplikasi.
- g. Mencari informasi Selain berbagi foto, video, atau *story*, pengguna dapat melihat hal tersebut melalui *fitur explore*. Pengguna juga dapat mencari informasi yang diminati melalui hashtag yang ada di fitur pencarian.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *Instagram* merupakan aplikasi berbagi foto, dan video. Adapun kegiatan yang dilakukan oleh pengguna *instagram* seperti mengunggah foto dan video, mencari foto dan video dari pengguna lain, membagikan foto dan video dalam *instastory*, melakukan *live video*, mengirim pesan melalui dm (*direct message*), melihat *story* dan *live video*, dan mencari informasi.

### 2.3.3. Aspek Intensitas Penggunaan *Instagram*

Menurut Del Bario (dalam Andarwati, 2016) mengemukakan aspek intensitas yaitu *attention* (perhatian), *comprehension* (penghayatan), *duration* (durasi), *frequency* (frekuensi) dalam menggunakan internet.

- a. *Attention* (perhatian) Perhatian adalah aktivitas individu sesuai dengan minat yang ingin dilakukan karena memiliki ketertarikan terhadap aktivitas tersebut. Seseorang memiliki perhatian terhadap media sosial sehingga individu dapat menikmati aktivitas saat mengakses media sosial
- b. *Comprehension* (penghayatan) Penghayatan adalah proses individu untuk memahami, menikmati, dan menyimpan informasi dari pengalaman mengakses media sosial sebagai pengetahuan individu.
- c. *Frequency* (frekuensi) Frekuensi adalah seberapa sering seorang individu menggunakan internet dengan tujuan tertentu. Frekuensi penggunaan dinyatakan dalam satuan kurun waktu misal perhari, perminggu, perbulan. Menurut kriteria pengukuran yang digunakan oleh Juditha (2011) adalah kategori tinggi  $> 4$  kali/hari dan rendah  $< 4$  kali/hari.
- d. *Duration* (durasi) Durasi adalah seberapa lama waktu yang digunakan individu untuk mengakses internet dengan tujuan tertentu. Durasi dinyatakan dalam satuan kurun waktu misal per menit, per jam. Menurut kriteria 26 pengukuran yang digunakan oleh Juditha (2011) adalah kategori tinggi  $> 2$  jam/hari dan rendah  $< 2$  jam/hari.

Sejalan dengan itu, Tubbs dan Moss (Sukmaraga, 2018) menyatakan bahwa intensitas dalam bermedia sosial dipengaruhi oleh jumlah waktu yang dihabiskan

individu saat menggunakan media sosial. Jumlah waktu tersebut dilihat melalui durasi yang dihabiskan serta frekuensi yang dilakukan saat menggunakan media sosial

Sementara itu, Olufadi (2015) menjelaskan bahwa terdapat 5 aspek untuk mengukur waktu yang digunakan dalam intensitas media sosial yaitu; relaksasi dan periode waktu luang, periode terkait keperluan akademik, penggunaan di tempat umum, periode terkait stress, dan motif penggunaan.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan aspek intensitas penggunaan yaitu *attention* (perhatian), *comprehension* (penghayatan), *duration* (durasi), *frequency* (frekuensi) dalam menggunakan internet.

#### **2.3.4 Dampak Penggunaan Instagram**

Dampak penggunaan media sosial baik secara umum maupun secara khusus aplikasi *Instagram* (Amedie, 2015):

##### **a. Dampak positif**

- 1) Memudahkan individu membentuk komunitas yang memiliki bakat dan minat sama untuk mengembangkan potensi diri melalui postingan yang diunggah ke akun Instagram.
- 2) Media sosial juga dapat menjadi sarana pemasaran produk bagi seseorang dalam bentuk iklan sehingga mendorong pengguna akun berdiskusi atau bahkan membeli produk tersebut.
- 3) Media sosial menyebarkan informasi lebih cepat daripada media yang bersifat konvensional.

- 4) Membantu pengguna menyebarluaskan konten yang telah dibuat melalui aplikasi atau layanan yang tersedia.
- 5) Mempermudah pengguna berinteraksi dengan teman, keluarga, kolega, dan kerabat atau bahkan membuat pertemanan dengan orang diseluruh dunia.
- 6) Mempermudah pengguna menggunakan fitur Instagram untuk mencari informasi yang disukai melalui konten yang diunggah pengguna lain.

b. Dampak Negatif

- 1) Kecemasan Kecemasan disebabkan oleh stress yang ditimbulkan karena keinginan individu untuk terus membentuk citra diri sesuai dengan konsep kesempurnaan yang tidak dapat dicapai melalui media sosial.
- 2) Depresi Depresi disebabkan oleh stress yang terus-menerus dan berkelanjutan. Hal ini terjadi karena individu tidak mampu membangun keintiman, sehingga seseorang cenderung menunjukkan sisi bahagia daripada harus menjadi diri sendiri.
- 3) Aktivitas kriminal Media sosial juga menjadi salah satu tempat orang untuk melakukan kriminal seperti *cyber bullying*, penipuan, dan pemasaran barang terlarang. Selain itu, hanya demi pakaian yang dilihat di media sosial ada yang rela mencuri.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa penggunaan Instagram memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positif dari penggunaan Instagram berupa memudahkan individu dalam membentuk komunitas, menjadi sarana pemasaran produk, menyebarkan informasi lebih cepat, membantu pengguna

menyebarkan konten, mempermudah berinteraksi, dan mempermudah dalam mencari informasi. Sedangkan dampak negatif dari penggunaan media sosial adalah dapat menyebabkan kecemasan, dapat menyebabkan depresi, dan dapat menjadi salah satu tempat untuk melakukan tindakan kriminal.

#### 2.4. Pengaruh *Instagram* Terhadap *Body Image*

Kepopuleran *Instagram* kemudian dimanfaatkan untuk media iklan dan promosi yang menyebabkan kemunculan *selebgram* (selebritis *Instagram*). Tidak sedikit jumlah *selebgram* yang menampilkan figur tubuh ideal sehingga muncul istilah '*body goals*' yang merujuk pada instensi untuk membuat bentuk tubuh serupa dengan target yang disebut sebagai '*body goals*'.

Menurut Wood (Martanatasha & Primadini, 2019) informasi diri perbandingan sosial dapat memengaruhi perasaan, tujuan, tindakan, serta bagaimana seseorang melihat dan mengevaluasi diri sendiri dengan orang lain. Berdasarkan hasil analisis data dan penelitian yang telah dilakukan, maka hasil penelitian tersebut dapat dikatakan terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat terpaan media sosial *Instagram* dengan tingkat persepsi mengenai *Body Image*. menurunkan citra tubuh, gambar-gambar yang menunjukkan sosok 'tubuh ideal' dapat menyebabkan peningkatan suasana hati (*mood*) negatif dan menurunkan harga diri (*self-esteem*) (Aristantya & Helmi, 2019).

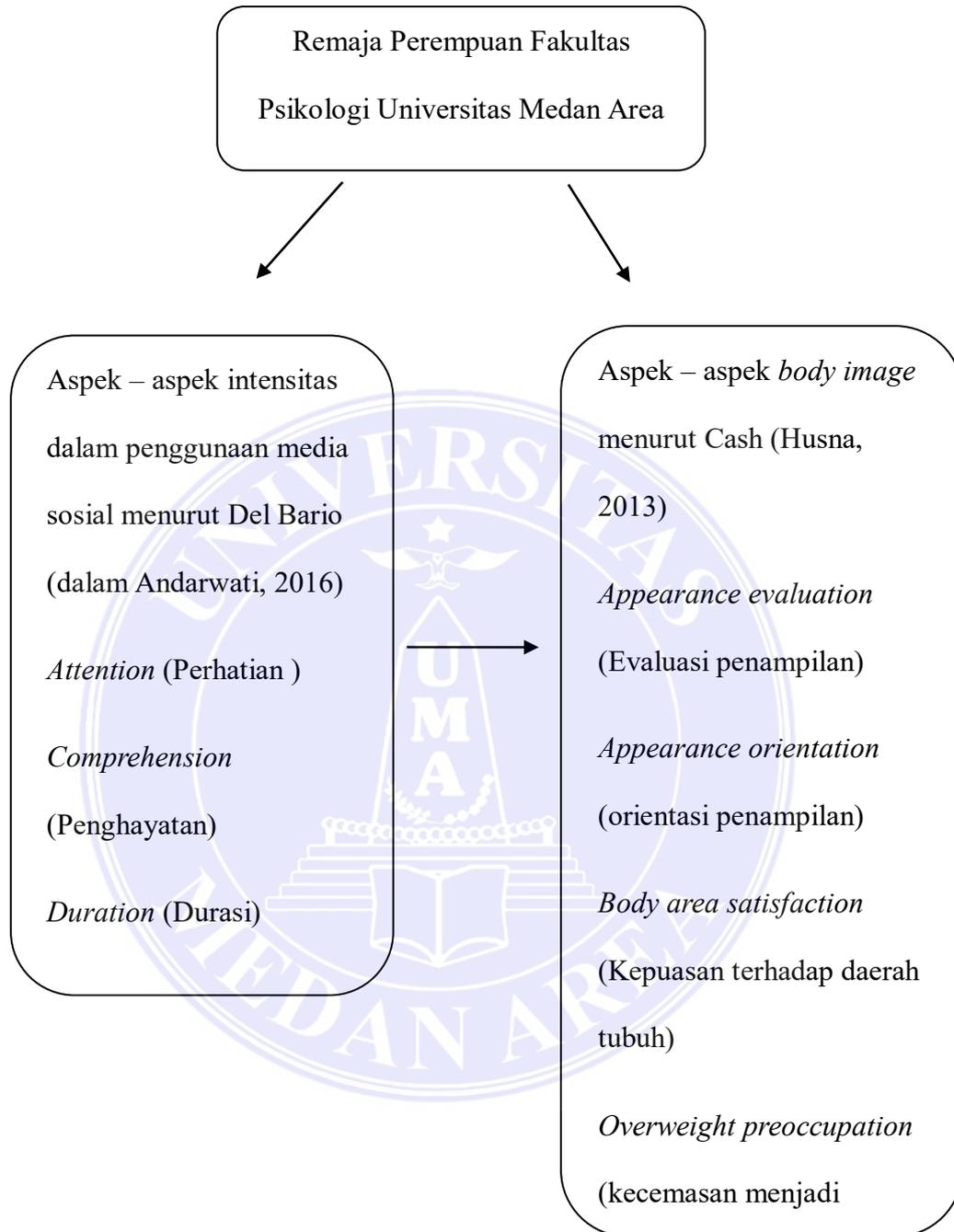
Riset terkait dengan pengaruh *Instagram* terhadap *body image* pada remaja Perempuan telah banyak dilakukan sebelumnya. Prieler dan Choi (2014) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa sebanyak 317 responden remaja putri di Sekolah Menengah Michigan yang aktif menggunakan media sosial dengan

minimal penggunaan 3 tahun mengalami ketidakpuasan dengan bentuk tubuhnya. Namun hasil penelitian berbeda dengan hasil penelitian Mustikasari dan Rahayu (2020) ini menandakan bahwa aktivitas penggunaan Instagram tidak berpengaruh terhadap *body image*. Berdasarkan penelitian Papadimitropoulou (2019) tentang *body image* menjelaskan bahwa waktu yang terbuang menggunakan *Instagram* juga tidak memengaruhi citra tubuh.

Dengan demikian banyak remaja perempuan melakukan perbandingan sosial. Biasanya membandingkan sesuatu yang ada pada dirinya dengan orang lain yang mereka anggap lebih baik dari dirinya dan tak banyak juga yang kehilangan rasa kepercayaan dirinya. Namun, Sosial media tidak hanya menimbulkan respon negative tetapi juga dapat menimbulkan respon citra tubuh positif, walau pun citra tubuh negatif lebih banyak dialami oleh remaja dibandingkan dengan respon citra tubuh positif.

*Body Image* yang dimiliki oleh seseorang kebanyakan mengarah kepada *Body Image* negatif, dengan demikian seseorang yang sedang mengalami *Body Image* negatif perlu mendapat bimbingan dan dukungan dari lingkungan sekitar agar *Body Image* negatif yang mencul pada dirinya dapat berubah menjadi *Body Image* yang positif (Roainina Bimbingan Dan Konseling & Keguruan Ilmu Pendidikan,n.d.).

## 2.5. Kerangka Konseptual



Gambar 2. 1 kerangka konseptual

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1. Waktu dan Tempat Penelitian

##### 3.1.1. Waktu Penelitian

No	Kegiatan	2023				2024							
		Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agu
1.	Prasurvey												
2.	Observasi												
3.	Wawancara												
4.	Penyebaran Angket												
5.	Analisis Data												

Pada tanggal 25 September hingga 30 September 2023 dilakukan presurvey penelitian, Dimana pada tahap ini dilakukan observasi dan wawancara. Kemudian pada bulan September hingga November 2023 dilakukan penyusunan bab 1 hingga bab 3. Pada tanggal 8 Mei 2024 hingga 18 Mei 2024 dilakukan pengambilan data terhadap Mahasiswi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Pada tanggal 20 Mei 2024 hingga 25 Mei 2024 dilakukan uji analisis data yang terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, serta uji analisis regresi linear sederhana

##### 3.1.2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada 13 Mei 2024 sampai dengan 20 Mei 2024 Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

#### 3.2. Bahan dan Alat Penelitian

Adapun bahan dan alat diperlukan dalam pengumpulan data penelitian ini yaitu menggunakan dua skala psikologi yakni skala intensitas penggunaan *Instagram* dan skala *body image*, alat tulis seperti pena, laptop dan internet

Di dalam penelitian ini terdapat dua skala yang digunakan, yaitu skala *body image* dan intensitas penggunaan Instagram. Pada skala *body image* menggunakan aspek aspek *body image* yaitu *apreance evaluation* (evaluasi penampilan), *apreance orientation* (orientasi penampilan), *body area saticfaction* (kepuasan terhadap daerah tubuh), *overweight preoccupatation* (kecemasan menjadi gemuk). Pada skala intensitas penggunaan Instagram menggunakan aspek aspek intensitas penggunaan Instagram yaitu *attention* (perhatian), *comprehension* (penghayatan), *duration* (durasi).

### 3.3. Metode Penelitian

#### 3.3.1. Tipe Penelitian

Tipe penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang dilaksanakan dengan cara terstruktur dan sistematis untuk mengidentifikasi sebuah fenomena masalah yang sedang berlangsung. Menurut Creswell (2013) Penelitian kuantitatif adalah suatu metode pengujian teori dengan cara meneliti secara objektif hubungan antar variabel yang dapat diukur, sehingga data yang diperoleh dapat dianalisis secara statistik.

#### 3.3.2. Identifikasi variable Penelitian

Penelitian ini terdapat dua variable yang dapat dibedakan sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (x) : Intensitas Penggunaan *Instagram*
2. Variabel Terikat (y) : *Body Image*

#### 3.3.3. Definisi Operasional

1. Intensitas Penggunaan *Instagram*

Intensitas penggunaan instagram adalah besarnya kekuatan perilaku yang ditunjukkan, durasi waktu yang dihabiskan untuk menggunakan Instagram. Aspek intensitas adalah *Attention* (perhatian), *Comprehension* (penghayatan), *Duration* (durasi), dan *Frequency* (frekuensi).

## 2. *Body Image*

*Body image* merupakan pengalaman individu mengevaluasi tubuhnya sendiri yang meliputi bentuk tubuh, ukuran tubuh, berat badan yang mengarah kepada penampilan fisik sehingga dapat dapat menimbulkan penilaian positif atau negatif pada dirinya. Adapun aspek *body image* yakni, *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh).

### 3.4. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

#### 3.1. Populasi

Populasi adalah objek / subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu untuk dipelajari yang selanjutnya ditarik kesimpulannya Sugiyono (2016). Menurut Arikunto (2010) populasi adalah unit Analisa yang ciri – cirinya dapat di prediksi dengan jumlah keseluruhannya.. populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi stambuk 2022, berjumlah 258 mahasiswi.

#### 3.2. Sampel

Menurut Sugiyono (2016) sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel juga bisa dikatakan

sebagai populasi yang dipilih dengan prosedur tertentu guna dapat menghasilkan populasi yang representatif. Peneliti melakukan melakukan *screening test* sebelum pengambilan sampel untuk mengetahui mahasiswi mana saja yang masuk dalam kriteria untuk menjadi penelitian ini. Penelitian ini menggunakan Teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* merupakan pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan untuk dapat menentukan jumlah sampel yang akan diteliti, Adapun yang menjadi karakteristik sampel penelitian yaitu:

1. Melihat atau mengikuti konten kecantikan di Instagram
2. Menghabiskan waktu lebih dari 2jam sehari dalam bermain Instagram

Berdasarkan karakteristik diatas didapatkan jumlah sampel dalam penelitian ini sejumlah 114 orang.

### **3.5. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik kuantitatif, yaitu dengan menggunakan skala psikologis. Menurut Sugiyono (2016) skala psikologi merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body image*, dan skala intensitas penggunaan *instagram*. Kuesioner ini menggunakan skala likert dengan pilihan jawaban serta skor yang mempunyai empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (STS), dan sangat tidak

setuju (STS). Skala disajikan sakam bentuk pernyataan favorable (mendukung) dan unfavorable (tidak mendukung).

### 1. *Body Image*

Skala dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek – aspek *body image* yang terdiri dari *Appearance evaluation* (Evaluasi penampilan), *Appearance orientation* (orientasi penampilan), *Body area satisfaction* (Kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weigh* (pengkategorian ukuran tubuh). Penilaian skala *body image* dibuat dalam bentuk skala Likert yang terdiri dari pernyataan dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan favourable(mendukung) dan unfavourable (tidak mendukung). Penilaian butir dari favourable bergerak dari nilai 4 untuk jawaban “SS”, nilai 3 untuk jawaban “S”, 2 untuk jawaban “TS”, dan nilai 1 untuk jawaban “STS”.

### 2. Intensitas penggunaan *Instagram*

Skala dalam penelitian ini disusun berdasar kan aspek -aspek intensitas penggunaan Instagram yang terdiri dari *attention* (perhatian), *comprehension* (penghayatan), *duration* (durasi), *frequency* (frekuensi) dalam menggunakan internet. Penilaian skala intensitas penggunaan *Instagram* dibuat dalam bentuk skala Likert yang terdiri dari pernyataan dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan favourable(mendukung) dan unfavourable (tidak mendukung). Penilaian butir dari favourable bergerak dari

nilai 4 untuk jawaban “SS”, nilai 3 untuk jawaban “S”, 2 untuk jawaban “TS”, dan nilai 1 untuk jawaban “STS”.

### **3.6. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah alat untuk mengolah serta menginterpretasikan data guna melakukan uji benarnya hipotesa serta mengambil simpulan. Metode analisis data yang mana digunakan ialah analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh intensitas penggunaan *instagram* terhadap *body image* pada remaja Perempuan. Analisis data menggunakan IBM SPSS 25 dengan terlebih dahulu melakukan uji asumsi yang meliputi:

#### **3.6.1. Uji Normalitas**

Uji normalitas bertujuan untuk melihat apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel sudah menyebar secara normal. Ada dua cara untuk mendeteksi apakah residual berdistribusi normal atau tidak, yaitu dengan analisis grafik dan uji statistik menggunakan IBM SPSS Statistik 25.

#### **3.6.2. Uji Linearitas**

Uji linearitas yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung dan di uji statistik menggunakan IBM SPSS Statistik 25.

## **7 Prosedur Kerja**

### **3.7.1. Persiapan Administrasi**

Pada tahap persiapan, Adapun yang dilakukan adalah mengajukan surat izin untuk melaksanakan penelitian ke bagian administrasi program studi psikologi Universitas Medan Area untuk melakukan kegiatan awal yakni wawancara guna

menggali masalah atau mengetahui fenomena yang ada dilapangan, sehingga terbentuknya sebuah judul penelitian ini.

### 3.7.2. Persiapan Alat Ukur

Pada tahap persiapan alat ukur, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan nantinya. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah adalah skala *body image* dan skala intensitas penggunaan *instagram*. Peneliti melakukan uji coba sebelum memberikan skala penelitian pada subjek penelitian. Adapun proses uji coba yang dilakukan yaitu memberikan skala penelitian dalam bentuk *g-form* 30 mahasiswa stambuk 2022 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang memiliki kriteria hampir sama dengan subjek. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk mengungkap apakah alat ukur layak digunakan untuk mengukur setiap indikator yang ada didalam variabel. Peneliti menggunakan alat ukur intensitas penggunaan *instagram* dan *body image*. Skala intensitas penggunaan *Instagram* disusun menurut aspek – aspek, yaitu *attention* (perhatian), *comprehension* (penghayatan), *duration* (durasi), *frequency* (frekuensi). Skala intensitas penggunaan Instagram meliputi 36 item pernyataan, yang terdiri atas 18 item *favourable* dan 18 item *unfavourabel*.

**Tabel 3. 1 Distribusi Skala Intensitas Penggunaan *Instagram* Sebelum Uji Coba**

Aspek	Indikator	Item		Total
		Favourabel	Unfavourabel	
Perhatian	Ketertarikan individu pada media sosial	1,11,21,34	5,16,28,36	8
	Mengetahui aktivitas yang disenangin di instagram	2,7,22,31	4,14,18,26	8
Penghayatan	Memahami informasi yang didapatkan dari instagram	3,17,30	6,15,23	6
Durasi	Lamanya rentang dalam mengakses instagram	8,12,33	10,20,24	6
Frekuensi	Interval waktu mengakses sosial media	13,19,25,32	9,27,29,35	8
Total		18	18	36

Selanjutnya skala *body image* disusun menurut aspek – aspek yaitu, *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), *self-classified weight*

(pengkategorian ukuran tubuh). Yang terdiri atas 20 item *favourable* dan 20 item *unfavourabel*.

**Tabel 3. 2 Distribusi Skala *Body Image* Sebelum Uji Coba**

Aspek	Indikator	Item		Total
		favourabel	unfavorable	
evaluasi penampilan	Perasaan menarik atau tidak menarik	2,13,28	10,20,26	6
	Kepuasan dan ketidakpuasan penampilan diri	1,19,27	11,15,25	6
orientasi penampilan	Mengukur perhatian individu terhadap penampilannya	3,18,24,40	12,21,29,33	8
kepuasan area tubuh	Mengukur kepuasan area tubuh tertentu	9,23,32,35	4,16,30,38	8
kecemasan menjadi gemuk	Menggambarkan kecemasan akan berat badan	7,17,31	5,22,37	6
persepsi terhadap tubuh	Mengukur penilaian orang terhadap diri	8,14,36	6,34,39	6
Total		20	20	40

### 3.7.3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Uji coba dilakukan kepada 30 mahasiswi dengan melakukan penyebaran kuesioner skala intensitas penggunaan *instagram* dan intensitas *body image*. Setelah melakukan penyebaran kuesioner, selanjutnya melakukan skoring terhadap data responden dan di input kedalam *Ms. Excel*. Pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini dibantu dengan program *SPSS*.

a. Skala Intensitas Penggunaan Instagram Setelah Uji Coba

Skala ini meliputi 18 item *favourable* dan 18 item *unfavourable*, sehingga jumlah item yang diujikan sebanyak 36 item. Terdapat 5 item yang gugur yaitu nomor 4,10,12,15,24. Sedangkan 31 item sisanya dinyatakan valid. Hasil pengujiannya dilihat sebagai berikut:



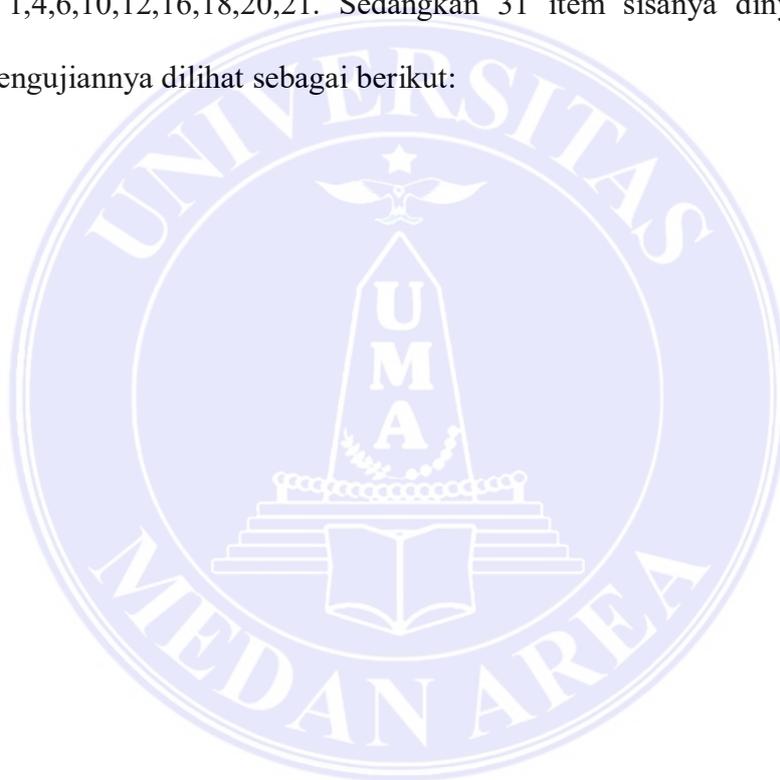
**Tabel 3. 3 Distribusi Skala Intensitas Penggunaan *Instagram* Setelah Uji Coba**

Aspek	indikator	Item				Total
		Favourable		Unfavourable		
		valid	Gugur	Valid	Gugur	
Perhatian	Individu dapat mengetahui ketertarikannya pada media sosial	1,11,21,34	-	5,6,16,28		8
	Mengetahui aktivitas yang disenangin di instagram	2,7,22,31		14,18,26	4	8
Penghayatan	Memahami informasi yang didapatkan dari instagram	3,17,30	-	6,23	15	6
Durasi	Lamanya rentang dalam mengakses instagram	8,33	12	20	10,24	6
Frekuensi	Interval waktu mengakses sosial media	13,19,25,32	-	9,27,29,35	-	8
Total		17	1	14	4	36

Pada variabel intensitas penggunaan *instagram* (X) dengan jumlah item 31 yang valid didapatkan nilai *cronbrach's alpha* sebesar 0,875 sehingga dapat dikatakan reliabel.

b. Skala *Body Image* Setelah Uji Coba

Skala ini meliputi 20 item *favourable* dan 20 item *unfavourabel*, sehingga jumlah item yang diujikan sebanyak 40 item. Terdapat 9 item yang gugur yaitu nomor 1,4,6,10,12,16,18,20,21. Sedangkan 31 item sisanya dinyatakan valid. Hasil pengujiannya dilihat sebagai berikut:



**Tabel 3. 4 Distribusi Skala *Body Image* Setelah Uji Coba**

Aspek	Indikator	Item				Total
		Favourable		Unfavourabel		
		valid	gugur	valid	gugur	
evaluasi penampilan	Perasaan menarik atau tidak menarik	2,13,28		26	10,20	6
	Kepuasan dan ketidak puasan penampilan diri	19,27	1	11,15,25		6
orientasi penampilan	Mengukur perhatian individu terhadap penampilannya	3,24,40	18	29,33	12,21	8
kepuasan area tubuh	Mengukur kepuasan area tubuh tertentu	9,23,32,35	-	30,38	4,16	8
kecemasan menjadi gemuk	Menggambarkan kecemasan akan berat badan	7,17,31	-	5,22,37	-	6
persepsi terhadap tubuh	Mengukur penilaian orang terhadap diri	8,14,36	-	34,39	6	6
Total		18	2	13	7	40

Pada variabel *body image* (Y) dengan jumlah item 31 yang valid didapatkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,870 sehingga dapat dikatakan reliabel.

#### 3.7.4. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan tahap akhir yang meliputi: analisis data dari dua skala yang telah diberikan kepada subjek penelitian dan proses menyimpulkan hasil penelitian.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan yaitu, berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan teknik regresi linear sederhana, diketahui bahwa terdapat pengaruh positif antara intensitas penggunaan instagram terhadap body image yang dilihat dari persamaan regresi linear sederhana  $Y = 42,623 + -0,496 X$  yang artinya ada pengaruh negatif antara intensitas penggunaan instagram terhadap body image. Begitu juga dengan nilai koefisien determinan ( $r^2$ ) sebesar -0,466 atau setara dengan 46,6% maka intensitas penggunaan instargam memberikan kontribusi sekitar 46,6% terhadap body image.

Hasil penelitian melalui data empirik, body image empirik sebesar 65,31 dan intensitas penggunaan Instagram memiliki nilai rata rata empirik sebesar 94,63. Selanjutnya nilai rata rata yang diasumsikan body image adalah 77,5 dan intensitas penggunaan instagram sebesar 77,5 Maka dari itu hasil penelitian dapat diketahui bahwa mahasiswi stambuk 22 fakultas psikologi di Universitas Medan Area memiliki body image yang negatif dikarenakan adanya intensitas penggunaan Instagram yang tinggi .

#### 5.2. Saran

Berdasarkan dari kesimpulan diatas, maka selanjutnya diuraikan saran untuk menjadi masukan pihak terkait yaitu saran sebagai berikut:

### **5.2.1. Saran Kepada Subjek Penelitian**

Dikarenakan hasil penelitian menunjukkan bahwa *body image* negatif pada mahasiswi maka peneliti perlu menghargai tubuh dan mengurangi pikiran negatif tentang tubuh dengan cara memberikan afirmasi positif terhadap diri, meningkatkan sikap penerimaan diri dan menghargai semua bagian tubuh tanpa membandingkannya dengan standar kecantikan.

### **5.2.2. Saran Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**

Diharapkan dalam melakukan kegiatan pembelajaran menghindari penggunaan label negatif ketika memanggil, sehingga dapat membuat mahasiswi merasa dihargai, serta dosen menghindari mengelompokkan atau membandingkan mahasiswi secara fisik dalam pembelajaran. Dosen juga dapat memberikan pemahaman pentingnya menghargai diri sendiri dengan menerima bentuk tubuh yang dimiliki.

### **5.2.3. Saran Kepada Peneliti Selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan variabel yang berbeda seperti jenis kelamin dan hubungan interpersonal sehingga dapat memperluas subjek yang ingin diteliti agar cakupan hasil yang lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- 'Aisyauh Yogyakarta, 1-15. Mustikasari, D. S., dan Rahayu. E.W. (2020). What happened on instagram: Instagram usage activities and body image in adolescent. *Education and Humanities Research*, 395, 87- 90.
- Aditya, R. (2015). Pengaruh media sosial Instagram terhadap minat fotografi pada komunitas fotografi Pekanbaru. *Jom FISIP*, 2(2).
- Agosto, D., E. & Abbas, J. (2009). Teens and Social Networking : How Public Libraries are Responding to The Latest Online Trend. *Public Libraries*, Vol 48, Hal 32-37
- Amedie, J. (2015). The impact of social media on society. *Advanced Writing: Pop Culture Intersections*, 2.
- Andarwati I., (2016) Citra Diri Ditinjau Dari Intensitas Penggunaan Media Jejaring Sosial Instagram Pada Siswa Kelas Xi Sma N 9 Yogyakarta, *E-Jurnal Bimbingan Dan Konseling Edisi 3 Tahun Ke-5 Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Andarwati, S. R. & Sankarto, B. S. (2005). Pemenuhan Kepuasan Penggunaan Internet Oleh Peneliti Badan Litbang Penelitian Bogor. *Jurnal Perpustakaan Pertanian*, 14 (1).
- APJJI. (2020). penetrasi dan perilaku pengguna internet di indonesia. Google Scholar

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 114. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- Calasanti, M. T., & Kathleen, F. S. (2001). *Gender, Social Inequalities, and Aging*. New York: AltaMira Press.
- Cash, F. Thomas & Pruzinsky, Thomas. (2002). *Body Image*. London: The Guilford Press.
- Cash, T. F. (2012). Cognitive-Behavioral Perspective on Body Image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*. New York: Guildford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image : A handbook of science. Practice and prevention (2nd ed)*. New York : The Guildford Press.
- Cash, T.,& Pruzinsky, T (2011). *Body Image : a handbook of science, practice, and prevention*. New York : Guilford Press
- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset*, terj. Ahmad Lintang Departemen Pendidikan Nasional. (2011). *Kamus besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Evelin & Adishesa Made Syaneseti, (2020), *Jurnal Mind Set* Vol.11 No.1 ISSN 2685-3620 Hal 26-36 Juni, Hubungan intensitas Penggunaan

Instagram dan Self-Esteem Pada Remaja, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.

Hasanah, U., & Malia Rahma Hidayati, B. (2021). Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Body Image. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(2), 115–131. <https://doi.org/10.32492/idea.v5i2.5205>

Hootsuite, we are social. (2021). *Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2021 : Data Tren Pengguna Internet dan Media sosial di Indonesia Tahun 2021*. Andi.Link. <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesiandigital-report-2021/>

Husna, N. L. (2013). Hubungan antara body image dengan perilaku diet (Penelitian pada wanita di Sanggar senam Rita Pati). *Jurnal Psikologi*, 2(2). Utami, W. T. (2014). Hubungan antara citra tubuh dengan perilaku konsumtif kosmetik make up wajah pada mahasiswi. Naskah publikasi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Ifdil ifdil, Denich Amanda Unzilla, & Ilyas Asmidir, (2017), *Jurnak Kajian Bimbingan dan Konseling Vol.2 (3),107-113 ISSN 2503-3417, Hubungan Body Image Denagn kepercayaan Diri Remaja Putri, Fakultas Ilmu pendidikan Universitas Negeri Padang.*

Indrawati, R., & Nuswantoro, E. (2021). INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM SERTA PENGARUHNYA TERHADAP SUBJECTIVE WELL-BEING SISWA.

Juditha, C. (2011). Hubungan Penggunaan Situs Jejaring Sosial Facebook Terhadap Perilaku Remaja Di Kota makasar. *Jurnal Penelitian IPTEKKOM* Volume13,No.1.

Lazuardi dkk. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Marizka D. S., Maslihah S., Wulandari A., (2019), *Jurnal Psikologi Insight* Departemen Psikologi, Vol. 3, No. 2, Oktober: Hlm 56-69, Universitas Pendidikan Indonesia.

Martanatasha, M., & Primadini I., (2019), *Jurnal Ultimacom* Vol.11 No.2 Desember, Relasi Self-Esteem dan Body Image Dalam Terpaan Media Sosial Instagram, Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Multimedia Nusantara.

Moeen, T., Muazzam, A., & Zubair, B. (2013). Development and validation of bodyimage scale (BIS) for young adult females. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 11 (2), 52-58.

Muhtar, Z., Hamid, H., & Firdaus, D. F. (n.d.). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Body Image Pada Mahasiswa di Kota Makassar. In *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* (Vol. 2, Issue 2).

Mustikasari, D. S., dan Rahayu. E.W. (2020). *What happened on instagram: Instagram usage activities and body image in adolescent. Education and Humanities Research*, 395, 87- 90

Olufadi, Y. (2016). Social networking time use scale (SONTUS): A new instrument for measuring the time spent on the social networking sites. *Telematics and Informatics*, 33(2), 452– 471.

Papadimitropoulou, V. (2019). Body image and identity formation in emerging adulthood: The role of instagram. (Thesis Publication). Greece: The American College of Greece.

Prasetyo, H. Y., (2019), *Jurnal Riset Mahasiswi Bimbingan Dan Konseling*, Volume 5, Nomer 9, September, Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram Dengan Perilaku Hedonisme Pada Mahasiswi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Prieler, M., & Choi, J. (2014). Broadening the Scope of Social Media Effect Research on Body Image Concerns. In *Sex Roles*, 71, 11–12). <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0406-4>

Reber, Arthur S., & Reber, Emily S. (2010). *Kamus psikologi* (3rd ed.). Yogyakarta: pustaka pelajar

Ridha, M., Psikologi, F., Dahlan, A., Kapas, J., Yogyakarta, S., & Id, R. C. (n.d.). Hubungan Antara *Body Image* Dengan Penerimaan Diri Terhadap Mahasiswi Aceh di Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan.

Roainina Bimbingan Dan Konseling, F., & Keguruan Ilmu Pendidikan, F. (n.d.).

## PENGARUH SOSIAL MEDIA TERHADAP BODY IMAGE.

- Rombe, S. (2014). Hubungan body image dan kepercayaan diri siswa dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Journal Psikologi*, 2(1)
- Seawell, A. H ., & Burg, S. D. (2005). Body image and sexuality in women with and without systemic lupus erythematosus. *Sex Roles*, 53 (11/12), 865-876.
- Siever, M. D. (1994). Sexual orientation and gender as factors in socioculturally acquired vulnerability to body dissatisfaction and eating disorders. *Journal of consulting and clinical psychology*, 62(2), 252
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian, Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, penerbit Alfabeta, Bandung.
- Sukamto, M., Hamidah, H., & Fajrianti, F. (2019). "Can I Look Like Her?": Body Image of Adolescent Girls who Use Social Media. *Makara Human Behavior Studies in Asia*.
- Sukmaraga, I. G. B. G. (2018). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan Materialisme pada Remaja. *Director*, 15(2), 2017–2019. <https://doi.org/10.22201/fq.18708404e.2004.3.66178>
- Utami, W. T. (2014). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Perilaku Konsumtif Kosmetik Make Up Wajah Pada Mahasiswi. Naskah Publikasi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Wulandari, R. (2000). Hubungan antara citra raga dengan intensitas melakukan body language pada Wanita. *Skripsi sarjana yang tidak diterbitkan Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta*
- Yunus, S. (2015). *Jurnalistik terapan*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Saputra, Mellisa Leliani, dkk. (2018) Representasi Kecantikan Perempuan Korea Selatan Dalam Film “Plump Revolution”. *Jurnal E-Komunikasi*, Vol. 6, No.2.
- Bue, A. C. C. (2020). The Looking Glass Selfie: Instagram Use Frequency Predicts Visual Attention To High-Anxiety Body Regions In Young Women. *Computers in Human Behavior*, 106329. doi:10.1016/j.chb.2020.106329.
- Puspasari, L., Psi, M., Klinis, P., & Sumatra Barat, P. (2019). Body Image dan Bentuk Tubuh Ideal, Antara Persepsi dan Realitas. 1(3).





Lampiran 1 Lembaran Data Screening

## SCREENING

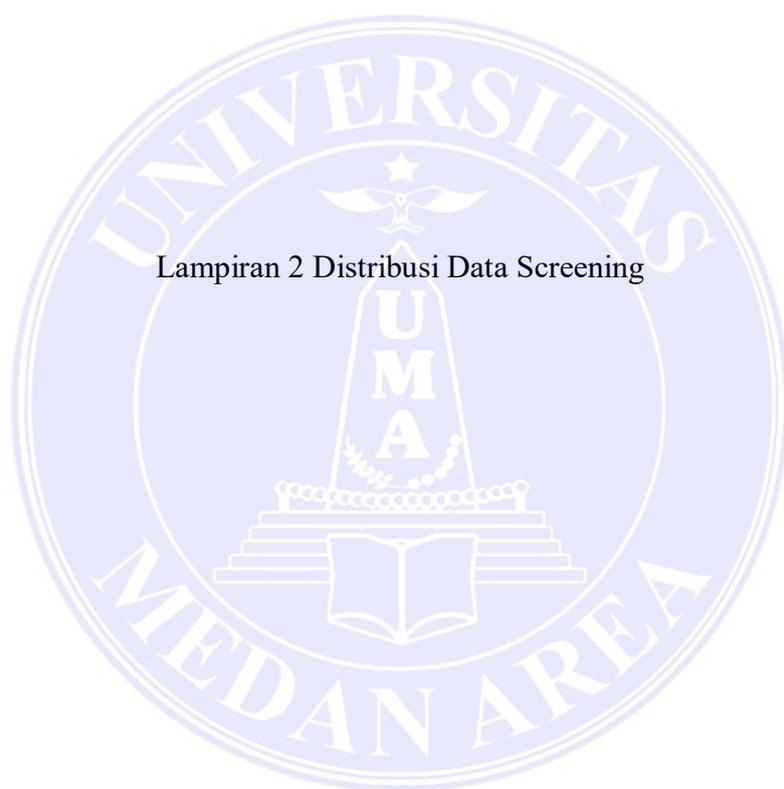
Dengan hormat, saya mohon bantuan dari saudara untuk mengisi kuisioner ini. Atas perhatian dan kesediaannya saya ucapkan terima kasih. Nama Inisial : Jenis Kelamin

**Nama :**

**NPM :**

Isilah pernyataan dibawah ini dengan sejujur-jujurnya sesuai dengan apa yang saudara alami.

1. Apakah kamu memiliki Instagram?
  - a. Ya
  - b. Tidak (jika tidak, silahkan berhenti karena anda bukan responden saya)
  
2. Berapa kali kamu mengakses Instagram dalam sehari?
  - a. Lebih dari 4 kali sehari
  - b. Kurang dari 4 kali sehari
  
3. Berapa lama kamu menghabiskan waktu bermain Instagram dalam sebulan?
  - a. Lebih dari 2 jam per hari
  - b. Kurang dari 2 jam per hari
  
4. Apakah mengikuti atau melihat konten kecantikan, diet, dan fashion?
  - a. Ya
  - b. Tidak
  
5. Berapa kali kamu melihat konten tersebut ketika membuka instagram?
  - a. Lebih dari 4 kali
  - b. 1-4 kali



Lampiran 2 Distribusi Data Screening

No	1	2	3	4	5	6
1	a	a	a	a	a	a
2	a	a	a	a	a	a
3	a	a	b	a	a	a
4	a	a	a	b	b	b
5	a	a	b	b	b	b
6	a	a	a	a	a	a
7	a	a	b	b	b	b
8	a	a	b	b	b	b
9	a	a	a	a	a	a
10	a	a	b	a	a	a
11	a	a	a	a	a	a
12	a	a	b	b	b	b
13	a	a	a	a	a	a
14	a	a	b	b	b	b
15	a	a	a	a	a	a
16	a	a	b	b	b	b
17	a	a	a	a	a	a
18	a	a	b	a	a	a
19	a	a	a	a	a	a
20	a	a	b	a	a	a
21	a	a	a	a	a	a
22	a	a	b	b	b	b
23	a	a	a	a	a	a
24	a	a	a	a	a	a
25	a	a	a	a	a	a
26	a	a	a	a	a	a
27	a	a	b	a	a	a
28	a	a	b	a	a	a
29	a	a	a	a	a	a
30	a	a	b	b	b	b
31	a	a	a	a	a	a
32	a	a	b	a	a	a
33	a	a	a	a	a	a
34	a	a	a	a	a	a
35	a	a	b	b	b	b
36	a	a	a	a	a	a
37	a	a	a	a	a	a
38	a	a	b	b	b	b
39	a	a	a	a	a	a
40	a	a	b	b	b	b
41	a	a	a	a	a	a
42	a	a	b	b	b	b
43	a	a	a	a	a	a
44	a	a	b	a	a	a
45	a	a	a	b	b	b
46	a	a	b	a	a	a
47	a	a	b	a	a	a
48	a	a	a	b	b	b
49	a	a	b	a	a	a
50	a	a	a	a	a	a
51	a	a	a	b	b	b
52	a	a	a	a	a	a
53	a	a	a	a	a	a
54	a	a	a	a	a	a
55	a	a	a	a	a	a
56	a	a	b	a	a	a
57	a	a	a	a	a	a
58	a	a	b	b	b	b

58	a	a	b	b	b	b
59	a	a	a	a	a	a
60	a	a	b	a	a	a
61	a	a	a	b	b	b
62	a	a	b	a	a	a
63	a	a	a	a	a	a
64	a	a	b	a	a	a
65	a	a	a	a	a	a
66	a	a	b	a	a	a
67	a	a	b	a	a	a
68	a	a	a	a	a	a
69	a	a	b	a	a	a
70	a	a	b	a	a	a
71	a	a	a	a	a	a
72	a	a	b	a	a	a
73	a	a	b	a	a	a
74	a	a	a	a	a	a
75	a	a	a	a	a	a
76	a	a	b	a	a	a
77	a	a	a	a	a	a
78	a	a	b	a	a	a
79	a	a	a	a	a	a
80	a	a	a	a	a	a
81	a	a	b	a	a	a
82	a	a	b	a	a	a
83	a	a	a	a	a	a
84	a	a	b	a	a	a
85	a	a	a	a	a	a
86	a	a	b	a	a	a
87	a	a	b	a	a	a
88	a	a	a	a	a	a
89	a	a	b	b	b	b
90	a	a	b	a	a	a
91	a	a	a	a	a	a
92	a	a	b	a	a	a
93	a	a	b	b	b	b
94	a	a	a	a	a	a
95	a	a	b	a	a	a
96	a	a	b	b	b	b
97	a	a	b	a	a	a
98	a	a	a	a	a	a
99	a	a	a	a	a	a
100	a	a	a	a	a	a
101	a	a	b	a	a	a
102	a	a	a	a	a	a
103	a	a	b	a	a	a
104	a	a	a	a	a	a
105	a	a	a	a	a	a
106	a	a	b	a	a	a
107	a	a	b	a	a	a
108	a	a	a	a	a	a
109	a	a	b	a	a	a
110	a	a	b	b	b	b
111	a	a	a	a	a	a
112	a	a	b	b	b	b
113	a	a	a	a	a	a
114	a	a	b	b	b	b
115	a	a	b	a	a	a

116	a	a	a	a	a	a
117	a	a	b	a	a	a
118	a	a	a	a	a	a
119	a	a	b	a	a	a
120	a	a	a	a	a	a
121	a	a	b	a	a	a
122	a	a	a	a	a	a
123	a	a	b	a	a	a
124	a	a	b	a	a	a
125	a	a	a	a	a	a
126	a	a	a	a	a	a
127	a	a	b	b	b	b
128	a	a	b	b	b	b
129	a	a	a	a	a	a
130	a	a	b	a	a	a
131	a	a	a	a	a	a
132	a	a	a	a	a	a
133	a	a	a	a	a	a
134	a	a	b	b	b	b
135	a	a	a	a	a	a
136	a	a	b	a	a	a
137	a	a	b	a	a	a
138	a	a	a	a	a	a
139	a	a	b	a	a	a
140	a	a	a	a	a	a
141	a	a	b	a	a	a
142	a	a	a	a	a	a
143	a	a	b	a	a	a
144	a	a	a	a	a	a
145	a	a	a	a	a	a
146	a	a	b	a	b	b
147	a	a	a	b	b	b
148	a	a	a	a	a	a
149	a	a	a	a	a	a
150	a	a	a	a	a	a
151	a	a	a	a	a	a
152	a	a	b	a	a	a
153	a	a	a	a	a	a
154	a	a	a	b	b	b
155	a	a	b	a	a	a
156	a	a	a	a	a	a
157	a	a	b	a	a	a
158	a	a	a	a	a	a
159	a	a	b	a	a	a
160	a	a	b	a	a	a
161	a	a	a	a	a	a
162	a	a	a	a	a	a
163	a	a	b	a	a	a
164	a	a	b	a	a	a
165	a	a	a	a	a	a
166	a	a	b	a	a	a
167	a	a	a	a	a	a
168	a	a	a	a	a	a
169	a	a	a	a	a	a
170	a	a	b	a	a	a
171	a	a	a	b	b	b
172	a	a	b	a	a	a
173	a	a	a	a	a	a
174	a	a	b	a	a	a
175	a	a	a	a	a	a
176	a	a	b	a	a	a
177	a	a	a	a	a	a
178	a	a	b	a	a	a
179	a	a	a	a	a	a
180	a	a	b	b	b	b
181	a	a	a	a	a	a
182	a	a	b	b	b	b
183	a	a	a	a	a	a

184	a	a	a	a	a	a
185	a	a	F	a	a	a
186	a	a	a	a	a	a
187	a	a	a	a	a	a
188	a	a	a	a	a	a
189	a	a	a	a	a	a
190	a	a	F	a	a	a
191	a	a	F	a	a	a
192	a	a	a	a	a	a
193	a	a	F	F	F	F
194	a	a	F	a	a	a
195	a	a	a	a	a	a
196	a	a	F	F	F	F
197	a	a	a	a	a	a
198	a	a	F	a	a	a
199	a	a	a	a	a	a
200	a	a	F	F	F	F
201	a	a	a	a	a	a
202	a	a	F	a	a	a
203	a	a	a	a	a	a
204	a	a	a	a	a	a
205	a	a	F	F	F	F
206	a	a	F	a	a	a
207	a	a	a	a	a	a
208	a	a	F	a	a	a
209	a	a	a	a	a	a
210	a	a	F	a	a	a
211	a	a	a	a	a	a
212	a	a	F	a	a	a
213	a	a	a	a	a	a
214	a	a	F	a	a	a
215	a	a	a	a	a	a
216	a	a	a	a	a	a
217	a	a	F	a	a	a
218	a	a	a	a	a	a
219	a	a	a	a	a	a
220	a	a	a	a	a	a
221	a	a	F	a	a	a
222	a	a	a	a	a	a
223	a	a	a	a	a	a
224	a	a	a	a	a	a
225	a	a	F	a	a	a
226	a	a	F	a	a	a
227	a	a	a	a	a	a
228	a	a	F	a	a	a
229	a	a	a	a	a	a
230	a	a	a	a	a	a
231	a	a	a	a	a	a
232	a	a	a	a	a	a
233	a	a	a	a	a	a
234	a	a	F	a	a	a
235	a	a	a	a	a	a
236	a	a	a	a	a	a
237	a	a	a	a	a	a
238	a	a	a	a	a	a
239	a	a	a	a	a	a
240	a	a	a	a	a	a
241	a	a	F	a	a	a
241	a	a	a	a	a	a
242	a	a	a	a	a	a
243	a	a	a	a	a	a
245	a	a	a	a	a	a
245	a	a	a	a	a	a
246	a	a	F	a	a	a
247	a	a	F	a	a	a
248	a	a	F	a	a	a
249	a	a	a	a	a	a
250	a	a	a	a	a	a
251	a	a	a	a	a	a
252	a	a	a	a	a	a
253	a	a	a	a	a	a
254	a	a	a	a	a	a
255	a	a	a	a	a	a
256	a	a	a	a	a	a
257	a	a	a	a	a	a
258	a	a	a	a	a	a



Lampiran 3 Skala *Body Image*

## LEMBAR PERSETUJUAN

### (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama (inisial) :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah memahami penjelasan segala sesuatu mengenai kuesioner penelitian dan saya bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun dengan kondisi:

- a) Data yang diperoleh dari penelitian akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah
- b) Apabila saya mmenginginkan, saya dapat memutuskan untuk tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Tanggal : \_\_\_\_\_

Yang Menyetujui

\_\_\_\_\_

## IDENTITAS DIRI

Nama (Inisial) :

Usia :

### Petunjuk Pengisian Skala

1. Skala ini terdiri dari dua (2) bagian yaitu skala intensitas penggunaan Instagram dan skala body image.
2. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian dalam menjawab skala ini tidak perlu takut salah karena setiap jawaban yang diberikan dapat diterima.
3. Skala ini hanya untuk memenuhi persyaratan tugas akhir (skripsi). Kemudian identitas dan jawaban yang anda pilih akan terjamin kerahasiaannya sehingga tidak merugikan kedua belah pihak.
4. Pilihlah alternatif jawaban dengan cara memberikan tanda centang (✓) pada jawaban yang benar – benar sesuai dengan keadaan diri, bukan dengan napa yang seharusnya atau pengaruh orang lain.
5. Pilihan jawaban terdiri dari:

**SS** = Sangat Setuju

**S** = Setuju

**TS** = Tidak Setuju

**STS** = Sangat Tidak Setuju

**SELAMAT MENGERJAKAN**

### SKALA BODY IMAGE

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa cemas dan tidak aman dengan penampilan fisik saya.				
2.	Saya merasa terganggu secara emosional Ketika mendapat komentar negatif tentang penampilan saya				
3.	Saya tidak merasa terganggu dan saya menerima berat badan saya.				
4.	Saya merasa malu dan tidak puas dengan angka berat badan saya.				
5.	Saya sering membandingkan Gambaran tubuh ideal dalam media sosial.				
6.	Saya merasa tidak puas dengan bentuk dan ukuran bagian tubuh tertentu.				
7.	Ketika saya merasa puas dengan penampilan saya, saya merasa bangga dan menghargai diri sendiri.				
8.	Saya merasa rendah diri setelah dibandingkan dengan standar kecantikan yang tidak realistis.				
9.	Saya mengalami kegelisahan terkait dengan citra tubuh dan penampilan.				
10.	Merasa puas dengan diri saya membuat saya semangat dalam menjalani hari – hari.				
11.	Saat saya berpakaian saya merasa tidak nyaman dengan bentuk tubuh saya.				
12.	Tidak puas dengan penampilan tubuh saya membuat saya merasa kurang percaya diri dalam mencoba hal hal baru.				
13.	Saya merasa nyaman dengan pilihan pakaian tanpa perlu memikirkan ukuran dan bentuk tubuh.				
14.	Saya merasa perlu untuk mengubah atau memperbaiki bagian tubuh tertentu.				
15.	Saya terobsesi untuk mencapai standar kecantikan yang ada di sosial media.				
16.	Saya menyadari bahwa kecantikan tidak berdasarkan bentuk tubuh.				
17.	Ketika saya merasa menarik saya lebih mampu untuk melihat potensi positif didalam diri saya.				
18.	Saya merasa tidak Bahagia Ketika menyadari bahwa saya tidak merasa puas terhadap tubuh saya.				

19.	Perasaan tidak meraiik membuat saya merasa tidak percaya diri.				
20.	Saya senang merawat diri dan berusaha untuk selalu memberikan penampilan terbaik saya.				
21.	Saya sedang belajar untuk menemukan cara merasa nyaman dan bangga dengan bentuk tubuh saya.				
22.	Saya terus menerus untuk mencari cara untuk merubah penampilan tubuh saya.				
23.	Saya sering merasa perlu untuk menyembunyikan atau menutupi bagian – bagian tubuh yang tidak saya sukai.				
24.	Saya bisa mengatasi komentar negatif mengenai penampilan saya.				
25.	Saya menyadari bahwa setiap orang memiliki perbedaan bentuk tubuh.				
26.	saya merasa sulit menerima atau mencinintai tubuh saya apa adanya.				
27.	Terkadang saya mempertanyakan nilai diri saya berdasarkan perbandingan dengan gambaran tubuh ideal yang ditampilkan di media sosial.				
28.	Saya merasa puas dan bangga terhadap tubuh saya termasuk berat badan saya.				
29.	Saya menghargai dan menerima bentuk tubuh saya.				
30.	Menjaga penampilan adalah sebagai bentuk saya merawat diri saya.				
31.	Saya selalu ingin tampil menarik di hadapan orang lain.				



Lampiran 4 Skala Intensitas Penggunaan Instagram

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama (inisial) :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah memahami penjelasan segala sesuatu mengenai kuesioner penelitian dan saya bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun dengan kondisi:

- c) Data yang diperoleh dari penelitian akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah
- d) Apabila saya mmenginginkan, saya dapat memutuskan untuk tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Tanggal : \_\_\_\_\_

Yang Menyetujui

\_\_\_\_\_

## IDENTITAS DIRI

Nama (Inisial) :

Usia :

### Petunjuk Pengisian Skala

6. Skala ini terdiri dari dua (2) bagian yaitu skala intensitas penggunaan Instagram dan skala body image.
7. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama. Kemudian dalam menjawab skala ini tidak perlu takut salah karena setiap jawaban yang diberikan dapat diterima.
8. Skala ini hanya untuk memenuhi persyaratan tugas akhir (skripsi). Kemudian identitas dan jawaban yang anda pilih akan terjamin kerahasiaannya sehingga tidak merugikan kedua belah pihak.
9. Pilihlah alternatif jawaban dengan cara memberikan tanda centang (✓) pada jawaban yang benar – benar sesuai dengan keadaan diri, bukan dengan napa yang seharusnya atau pengaruh orang lain.
10. Pilihan jawaban terdiri dari:

**SS** = Sangat Setuju

**S** = Setuju

**TS** = Tidak Setuju

**STS** = Sangat Tidak Setuju

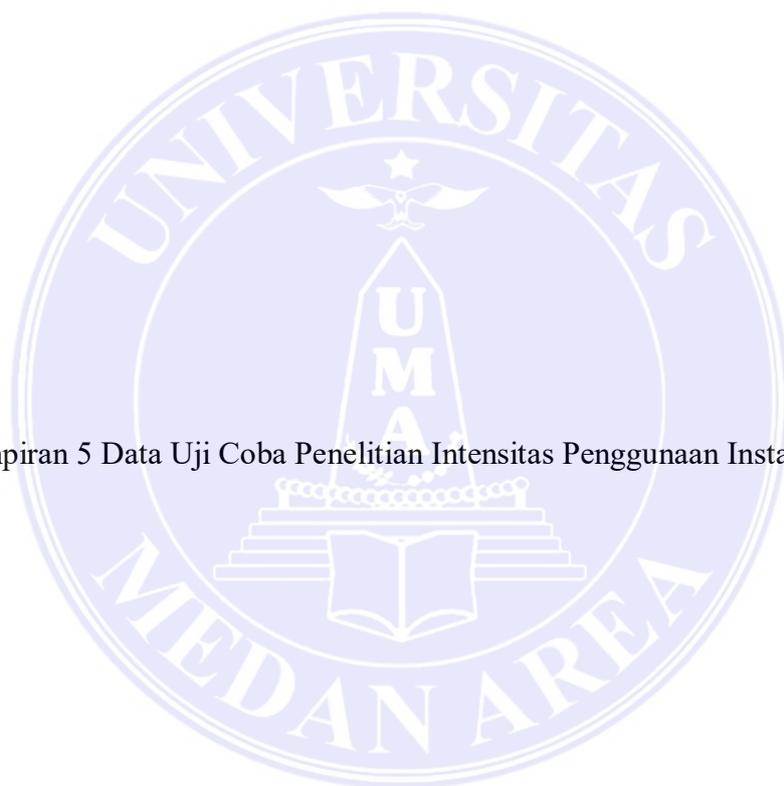
**SELAMAT MENGERJAKAN**

### SKALA INTENSITAS PENGGUNAAN INSTAGRAM

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya menggunakan Instagram untuk mendapatkan informasi tentang acara, produk, atau hal menarik lainnya.				
2.	Saya menggunakan fitur “ <i>explore</i> ” Instagram untuk menemukan konten yang sesuai dengan preferensi saya.				
3.	Saya banyak menemukan hal yang membua saya senang di Instagram.				
4.	Saya sering merasa terganggu oleh konten negatif di Instagram.				
5.	Saya selalu tergantung pada informasi yang didapatkan di Instagram tanpa mengetahui kebenarannya.				
6.	Saya mengikuti akun kecantikan di Instagram.				
7.	Saya mengakses Instagram secara teratur dan dalam jangka waktu yang terkendali.				
8.	Semakin hari waktu saya tersita karena bermain media sosial.				
9.	Membagikan kegiatan di Instagram adalah hal yang menyenangkan.				
10.	Dalam sehari saya dapat membuka Instagram lebih dari sekali dalam sehari.				
11.	Konten yang tidak sesuai dengan minat saya tidak menarik perhatian saya.				
12.	Saya sering tergoda untuk mengikuti tren yang populer di Instagram.				
13.	Saya melihat akun kecantikan di Instagram lebih dari 4 kali sehari.				
14.	Saya merasa terganggu jika menemukan konten yang tidak sesuai dengan minat saya.				
15.	Saya menghabiskan waktu berjam jam untuk mengakses Instagram.				
16.	Saya tidak terlalu efektif dalam mengatur waktu dalam menggunakan Instagram.				
17.	Saya senang Ketika berinteraksi dengan orang lain melalui unggahan Instagram.				
18.	Saya sering mencari inspirasi dan konten menarik melalui fitur “ <i>explore</i> ” Instagram.				
19.	Saya cenderung percaya pada setiap informasi pada Instagram.				

20.	Tanpa sadar saya sering terlalu lama mengakses Instagram.				
21.	Saya tidak begitu aktif dalam membagikan kegiatan saya di Instagram.				
22.	Saya merasa sulit untuk berhenti memeriksa Instagram meskipun saya memiliki tugas penting yang harus diselesaikan.				
23.	Saya merasa terganggu ketika melihat konten yang tidak sesuai dengan yang saya inginkan.				
24.	Saya sulit menahan diri untuk tidak mengakses Instagram.				
25.	Melihat Instagram membuat saya senang dengan konten – konten yang saya temukan.				
26.	Saya memantau akun kecantikan di Instagram.				
27.	Saya cenderung menghabiskan terlalu banyak waktu di Instagram setiap harinya.				
28.	Saya berusaha untuk mengatur frekuensi dalam mengakses Instagram.				
29.	Saya menikmati berbagai momen spesial di isntagram.				
30.	Saya cenderung merasa tertarik untuk membuka Instagram.				
31.	Saya merasa tertarik untuk melihat dan mengikuti tren yang sedang populer di Instagram.				

Lampiran 5 Data Uji Coba Penelitian Intensitas Penggunaan Instagram



NAMA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36		
Nazula	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	1	2	2	2	
d	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	1	3	3	
TIP	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	
Cherish	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	1	3	3	
Widia	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	
P	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3
AF	4	4	3	2	4	3	3	3	2	3	4	3	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	2	2	1
N	3	3	4	1	3	4	4	1	1	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	4	2	3	2	3	3	4	1	1	3	2	
Ra	4	4	4	2	4	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	2	1	1	2	2	
F	4	4	3	1	4	3	1	4	2	1	4	2	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	3	1	4	3	2	3	4	4	4	3	3	2	3	3	
m	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	4	3	
M	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	1	1	2
Shea	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	1	4	3
Sa	3	3	3	1	3	2	1	3	3	1	3	2	4	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	
f	3	3	4	3	3	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	2	1	4	4		
Fina	3	3	1	4	3	3	3	1	1	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	4	1	4	4	3	1	2	1	2	3	2		
Fd	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	1	2	1	2	1	
AM	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	2	4	2	2	3	3	
rah	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	1	4	4
S	3	3	4	4	3	3	2	4	2	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	3	4	2	4	4	3	4	4	3	1	4	4	
M	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
H	3	3	3	4	3	4	3	2	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	2	2	3	2	
M	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
FS	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	2	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	1	2	2	
Nur	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	
MilaA	4	4	3	4	4	3	2	4	2	2	4	1	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	2	4	4	4	4	2	1	3	3	
R	3	3	4	4	3	4	1	4	4	4	3	2	4	3	3	3	1	3	3	3	3	4	4	1	3	4	2	3	4	3	4	4	1	1	4	4		
H	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	2	4	3	4	4	2	4	3	
AA	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	1	2	4	3	4	3	3	3	1	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	4	1	1	4	4		
F	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	



Nama/Inisial	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
Nazula	2	4	4	1	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	4	1	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	
J	3	3	4	2	2	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	1	3	3	2	2	3	4	
TIP	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	
Cherish	3	3	4	4	1	2	4	4	4	2	3	4	2	4	3	2	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	2	1	3	3	1	1	3	3	
Widia	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	
P	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3
AF	1	1	2	2	3	4	3	1	2	4	3	2	3	3	1	4	1	1	2	2	3	2	2	1	4	3	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	3	4	1	2	
V	2	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	4	2	4	4	2	4	4	2	3	4	3	2	4	1	1	3	2	2	3	2	4	
Ra	2	4	4	2	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	1	4	4	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1
F	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	
m	3	3	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	1	3	3	2	3	4	3	3	1	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	
M	2	4	3	1	3	3	3	3	4	3	3	1	4	3	2	3	2	4	3	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	
Shea	3	1	3	4	4	4	4	3	2	3	1	3	3	4	3	3	1	2	2	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	1	4	3	3	3	4	3		
Sa	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	4	3	4	
f	4	4	3	2	1	2	3	4	4	3	2	2	3	4	1	2	4	3	2	2	2	2	2	3	1	2	4	3	2	3	2	2	1	4	4	1	2	2	1	2	
Fina	2	4	4	2	1	2	3	3	4	1	3	1	4	3	2	1	1	4	3	2	2	1	1	1	2	2	4	4	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	2	
Fd	1	4	3	1	4	4	3	4	3	3	2	3	3	1	3	1	3	3	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2
AM	3	4	4	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	2	3	3	3	1	4	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	2	2	3	4	3	
rah	4	4	4	1	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	2	4	4	
S	4	3	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	4	3	1	4	4	1	2	3	4
M	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
H	2	4	3	3	1	2	3	3	4	1	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	3	3	
M	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
FS	2	2	1	1	2	3	4	2	1	3	4	2	2	4	2	3	2	1	1	1	4	2	2	4	3	3	1	1	2	3	2	1	3	1	2	2	4	3	2	3	
Nur	3	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	
Milla A.	3	4	4	4	2	3	4	3	3	2	4	4	2	4	3	2	4	3	4	4	1	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	2	1	3	3	1	2	4	4	4	
R	4	1	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	2	1	4	4	
H	3	3	3	1	2	1	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	4	1	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	
AA	4	3	4	4	4	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	1	4	4	4	2	4	4	3	4	2	4	4	1	1	4	4	4	2	4	4	
F	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	2	3	3	



Lampiran 7 Data Skala Penelitian Body Image

N	Y1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	Y1.6	1.7	Y1.8	Y1.9	Y1.10	Y1.11	Y1.12	Y1.13	Y1.14	Y1.15	.16	Y1.17	.18	.19	.20	Y1.21	Y1.22	Y1.23	.24	Y1.25	.26	.27	.28	.29	Y1.30	Y1.31				
R1	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4			
R2	4	4	4	4	3	3	2	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2			
R3	3	2	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3				
R4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3				
R5	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3				
R6	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3				
R7	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4				
R8	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3			
R9	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	3	3	4				
R10	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3				
R11	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4				
R12	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3			
R13	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4			
R14	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3			
R15	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3			
R16	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3			
R17	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3			
R18	2	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3			
R19	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3			
R20	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3		
R21	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3			
R22	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3		
R23	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4			
R24	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4		
R25	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
R26	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3		
R27	3	1	2	3	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	3		
R28	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	2	4	3	3	3		
R29	4	2	3	4	2	2	2	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	1	2	3	1	2	2	4	2	3	4	3	3	3	3			
R30	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3		
R31	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3		
R32	1	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3		
R33	4	2	4	3	4	2	2	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	2	3	2	2	1	4	2	3	4	4	2	3	3	3		
R34	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	1	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3		
R35	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3		
R36	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	2	2	3	2	4	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3		
R37	3	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3		
R38	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	1	3	3	2	1	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3		
R39	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3		
R40	3	1	2	1	4	1	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3		
R41	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	
R42	2	3	2	2	2	1	2	4	3	1	3	2	4	3	3	3	2	3	3	1	3	4	4	1	4	1	3	4	3	1	3	4	3	1	3
R43	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	3	2	3	
R44	3	1	3	2	3	2	3	2	1	2	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	4	2	3	4	4	2	3	4	2	3
R45	3	1	3	2	3	2	2	3	1	2	4	2	3	3	3	2	4	2	4	4	4	4	3	4	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	
R46	4	2	4	2	3	4	2	1	1	2	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	1	2	2	1	4	3	4	4	3	2	3	4	3	2	3
R47	3	4	4	3	3	4	2	1	1	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3
R48	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	2	4	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3
R49	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3
R50	3	1	3	1	3	1	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	1	4	2	4	1	3	1	3	2	3	1	3	2	3	1	3
R51	1	4	4	4	1	4	2	2	2	4	1	2	3	2	2	4	3	2	1	3	3	4	1	3	2	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3
R52	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3
R53	3	1	4	2	3	1	4	1	4	2	4	2	4	1	3	2	4	1	3	2	3	2	4	1	4	2	4	2	3	1	3	2	3	1	3
R54	1	1	3	1	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	1	4	4	1	3	2	2	4	1	4	4	4	2	1	1	1	3	3	3	3
R55	2	2	3	2	3	1	4	2	3	2	3	2	4	2	3	1	3	1	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3
R56	2	1	3	2	3	1	4	2	3	2	3	2	4	2	3	1	3	1	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3

158	3	2	4	1	2	1	2	4	4	4	3	3	4	4	3	1	2	1	3	2	1	3	4	2	4	1	4	3	3	2	3	
159	4	2	4	3	4	2	2	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	1	2	1	2	1	4	3	3	4	4	4	3	
160	3	2	3	2	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	3	4	4	3	3		
161	4	3	4	3	3	2	3	2	1	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	1	3	1	3	3	4	3	4	3	3	
162	3	1	3	2	3	2	2	3	1	2	4	4	4	4	3	2	4	3	1	2	3	1	2	2	4	1	3	3	3	2	3	
163	4	2	4	3	3	3	2	1	1	3	3	4	4	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	1	3	2	3	3	4	3	3	
164	3	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	
165	3	3	4	3	3	2	1	3	2	1	3	4	4	3	4	2	3	3	3	2	4	3	4	2	4	1	3	3	3	2	3	
166	3	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	
167	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	1	3	3	2	1	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	
168	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	
169	3	1	2	1	4	1	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	
170	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	3	
171	2	3	2	2	2	1	2	4	3	1	3	2	4	3	3	3	2	3	3	1	3	4	4	1	4	1	3	4	3	1	3	
172	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	3	
173	3	1	3	2	3	2	3	2	1	2	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	4	2	3	4	4	2	3	
174	3	1	3	2	3	2	2	3	1	2	4	2	3	3	3	2	4	2	4	4	4	3	4	2	3	1	3	2	3	2	3	
175	4	2	4	2	3	4	2	1	1	2	3	4	4	4	4	3	4	2	2	1	2	2	1	4	3	4	4	3	2	3		
176	3	4	4	3	3	4	2	1	1	4	3	4	3	4	3	3	4	2	2	2	2	2	2	4	3	3	4	3	4	3		
177	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	2	3	2	3	2	4	2	4	2	3	3	3	2	3	
178	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	
179	3	1	3	1	3	1	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	1	4	2	4	1	3	1	3	2	3	1	3	
180	1	4	4	4	1	4	2	2	2	4	1	2	3	2	2	4	3	2	1	3	3	4	1	3	2	2	3	3	4	4	3	
181	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	
182	3	1	4	2	3	1	4	1	4	2	4	2	4	1	3	2	4	1	3	2	3	2	4	1	4	2	4	2	3	1	3	
183	1	1	3	1	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	1	4	4	1	3	2	2	4	1	4	4	4	2	1	1	3	
184	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	
185	2	1	3	2	3	1	4	2	3	2	3	2	4	2	3	1	3	1	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	3	
186	4	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	1	4	3	4	4	4	4	3	
187	3	2	4	1	2	1	2	4	4	4	3	3	4	4	3	1	2	1	3	2	1	3	4	2	4	1	4	3	3	2	3	
188	4	2	4	3	4	2	2	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	1	2	1	2	1	4	3	3	4	4	4	3	
189	3	2	3	2	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	3	4	4	3	3	
190	4	3	4	3	3	2	3	2	1	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	1	3	1	3	3	4	3	4	3	3	
191	3	1	3	2	3	2	2	3	1	2	4	4	4	4	3	2	4	3	1	2	3	1	2	2	4	1	3	3	3	2	3	
192	4	2	4	3	3	3	2	1	1	3	3	4	4	3	2	2	3	1	2	2	2	2	3	1	3	2	3	3	4	3	3	
193	3	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	
194	3	3	4	3	3	2	1	3	2	1	3	4	3	4	2	3	3	3	2	4	3	4	2	4	1	3	3	3	3	2	3	
195	3	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	
196	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	1	3	3	2	1	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	
197	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	
198	3	1	2	1	4	1	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	
199	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	3	
1100	2	3	2	2	2	1	2	4	3	1	3	2	4	3	3	3	2	3	3	1	3	4	4	1	4	1	3	4	3	1	3	
1101	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	3	
1102	3	1	3	2	3	2	3	2	1	2	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	4	2	3	4	4	2	3	
1103	3	1	3	2	3	2	2	3	1	2	4	2	3	3	3	2	4	2	4	4	4	4	3	4	2	3	1	3	2	3	2	3
1104	4	2	4	2	3	4	2	1	1	2	3	4	4	4	4	4	3	4	2	2	1	2	2	1	4	3	4	4	3	2	3	
1105	3	4	4	3	3	4	2	1	1	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	4	3	3	4	3	4	3	
1106	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	2	4	2	4	2	3	3	3	2	3	
1107	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	
1108	3	1	3	1	3	1	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	1	4	2	4	1	3	1	3	2	3	1	3	
1109	1	4	4	4	1	4	2	2	2	4	1	2	3	2	2	4	3	2	1	3	3	4	1	3	2	2	3	3	4	4	3	
1110	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	
1111	3	1	4	2	3	1	4	1	4	2	4	2	4	1	3	2	4	1	3	2	3	2	4	1	4	2	4	2	3	1	3	
1112	1	1	3	1	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	1	4	4	1	3	2	2	4	1	4	4	4	2	1	1	3	
1113	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	
1114	2	1	3	2	3	1	4	2	3	2	3	2	4	2	3	1	3	1	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	3	

Lampiran 8 Data Skala Penelitian Intensitas penggunaan Instagram



N	X1.1	X1.2	X1.3	X1.4	X1.5	X1.6	X1.7	X1.8	X1.9	X1.10	X1.11	X1.12	X1.13	X1.14	X1.15	X1.16	X1.17	X1.18	X1.19	.20	X1.21	X1.22	X1.23	X1.24	X1.25	X1.26	X1.27	X1.28	X2.29	2.30	X2.31		
R1	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4		
R2	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	2		
R3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3		
R4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3		
R5	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	
R6	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
R7	3	4	4	2	4	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	2	3	3	4	
R8	1	1	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	
R9	1	1	1	1	1	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	
R10	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	
R11	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	
R12	3	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	3	
R13	2	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	2	4	3	3	4	3	4		
R14	1	1	2	2	2	4	3	4	3	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	2	1	2	2	4	3	4	
R15	2	1	1	1	1	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	
R16	2	3	3	2	3	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	
R17	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	2	4	3	3	
R18	1	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	
R19	1	2	3	1	2	3	4	4	3	3	1	2	3	2	3	3	1	1	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	
R20	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	2	4	3	3	
R21	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	4	2	4	4	4	3	
R22	2	3	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	
R23	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	2	3	2	3	4	4	4	4	
R24	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	4	
R25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	
R26	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	
R27	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	
R28	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
R29	2	2	2	1	2	2	2	4	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	4	4	1	1	2	3	3	3	3	
R30	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	2	2	2	3	2	3	3	
R31	3	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	
R32	2	1	3	1	3	2	3	2	3	1	4	2	3	1	4	2	2	1	3	2	2	2	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	
R33	2	2	3	1	3	1	3	3	3	3	4	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	1	1	2	4	2	3	
R34	1	2	1	2	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	4	1	4	3	2	3	3	
R35	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	
R36	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	
R37	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	
R38	1	2	4	4	4	1	2	4	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	
R39	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	
R40	2	2	4	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	1	4	2	4	1	3	2	4	4	3	1	4	2	1	2	4	4	4	3	
R41	4	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	1	2	3	2	3	
R42	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	1	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	2	1	1	2	3	1	3	3	
R43	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	
R44	3	3	4	2	4	2	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	2	4	2	4	2	3	3	
R45	2	3	3	1	4	2	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	3	
R46	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	
R47	2	3	3	2	3	2	2	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	2	4	3	4	3	
R48	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	
R49	2	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	
R50	4	4	3	2	4	2	3	1	4	2	4	1	3	2	3	1	3	1	4	2	4	2	4	2	3	1	3	1	3	1	3	3	
R51	3	3	2	2	2	4	1	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	4	4	4	3	
R52	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	4	2	2	2	2	3	2	3	3	
R53	4	2	4	2	3	1	3	2	3	1	4	2	4	2	3	1	3	3	4	1	3	1	3	3	4	2	4	2	3	1	3	3	
R54	3	4	2	2	4	4	4	4	1	4	3	1	3	4	3	2	4	4	2	2	3	3	3	2	3	4	4	2	1	1	3	3	
R55	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	
R56	3	4	2	3	4	2	4	2	3	1	3	1	3	2	4	1	3	3	3	2	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	
R57	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3

R58	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	2	3					
R59	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3				
R60	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	1	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	1	3	4	4	3	3				
R61	2	3	4	1	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3				
R62	3	4	2	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	1	3	3	2	3			
R63	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	4	2	4	3	4	3	2	4	4	3	3			
R64	2	3	3	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	3			
R65	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	4	1	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3			
R66	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3			
R67	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3		
R68	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3		
R69	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3		
R70	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3		
R71	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3		
R72	3	4	4	2	4	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	2	3	2	2	3		
R73	1	1	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3		
R74	1	1	1	1	1	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	
R75	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	
R76	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	
R77	3	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3		
R78	2	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3		
R79	1	1	2	2	2	4	3	4	3	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	2	1	2	2	3	1	3		
R80	2	1	1	1	1	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3		
R81	2	3	3	2	3	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	
R82	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	2	3	1	3		
R83	1	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	1	1	3		
R84	1	2	3	1	2	3	4	4	3	3	1	2	3	2	3	1	1	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3		
R85	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3		
R86	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3		
R87	2	3	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3		
R88	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	2	3	2	3	4	4	3	3		
R89	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3		
R90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	4	3	3	
R91	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	
R92	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
R93	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
R94	2	2	2	1	2	2	2	4	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	4	4	1	1	2	3	2	3	3		
R95	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	2	2	2	3	2	3	
R96	3	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	
R97	2	1	3	1	3	2	3	2	3	1	4	2	3	1	4	2	2	1	3	2	2	2	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	
R98	2	2	3	1	3	1	3	3	3	3	4	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	1	1	2	4	4	3	3	
R99	1	2	1	2	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	4	1	4	3	2	3	
R100	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	1	3	
R101	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3
R102	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	3
R103	1	2	4	4	4	1	2	4	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3
R104	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3
R105	2	2	4	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	1	4	2	4	1	3	2	4	4	3	1	4	2	1	2	3	4	3	3	3	
R106	4	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	2	3	1	1	2	3	2	3	3	3	
R107	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	1	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	1	1	2	3	2	3	3	
R108	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	
R109	3	3	4	2	4	2	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	2	4	2	4	4	4	3	3	
R110	2	3	3	1	4	2	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	2	3	3	
R111	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3
R112	2	3	3	2	3	2	2	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	2	4	1	1	3	3	
R113	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3
R114	2	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	1	2	1	3	3	3	3	3	3	



Lampiran 9 Uji Validitas dan Reliabilitas

## Reliability

### Scale: Body Image

Case Processing SummarBI

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.845	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BI1	108.80	109.131	-.041	.852
BI2	108.63	113.551	.370	.864
BI3	108.37	104.309	.391	.838
BI4	109.03	113.964	-.324	.863
BI5	109.23	104.599	.378	.843
BI6	109.00	112.069	-.209	.859
BI7	108.60	105.972	.346	.844
BI8	108.47	105.361	.310	.841
BI9	108.60	107.076	.399	.845
BI10	109.27	113.306	-.291	.861
BI11	108.57	104.392	.321	.840

BI12	109.33	112.506	-.216	.762
BI13	108.67	105.747	.357	.843
BI14	108.67	102.368	.488	.831
BI15	108.83	102.489	.379	.837
BI16	109.30	109.459	-.060	.853
BI17	108.67	107.885	.331	.849
BI18	108.80	109.131	-.047	.854
BI19	108.70	104.907	.330	.840
BI20	109.37	114.378	-.319	.865
BI21	109.50	109.224	-.048	.853
BI22	109.63	107.275	.363	.847
BI23	108.87	96.051	.730	.815
BI24	109.07	100.754	.426	.830
BI25	109.23	100.392	.398	.831
BI26	108.67	98.161	.664	.820
BI27	108.87	102.809	.371	.838
BI28	108.73	100.892	.384	.832
BI29	108.77	98.392	.592	.822
BI30	108.93	101.582	.423	.831
BI31	108.97	94.102	.746	.811
BI32	108.80	94.303	.673	.813
BI33	109.53	105.844	.357	.843
BI34	108.87	98.464	.481	.826
BI35	108.77	99.909	.528	.826
BI36	108.93	99.168	.546	.825
BI37	109.70	105.528	.333	.845
BI38	109.33	107.402	.389	.845
BI39	108.83	96.695	.668	.818
BI40	108.70	96.079	.668	.816

40 – 9 = 31 (ITEM VALID)

## Reliability

### Scale: Intensitas Penggunaan Instagram

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	EIPIncluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.909	36

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
IPI1	110.10	167.334	.655	.905
IPI2	110.23	165.220	.750	.903
IPI3	110.20	166.372	.621	.905
IPI4	110.67	173.885	.150	.912
IPI5	110.07	172.409	.376	.908
IPI6	110.27	171.513	.347	.908
IPI7	110.30	166.631	.687	.904
IPI8	110.67	164.230	.563	.905
IPI9	110.90	173.059	.308	.911

IPI10	110.43	174.392	.196	.910
IPI11	110.60	170.041	.326	.909
IPI12	110.87	174.533	.154	.911
IPI13	110.07	166.478	.603	.905
IPI14	110.57	172.116	.394	.909
IPI15	110.77	173.082	.183	.911
IPI16	110.60	164.179	.654	.904
IPI17	110.33	165.471	.583	.905
IPI18	110.47	163.982	.633	.904
IPI19	110.33	165.540	.709	.904
IPI20	110.33	170.851	.486	.907
IPI21	110.47	168.533	.506	.906
IPI22	110.13	165.844	.754	.903
IPI23	110.80	169.614	.360	.908
IPI24	110.63	177.757	-.005	.914
IPI25	110.23	167.151	.584	.905
IPI26	110.20	173.269	.393	.909
IPI27	110.60	168.731	.429	.907
IPI28	110.33	171.747	.320	.909
IPI29	110.27	168.547	.477	.906
IPI30	110.30	170.079	.524	.906
IPI31	110.43	163.564	.717	.903
IPI32	110.37	164.171	.622	.904
IPI33	110.50	170.397	.360	.908
IPI34	110.23	171.082	.340	.908
IPI35	110.30	165.183	.624	.904
IPI36	110.27	169.030	.451	.907

36 – 5 = 31 (ITEM VALID)



Lampiran 10 Uji Normalitas

## NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		body image	intensitas
N		114	114
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	99.31	94.63
	Std. Deviation	10.356	12.983
Most Extreme Differences	Absolute	.060	.065
	Positive	.038	.044
	Negative	-.060	-.065
Kolmogorov-Smirnov Z		.643	.693
Asymp. Sig. (2-tailed)		.802	.722
a. Test distribution is Normal.			



## Means

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
body image * intensitas	114	100.0%	0	.0%	114	100.0%

## Report

body image

intensitas	Mean	N	Std. Deviation
39	47.00	1	.
47	48.00	1	.
49	45.00	1	.
50	45.00	2	16.971
51	48.00	1	.
52	47.00	1	.
53	56.00	1	.
54	50.00	1	.
55	51.50	2	12.021
56	58.00	1	.
57	58.00	1	.
58	52.00	2	15.556
59	57.67	3	9.292
60	57.00	1	.
61	59.00	1	.
63	57.33	3	13.503
64	59.50	2	10.607
65	59.00	1	.
67	67.40	5	6.148
68	67.33	3	8.622
69	65.50	2	15.678

70	63.50	6	12.062
71	60.00	1	.
72	62.75	4	10.720
73	68.75	4	12.920
74	61.50	4	7.853
75	68.33	3	9.074
76	65.25	4	14.268
77	69.00	3	3.464
78	68.33	3	7.388
79	60.80	5	13.084
80	66.00	1	.
81	64.00	1	.
82	61.00	2	7.071
83	67.00	4	5.477
84	64.75	4	15.042
85	69.33	3	10.693
86	61.00	2	5.657
87	64.00	7	11.029
88	69.00	3	8.349
89	60.00	1	.
91	60.25	4	10.478
92	63.00	1	.
94	64.00	2	2.828
95	65.00	1	.
96	66.00	2	8.485
97	62.00	2	5.657
104	66.00	1	.
Total	65.31	114	10.356

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
body image * intensitas	Between Groups	(Combined)	10120.504	47	215.330	1.416	.095
		Linearity	4693.016	1	4693.016	30.864	.000
		Deviation from Linearity	5427.489	46	117.989	.776	.817
	Within Groups		10035.750	66	152.057		
	Total		20156.254	113			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
body image * intensitas	-.683	.466	.709	.502

Lampiran 12 Uji Hipotesis Regresi Linear Sederhana

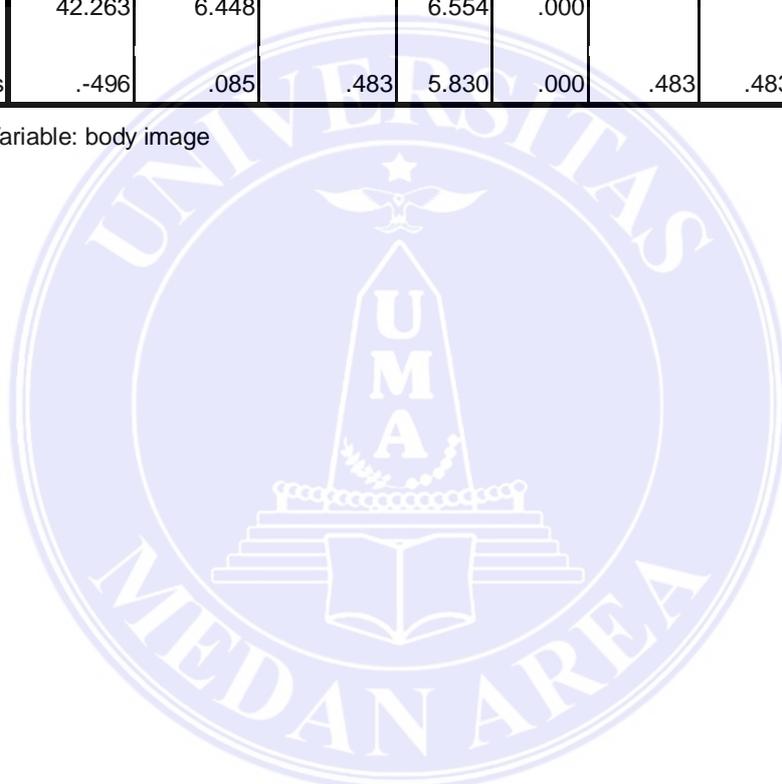




**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
	1 (Constant)	42.263	6.448				6.554	.000
intensitas	-.496	.085	.483	5.830	.000	.483	.483	.483

a. Dependent Variable: body image



### Lampiran 13 Surat Izin Penelitian





# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

---

Nomor : 1323/FPSI/01.10/V/2024 6 Mei 2024  
Lampiran : -  
Hal : Penelitian

Yth. Bapak **Wakil Rektor Bidang Mutu SDM dan Perekonomian Universitas Medan Area**  
di -

Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : **Dea Rahmi Putri**  
NPM : **208600056**  
Program Studi : **Ilmu Psikologi**  
Fakultas : **Psikologi**

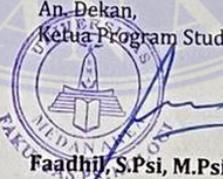
untuk melaksanakan pengambilan data di **Universitas Medan Area, Jl. Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jl. Gedung PBSI, Medan 20223** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Body Image pada Remaja Perempuan Universitas Medan Area"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Universitas yang Bapak pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,  
Ketua Program Studi Psikologi



**Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog**

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip



**UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
Kampus I : Jalan Kolang Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

---

Nomor : 625/UMA/B/01.7/V/2024 08 Mei 2024.  
Lamp. : -  
Hal : Izin Penelitian Dan Pengambilan Data Tugas Akhir

Kepada Yth.  
**Dekan Fakultas Psikologi**  
Universitas Medan Area  
di - M e d a n

Dengan hormat, sesuai dengan surat dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor : 1323/FPSI/01.10/V/2024 tertanggal 06 Mei 2024, perihal izin penelitian dan pengambilan data Tugas Akhir di Universitas Medan Area oleh mahasiswa sebagai berikut :

Nama : Dea Rahmi Putri  
NPM : 208600056  
Program Studi : Ilmu Psikologi

Dengan Judul Penelitian "**Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan Universitas Medan Area**".

Pada Prinsipnya disetujui yang bersangkutan untuk melaksanakan pengambilan data di Universitas Medan Area guna penyusunan Skripsi untuk kepentingan Ilmiah dan Akademik.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wakil Rektor Bidang Mutu SDM dan  
Perencanaan,  
  
**Dr. Dedih Sahputra, S.Sos, MA**

**Tembusan :**  
1. Mahasiswa Ybs  
2. File

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
Kampus I : Jalan Kolang Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 700/UMA/B/01.7/V/2024

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Dea Rahmi Putri
No.Pokok Mahasiswa	: 208600056
Program Studi	: Ilmu Psikologi
Fakultas	: Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area dengan Judul Skripsi  
**"Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan Universitas Medan Area"**.

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya

Medan, 21 Mei 2024.  
an Rektor  
Wakil Rektor Bidang Mutu SDM & Pengembangan,  
  
**Dr. Dea Sahputra, S.Sos, MA**

CC :  
- Arsip



	<b>UNIVERSITAS MEDAN AREA</b> <b>FAKULTAS PSIKOLOGI</b>
Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id	
Nomor : 1451/FPSI/01.10/V/2024	20 Mei 2024
Lampiran : -	
Hal : <b>Surat Keterangan</b> <b>Selesai Pengambilan Data</b>	
Yth, Bapak <b>Wakil Rektor Bidang Mutu SDM dan Perekonomian</b> Universitas Medan Area Di - Tempat	
Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan kepada bapak bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini :	
Nama : <b>Dea Rahmi Putri</b>	
Npm : <b>208600056</b>	
Fakultas/Program Studi : <b>Psikologi/Illmu Psikologi</b>	
Telah selesai melakukan penelitian dan pengambilan data pada Universitas Medan Area dengan judul " <i>Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Body Image pada Remaja Perempuan di Universitas Medan Area</i> ". Bersama kami mohon kepada Bapak kiranya dapat mengeluarkan Surat Keterangan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Universitas Medan Area terhitung mulai tanggal 8 Mei - 18 Mei 2024.	
Demikian kami sampaikan, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.	
 Ata, Dekan, Ketua Program Studi Psikologi <b>Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog</b>	
Tembusan - Mahasiswa Ybs - Arsip	
  	