

ABSTRAK

Kristianto, Nathanael Valentino. 2026. Hubungan Antara Perbandingan Sosial Dan Citra Tubuh Pada Pengguna Gym Laki-Laki. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat hubungan antara perbandingan sosial dengan citra tubuh pada pengguna gym laki-laki. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 268 individu yang merupakan pengguna gym. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara perbandingan sosial dan citra tubuh pada pengguna gym laki-laki. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Alat ukur yang digunakan di dalam penelitian ini adalah skala *Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure* (INCOM) ($\alpha = 0,739$) dan skala *The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) ($\alpha = 0,785$). Kedua skala tersebut menggunakan jenis respon Likert dengan masing-masing skala memiliki 8 item (INCOM) dan 23 item (MBSRQ-AS). Analisis uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan *Pearson Product Moment*. Berdasarkan hasil analisis data, dapat dilihat bahwa hipotesis diterima, sehingga terdapat hubungan positif antara perbandingan sosial dan citra tubuh ($p = 0,001$, $r = 0,182$). Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kecenderungan seorang individu untuk melakukan perbandingan sosial, maka semakin tinggi atau positif pula citra tubuh yang terbentuk.

Kata kunci : Perbandingan sosial, Citra Tubuh, Pengguna gym, Laki-laki

ABSTRACT

Kristianto, Nathanael Valentino. 2026. The Relationship Between Social Comparison And Body Image Among Male Gym-Users. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Faculty Of Psychology, Sanata Dharma University.

This research aims to examine the relationship between social comparison and body image among male gym users. A total of 268 gym-using individuals took part. This research hypothesizes that higher levels of social comparison would be associated with a more positive body image. This research used a correlational quantitative design. This research uses 2 measuring instruments, which are the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) ($\alpha = 0.739$) and the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire–Appearance Scale (MBSRQ-AS) ($\alpha = 0.785$). Both of these scales used the likert-scale questionnaires, with the INCOM scale having 8 items and the MBSRQ-AS scale having 23 items. This research analyzed and tested the hypothesis using Pearson’s product-moment correlation. Based on the data analysis, it was discovered that the hypothesis is accepted, thus inferring a positive relationship between social comparison and body image ($r = 0.182$, $p = 0.001$). Which means that, individuals who tend to compare themselves more with others will generally develop a more positive body image.

Keywords : Social comparison, Body image, Gym user, Male