

**PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP *BODY IMAGE* PADA
REMAJA DI SMA NEGERI 1 BENGKULU TENGAH**



SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana (S.Sos)
Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling Islam**

**Disusun Oleh :
FIFI ANITA DILA SARI
NIM: 2111320056**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULI UDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI SUKARNO
BENGKULU
2025 M / 1447 H**

PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP *BODY IMAGE* PADA
REMAJA DI SMA NEGERI 1 BENGKULU TENGAH



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana (S.Sos)
Dalam Bidang Bimbingan dan Konseling Islam

Disusun Oleh :

FIFI ANITA DILA SARI

NIM: 2111320056

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI FATMAWATI SUKARNO BENGKULU
2025 M /1447 H



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU**

Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Kota Bengkulu 38211
Telepon (0736) 51276-51171-53879 Faksimili (0736) 51171-51172
Website: www.uinfasbengkulu.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama: **Fifi Anita Dila Sari, NIM: 2111320056** yang berjudul
***"Pengaruh Media Sosial Terhadap Body Image pada Remaja Di SMA
Negeri 1 Bengkulu Tengah"***. Program Studi Bimbingan Konseling Islam
(BKI) Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Skripsi ini
telah diperiksa dan diperbaiki sesuai dengan saran pembimbing I dan
pembimbing II. Maka skripsi ini telah memenuhi persyaratan ilmiah dan
disetujui untuk diajukan dalam sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin,
Adab Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Bengkulu, 2025

Pembimbing I

Pembimbing II


Prof. Andang Sunarto, Ph.D., MCE
NIP. 197611240060410002


Asti Harwati, M.Pd
NIP. 199108252023212050

Mengetahui

An. Dekan Fuad

Ketua Jurusan Dakwah


Dr. Wira Hadikusuma, M.S.I
NIP. 198601012011011012



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU**

Jalan Raden Fatah Pagar Dewa Kota Bengkulu 38211
Telepon (0736) 51276-51171-53879 Faksimili (0736) 51171-51172
Website: www.uinfasbengkulu.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi atas nama Fifi Anita Dila Sari , NIM: 2111320056 yang berjudul *"Pengaruh Media Sosial Terhadap Body Image pada Remaja Di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah"* telah diujikan dan dipertahankan di depan tim sidang Munaqasyah Jurusan Dakwah, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno (UIN FAS) Bengkulu pada:

Hari : Senin

Tanggal : 11 Agustus 2025

Dengan ini dinyatakan LULUS, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

Bengkulu,

Juli 2025

Dekan


Dr. Aan Supian, M. Ag
NIP.196906151997031003

Tim Sidang

Ketua


Dr. Triyanti Pujiastuti, MA.Si
NIP. 198201102005012003

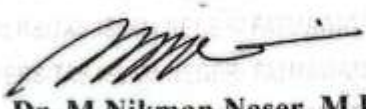
Sekretaris


Dila Astarini, M.Pd
NIP. 199001212019032008

Penguji I


Emzi Netri, M.Ag
NIP. 197105261997032002

Penguji II


Dr. M Nikman Naser, M.Pd
NIP. 199301292023210119

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini menyatakan :

1. Skripsi dengan judul **“Pengaruh Media Sosial Terhadap *Body Image* Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah”**. Adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di UTN Fatmawati Sukarno Bengkulu maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, pemikiran dan rumusan penulis sendiri tanpa bantuan yang tidak sah dari pihak lain kecuali arahan dari tim pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah penulis dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini penulis buat dengan sesungguhnya, dan apabila bila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar sarjana, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan berlaku.

Bengkulu,

2025



Fifi Anita Dila Sari
Fifi Anita Dila Sari
Nim.2111320056

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا
إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

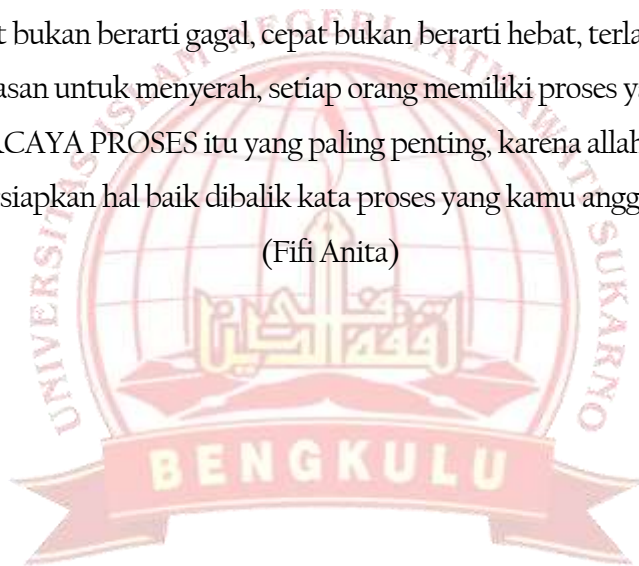
“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”.

(QS. Al-Insyirah:5-6)

“Terlambat bukan berarti gagal, cepat bukan berarti hebat, lambat bukan menjadi alasan untuk menyerah, setiap orang memiliki proses yang berbeda.

PERCAYA PROSES itu yang paling penting, karena Allah telah mempersiapkan hal baik dibalik kata proses yang kamu anggap rumit”.

(Fifi Anita)



PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang, dengan penuh rasa syukur atas nikmat-Nya kupersembahkan skripsi ini untuk:

1. Kedua orang tuaku, ayahanda dan ibunda tercinta dan terhormat bapak Abdullah dan ibu Duma Sari. Anakmu mengucapkan terima kasih yang setulusnya tersirat dalam hati dan terima kasih yang tak terhingga atas segenap kasih sayang, dukungan, dorongan, motivasi, do'a, serta segala bentuk rasa cinta atas segala usaha dan jerih payah pengorbanan untuk diriku selama ini.
2. Teruntuk kakak-kakakku dan juga adikku yang senantiasa memberikan dukungan dan do'a untuk diriku.
3. Bapak Prof. Andang Sunarto, M.Kom.,Ph.D.,M.CE dan ibu Asti Haryati, M.Pd. terima kasih atas segala bimbingan dan saran yang sudah diberikan kepada penulis sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Semua dosen yang telah mengajarkan dan mendidik saya dengan penuh rasa sabar dan ikhlas. Sehingga ilmu yang saya dapatkan di bangku perkuliahan dapat menjadi ilmu yang bermamfaat untuk banyak orang.
5. Teman masa putih abu-abu ku, Silvia Oktaviani, Friska Marshanda, Kerin Gusvira, dan Pita Lupia Anisa yang telah menjadi bagian dari

perjalanan hidupku yang penuh warna. Untuk tawa yang tak pernah habis, cerita yang tak terlupa, dan dukungan yang tanpa pamrih, terima kasih telah menjadi sahabat sejati di masa remaja yang indah. Semoga setiap kenangan kita menjadi pijakan semangat dalam meraih masa depan. Kebersamaan kita adalah bagian penting dari siapa aku hari ini.

6. Teman-teman seperjuangan di bangku kuliahku, Hutra Boma, Puput Indah Lestari, Juliva, Helpi dan Putri. Terima kasih atas kebersamaan, diskusi larut malam, tugas-tugas mendadak, serta saling menguatkan di saat hampir menyerah. Semoga keberhasilan ini menjadi awal dari pencapaian-pencapaian hebat lainnya yang akan kita raih bersama, meski di jalan masing-masing.
7. Kepada teman-temanku Khususnya BKI 21B yang tidak bisa disebutkan satu persatu. terimakasih atas kebersamaannya selama ini semoga pertemanan ini tidak hanya sebatas perkuliahan saja.
8. Agama, bangsa, negara dan almamaterku tercinta, serta kampusku Universitas Islam Negri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Fifi Anita Dila Sari, 2111320056, “Pengaruh Media Sosial Terhadap *Body Image* Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah”.

ABSTRAK

Media sosial merupakan salah satu media yang paling sering digunakan oleh remaja dan memiliki peran penting dalam membentuk persepsi terhadap tubuh atau *body image*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media sosial terhadap *body image* pada remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Teknik pengumpulan data menggunakan angket yang disebarakan kepada responden menggunakan *google form*. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, dengan jumlah responden sebanyak 104 siswa. Instrumen penelitian berupa skala media sosial dan skala *body image* yang telah diuji validitas serta reliabilitasnya. Analisis data menggunakan *regresi linear* sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial berpengaruh signifikan terhadap *body image*, dengan nilai thitung 8,997 lebih besar dari ttabel 1,983 dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,441, yang berarti media sosial memberikan pengaruh sebesar 44,1% terhadap *body image* remaja, sedangkan 55,9% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Temuan ini menunjukkan semakin tinggi intensitas penggunaan atau paparan terhadap media sosial, maka semakin besar pula kemungkinan remaja mengalami perubahan dalam cara mereka memandang tubuh mereka sendiri.

Kata Kunci: media sosial, *body image*, remaja

Fifi Anita Dila Sari, 2111320056, “The Influence of Social Media on Body Image Among Adolescents at SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah”

ABSTRACT

Social media is one of the most frequently used platforms by adolescents and plays an important role in shaping perceptions of the body or body image. This study aims to determine the effect of social media on body image among adolescents at SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah. This research employed a quantitative approach with a correlational method. Data were collected using questionnaires distributed to respondents via Google Form. The sample was determined using purposive sampling, with a total of 104 students as respondents. The research instruments consisted of a social media scale and a body image scale, both of which had been tested for validity and reliability. Data analysis was carried out using simple linear regression. The results indicated that social media had a significant effect on body image, with a *t*-count value of 8.997 greater than the *t*-table value of 1.983 and a significance level of $0.000 < 0.05$. The coefficient of determination (*R* Square) was 0.441, which means that social media contributed 44.1% to adolescents' body image, while the remaining 55.9% was influenced by other factors outside this study. These findings show that the higher the intensity of social media use or exposure, the greater the likelihood that adolescents will experience changes in how they perceive their own bodies.

Keywords: social media, body image, adolescents

KATA PENGANTAR

Assallamualaikum.Wr.Wb

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat dan karunia- Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Pengaruh Media Sosial Terhadap Body Image Pada Remaja Di SMA Negeri 1 BENGKULU TENGAH”* Shalawat dan salam untuk Nabi besar Muhammad SAW yang telah berjuang untuk menyampaikan ajaran Islam sehingga umat Islam mendapatkan petunjuk ke jalan yang lurus baik di dunia maupun akhirat.

Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat guna untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial Islam (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapat bantuan serta bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

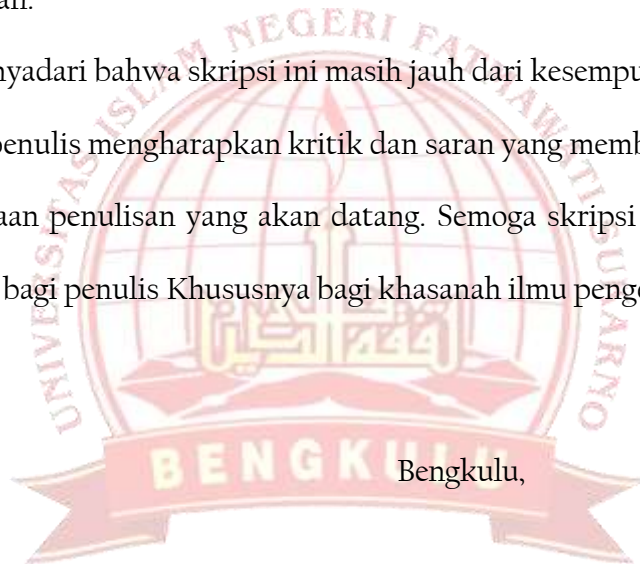
1. Bapak Prof. Dr. KH. Zulkarnain Dali, M.Pd, selaku Rektor UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.
2. Bapak Dr. Aan Supian, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab Dan Dakwah UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.

3. Dr. Rahmat Ramdhani, M.Sos,I Selaku wakil dekan I Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
4. Prof. Andang Sunarto, M.Kom.,Ph.D.,M.CE Selaku wakil dekan II Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu. Dan Juga selaku pembimbing 1 skripsi saya yang selalu senantiasa sabar dan telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikiran dalam memberikan bimbingan, dan petunjuk serta motivasinya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.
5. Dr. M. Ridho Syabibi, M.Ag Selaku wakil dekan III Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
6. Bapak Dr. Wira Hadi Kusuma, M,S.I. ketua Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah dan Pebri Prandika Putra, M. Hum. Sekretaris Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno (UINFAS) Bengkulu.
7. Ibu Dilla Astarini, M. Pd. Selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Jurusan Dakwah, Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno (UINFAS) Bengkulu.

8. Ibu Asti Haryati, M.Pd selaku Pembimbing II Skripsi yang telah senantiasa sabar dan telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikiran dalam memberikan bimbingan, dan petunjuk serta motivasinya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.
9. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Dakwah UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu yang memberikan berbagai ilmunya dengan penuh keikhlasan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan.

Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan penulisan yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis Khususnya bagi khasanah ilmu pengetahuan, aamin.



Bengkulu,

2025

Fifi Anita Dila Sari
Nim.2111320056

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PRMBIMBING	ii
PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR BAGAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Kajian Penelitian Terdahulu	6
F. Sistematika Penulisan	12
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. <i>Body Image</i>	13
1. Pengertian <i>Body Image</i>	13
2. Karakteristik <i>Body Image</i>	15
3. Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	16

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	17
B. Media Sosial	19
1. Pengertian Media Sosial.....	19
2. Aspek-Aspek Media Sosial.....	21
3. Kategori Media Sosial.....	23
4. Jenis-Jenis Media Sosial.....	24
5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi.....	27
C. Kerangka Berfikir	29
D. Hipotesis Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian.....	31
B. Identifikasi Variabel	32
C. Tempat dan Waktu	32
D. Sumber Data Penelitian	33
E. Populasi dan Sampel	33
F. Intrumen Pengumpulan Data.....	34
G. Teknik Pengumpulan Data.....	36
H. Uji Kualitas Data.....	42
I. Teknik Analisis Data.....	43
J. Uji Koefisien Determinasi.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Deskripsi Tempat Penelitian	49
1. Gambaran Objek Penelitian.....	49
B. Hasil Penelitian.....	50
1. Uji Kualitas Data	50
2. Uji Reliabilitas.....	54
3. Uji Asumsi Dasar	55

4. Uji Hipotesis.....	58
5. Uji Koefisien Diterminasi	63
C. Pembahasan.....	61
1. Pengaruh Media Sosial Terhadap <i>Body Image</i> di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah.....	61
2. Seberapa Besar Pengaruh Media Sosial Terhadap <i>Body Image</i> Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah.....	63
BAB VI PENUTUP	67
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian	35
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Media Sosial	41
Tabel 3.3 Kisi-kisi Intrumen <i>Body Image</i>	42
Tabel 3.4 Tabel Skoring	43
Tabel 4.1 Uji Validitas Media Sosial	51
Tabel 4.2 Uji Validitas <i>Body Image</i>	52
Tabel 4.3 Jumlah Responden Yang Digunakan	53
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Media Sosial	54
Tabel 4.5 Uji Reliabilitas <i>Body Image</i>	54
Tabel 4.6 Uji Normalitas	55
Tabel 4.7 Uji Homogenitas	57
Tabel 4.8 Uji Linearitas	58
Table 4.9 Uji Regresi Linear Sederhana	59
Tabel 4.10 Hasil Uji -t	60
Tabel 4.11 Hasil Uji Koefisien Determinasi	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Jenis Kelamin	43
Gambar 4.2 Kelas	50
Gambar 4.3 Diagram Uji Normalitas Data.....	57
Gambar 4.4 <i>Plot Regression Standar Residual Normalitas Data</i>	57



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Bagan Kerangka Berpikir.....	30
--	----

