

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN
PERBANDINGAN SOSIAL PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA
MEDIA SOSIAL INSTAGRAM**

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Disusun Oleh :

Dinda Sekar Amelia
30701800034

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN PERBANDINGAN SOSIAL PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Dinda Sekar Amelia
30701800034

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal

Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si

01 Agustus 2022

Semarang, 01 Agustus 2022

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung



Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIK. 210799001

PALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN PERBANDINGAN SOSIAL PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Dinda Sekar Amelia

Nim: 30701800034

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 09 Agustus 2022

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
2. Inhasuti Sugiasih, S.Psi, M.Psi, Psikolog
3. Diany Ufieta Syafitri, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 24 Agustus 2022

Mengetahui



Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
NIK. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya, Dinda Sekar Amelia dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



Semarang, 09 Agustus 2022

Yang menyatakan



Dinda Sekar Amelia
30701800034

MOTTO

“Janganlah engkau bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita”

(Al-Qur'an Surat At-Taubah:40)

“Aku harap, kita semua bisa bahagia. Bagai sinar matahari yang terik tanpa kesedihan sedikitpun”

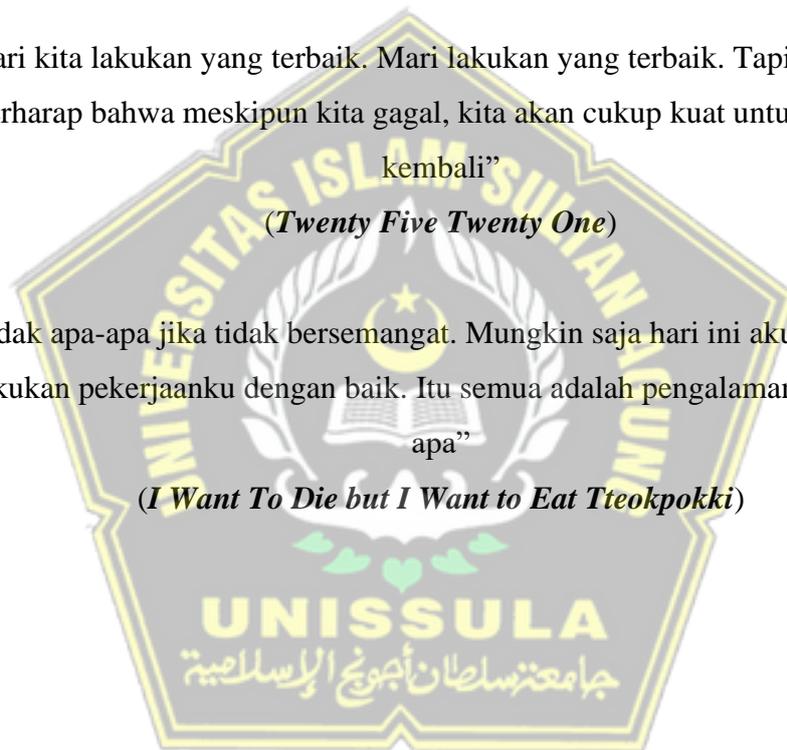
(My Liberation Notes)

“Mari kita lakukan yang terbaik. Mari lakukan yang terbaik. Tapi aku masih berharap bahwa meskipun kita gagal, kita akan cukup kuat untuk bangkit kembali”

(Twenty Five Twenty One)

“Tidak apa-apa jika tidak bersemangat. Mungkin saja hari ini aku tidak bisa melakukan pekerjaanku dengan baik. Itu semua adalah pengalaman. Tidak apa-apa”

(I Want To Die but I Want to Eat Tteokpokki)



PERSEMBAHAN

Ku persembahkan karya ini untuk:

Kedua orangtua yang telah mendukungku sampai sejauh ini, yang dengan sabar dan luar biasa terus berada disampingku hingga aku dapat berlari sampai di titik ini. Kalian adalah sumber semangatku dalam menuntut ilmu hingga mencapai gelar sarjana. Karya ini ku persembahkan sebagai tanda baktiku.



KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat, hidayah, dan ridho-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Solawat serta salam tak lupa saya junjungkan kepada Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wassalam, semoga kita semua mendapatkan syafaatnya kelak di hari akhir. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi (S1) Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

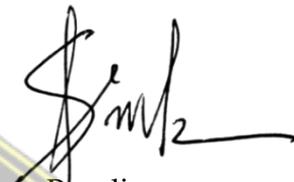
Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penelitian ini, kesulitan dan hambatanpun tidak bisa untuk di hindari. Namun atas ridho yang diberikan oleh Allah SWT dan dengan adanya bantuan serta dukungan dari semua pihak maka penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang sekaligus dosen pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan, saran, dan motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Abdurrohman, S.Psi., M.Si selaku wali dosen di Fakultas Psikologi yang memberikan nasehat, bimbingan, dan arahan selama proses perkuliahan.
3. Jajaran dekan dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Ekonomi, Fakultas Hukum, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Fakultas Agama Islam yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
4. Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang menjadi responden dalam penelitian ini dan bersedia untuk mengisi skala penelitian.
5. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang selaku pengajar yang telah memberikan materi dan pembelajaran selama proses perkuliahan.
6. Bapak dan Ibu staff TU dan perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang senantiasa memberikan bantuan.

7. Bapakku Nasichu Ahmad Tabroni dan Mamahku Eli Purwati, terima kasih atas segala dukungan baik dalam bentuk moril maupun materil, segala kasih sayang yang selalu dilimpahkan, doa yang tiada henti-hentinya untukku, terima kasih pula telah menjadi rumah singgah ternyaman dalam hidup yang memberikan ketenangan dan menjadi penguat dalam segala kondisi apapun.
8. Mbahku Danisah dan Bulik Ela Citra Devi yang selalu memberi kasih sayang, doa dan dukungan, terima kasih karena kehadiran kalian pula yang memotivasi penulis untuk berjuang dalam meraih gelar sarjana Psikologi.
9. Keluarga besar Carmadi, Alm. Om Hasyim, Bulik Iis, Om Didi, Bulik ela, Yayi, Kakung. Alm, Om Bejo, Bulik Ratih, Mbah Ibel, Mbah Umi, Bagas, Seilen, Davin, Zakia, serta sepupu dan keponakanku.
10. Teman-teman seperjuanganku di Fakultas Psikologi, Denada, Iza, Dian, Wilda, Anggita, Dyah, Denda, Alma, Aulia, Dhila, Dwi Sri, terima kasih telah mewarnai hari-hariku selama kuliah bersama.
11. Sahabat kecilku, Lilis, Linda, Lita, Ali, Rizki, Ayu, Mba Yusti, Mba Mita, terima kasih telah mendukungku selama ini.
12. Sahabat-sahabatku SMA, Rakha Mita, Zanuba, Dwil, Elin, Lita, Rozak, Jihan, Eka, Soleh, terima kasih atas waktu yang sudah diluangkan untukku, semangat dan doa yang telah diberikan.
13. Sahabat kuliahku tercinta Annisa dan Cacak, terima kasih telah menjadi tempat bercerita dan berkeluh kesah, berbagi kesedihan dan kesenangan, berbagi canda dan tawa, menjadi teman saat diperantauan, dan banyak hal lagi yang tidak bisa ku sebutkan satu persatu, terima kasih atas waktu dan kenangan yang telah diberikan, *keep fighting!*
14. Kepada diriku sendiri yang mampu bertahan sampai sejauh ini, terima kasih karena tidak menyerah meskipun harus melewati jalan yang terjal, terima kasih karena tetap bangkit meskipun di tengah kegagalan, dan terima kasih karena terus berjuang dan mampu menyelesaikan skripsi ini, kamu hebat!
15. Tuhanku, Allah SWT yang telah memberikan nikmat yang tak terhingga, yang memberikan limpahan cinta dan kasih sayang, memberikan perlindungan dan kekuatan, serta memberikan takdir yang baik, ketetapan yang baik di waktu yang baik pula.

Akhir kata, penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini dikerjakan dengan sungguh-sungguh dan serius oleh penulis, penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan perkembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, 01 Agustus 2022



Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian.....	13
BAB II LANDASAN TEORI.....	14
A. Perbandingan Sosial.....	14
1. Pengertian Perbandingan Sosial.....	14
2. Aspek-Aspek Perbandingan Sosial.....	16
3. Dimensi Perbandingan Sosial.....	18
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perbandingan Sosial.....	19
5. Jenis-jenis Perbandingan Sosial.....	20
B. Penerimaan Diri.....	23
1. Pengertian Penerimaan Diri.....	23
2. Aspek-Aspek Penerimaan Diri.....	25

3.	Ciri-ciri Penerimaan Diri	27
C.	Hubungan Penerimaan Diri dengan Perbandingan Sosial pada Remaja Akhir Pengguna Media Sosial Instagram.....	29
D.	Hipotesis.....	31
BAB III	METODE PENELITIAN	32
A.	Identifikasi Variabel.....	32
B.	Definisi Operasional.....	32
C.	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling).....	33
1.	Populasi.....	33
2.	Sampel.....	34
3.	Teknik sampling.....	34
D.	Metode Pengumpulan Data.....	34
1.	Skala perbandingan sosial.....	35
2.	Skala penerimaan diri.....	36
E.	Validitas, Uji Daya Beda, dan Estimasi Reliabilitas.....	37
1.	Validitas	37
2.	Uji Daya Beda.....	37
3.	Reliabilitas Alat Ukur	38
F.	Teknik Analisis	39
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
A.	Orientasi Kancah Penelitian.....	40
B.	Persiapan Penelitian	41
1.	Tahap Perizinan.....	41
2.	Penyusunan Alat Ukur	42
3.	Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur	44
4.	Karakteristik Responden	44
C.	Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur.....	45
1.	Skala Perbandingan Sosial	45
2.	Skala Penerimaan Diri	46

D.	Pelaksanaan Penelitian	47
1.	Distribusi Aitem Skala Penelitian	47
2.	Pelaksanaan Penelitian	48
3.	Karakteristik Responden	48
E.	Analisis Data dan Hasil Pembahasan	49
1.	Uji Asumsi	49
2.	Uji Hipotesis	50
F.	Deskripsi Variabel Penelitian	50
1.	Deskripsi Data Perbandingan Sosial	51
2.	Deskripsi Data Skala Skor Penerimaan Diri	52
G.	Pembahasan	53
H.	Kelemahan Penelitian	55
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	56
A.	Kesimpulan Penelitian	56
B.	Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	64



DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Rancangan Aitem Skala Perbandingan Sosial	36
Tabel 2.	Rancangan Aitem Skala Penerimaan Diri	36
Tabel 3.	Agenda Penelitian	42
Tabel 4.	Distribusi Aitem Skala Perbandingan Sosial (Untuk Uji Coba)...	43
Tabel 5.	Distribusi Aitem Skala Penerimaan Diri (Untuk Uji Coba).....	43
Tabel 6.	Uraian Kegiatan Pembagian Skala Uji Coba	44
Tabel 7.	Data Demografi (Untuk Uji Coba).....	45
Tabel 8.	Sebaran Nomor Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Perbandingan Sosial	46
Tabel 9.	Sebaran Nomor Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Penerimaan Diri	46
Tabel 10.	Distribusi Aitem Skala Perbandingan Sosial (Untuk Penelitian)..	47
Tabel 11.	Distribusi Aitem Skala Penerimaan Diri (Untuk Penelitian)	47
Tabel 12.	Uraian Kegiatan Penyebaran Skala Penelitian	48
Tabel 13.	Data Demografi untuk Penelitian	49
Tabel 14.	Hasil Uji Normalitas.....	50
Tabel 15.	Norma Kategori Skor	51
Tabel 16.	Deskripsi Skor Skala Perbandingan Sosial	51
Tabel 17.	Norma Kategori Skor Skala Perbandingan Sosial.....	52
Tabel 18.	Deskripsi Skor Skala Penerimaan Diri.....	53
Tabel 19.	Norma Kategori Skor Skala Penerimaan Diri.....	53

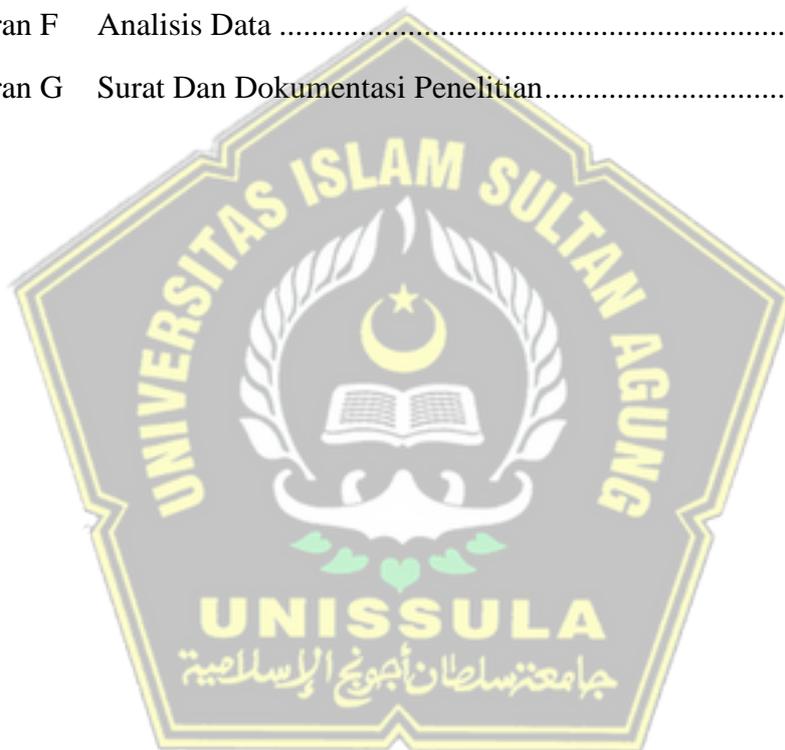
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategori Skala Perbandingan Sosial	52
Gambar 2. Kategori Skala Penerimaan Diri.....	53



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala Uji Coba.....	65
Lampiran B	Tabulasi Data Skala Uji Coba	78
Lampiran C	Uji Daya Aitem Dan Reliabilitas.....	99
Lampiran D	Skala Penelitian	104
Lampiran E	Tabulasi Data Skala Penelitian.....	117
Lampiran F	Analisis Data	162
Lampiran G	Surat Dan Dokumentasi Penelitian.....	168



HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN PERBANDINGAN SOSIAL PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM

Oleh
Dinda Sekar Amelia
Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
Email: dindasekar@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial pada remaja akhir yang menggunakan *instagram*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang berada dalam rentang usia 18 tahun sampai 21 tahun dengan sampel berjumlah 213 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan *cluster random sampling* sebagai metode pengambilan sampel. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan 2 skala. Pertama yaitu menggunakan skala perbandingan sosial yang terdiri atas 39 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,952. Skala kedua merupakan skala penerimaan diri yang terdiri atas 36 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,909. Analisis data pada hipotesis penelitian ini menggunakan analisis korelasi *pearson*. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial dengan $r = -0,519$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial. Sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel penerimaan diri terhadap perbandingan sosial adalah sebesar 26,9%.

Kata Kunci: penerimaan diri, perbandingan sosial, remaja akhir

RELATIONSHIP BETWEEN SELF ACCEPTANCE WITH SOCIAL COMPARISON IN TEENAGE SOCIAL MEDIA USERS INSTAGRAM

Dinda Sekar Amelia

Faculty of Psychology of Sultan Agung Islamic University, Semarang

E-mail: dindasekar@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between self acceptance and social comparison in late adolescents who use Instagram. The population in this study were students of the Islamic University of Sultan Agung Semarang who were in the age range of 18 years to 21 years with a sample of 213 students. This research uses cluster random sampling as a sampling method. Data collection in this study used 2 scales. The first is to use a social comparison scale consisting of 39 items with a reliability of 0,952. The second scale is a self acceptance scale consisting of 36 items with a reliability of 0,909. Analysis of the data in this research hypothesis using analysis correlation pearson. The results of the research that have been carried out show that there is a relationship between self acceptance and social comparison with $r = -0,519$ with a significance of 0,000 ($p < 0,05$). Based on these results indicate that there is a significant negative relationship between self acceptance and social comparison. The effective contribution given by the variable of self acceptance to social comparison is 26,9%.

Keywords: *self acceptance, social comparison, late adolescence*

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era globalisasi seperti sekarang ini teknologi sudah semakin maju dan mengalami perkembangan yang begitu pesat. Teknologi yang semakin berkembang juga berpengaruh terhadap berkembangnya komunikasi. Perkembangan teknologi informasi di tandai dengan berubahnya alat komunikasi. Pada beberapa tahun silam, telepon masih digunakan sebagai alat komunikasi yang membantu manusia untuk melakukan percakapan jarak jauh. Kemudian hadirilah *pager* yang selanjutnya di susul oleh *handphone*. Pada saat tersebut, mulailah kehidupan di dunia dengan era telekomunikasi nirkabel (Putra, 2018).

Internet menjadi suatu kebutuhan bagi manusia dalam menunjang kebutuhan sehari-hari, baik digunakan dalam kegiatan untuk bersosialisasi, melakukan aktivitas dalam hal pendidikan, berbisnis, dan lain sebagainya. Seiring dengan semakin majunya teknologi membuat media sosial ikut mengalami perkembangan secara pesat. *Handphone* yang di sebut juga dengan *smartphone* dalam pemakaiannya pada saat ini dapat terkoneksi oleh sambungan internet. Dengan digunakannya alat komunikasi tersebut yang terhubung melalui internet memungkinkan bagi penggunanya untuk melakukan komunikasi antara satu sama lain. Media tersebut dapat di sebut dengan istilah media sosial (Putra, 2018).

Media sosial merupakan suatu media *online* di mana para penggunanya dapat dengan mudah untuk berpartisipasi, berbagi suatu pengalaman dengan membagikan aktivitas sehari-hari. Terdapat pendapat lain yang mengatakan jika media sosial adalah suatu alat penunjang bagi individu dalam melakukan interaksi sosial. Media sosial juga menggunakan suatu teknologi berbasis *web* yang dapat mengubah berkomunikasi menjadi suatu dialog interaktif (Cahyono, 2016). Media sosial telah mengalami suatu perkembangan yang di mulai pada tahun 1997 dengan di tandai oleh situs media sosial pertama di dunia yaitu *Sixdegree.com*. Kemudian di tahun 2002, muncul media sosial baru yaitu *Friendster* yang

kemudian di susul oleh munculnya *facebook*, *twitter* dan media sosial lainnya yang semakin bertambah jumlahnya (Roesma & Mulya, 2018).

Katz, Gurevitch, & Haas (1973) mengungkapkan bahwa setiap individu memiliki suatu kebutuhan untuk berinteraksi melalui media sosial, sehingga kebutuhan tersebut dapat diklasifikasikan menjadi lima bagian. Pertama terdapat kebutuhan kognitif di mana di dalam kebutuhan ini mencakup mengenai penegasan informasi, wawasan dan suatu pemahaman yang berkaitan dengan dunia sekitar. Kedua yaitu kebutuhan afektif yang berkaitan dengan pengalaman seseorang. Ketiga yaitu adanya kebutuhan dari segi integratif personal mengenai kepercayaan, status pribadi dan kesetiaan. Keempat yaitu kebutuhan dari segi integratif sosial yang di dasari oleh dorongan individu untuk menjalin hubungan dengan sekitar. Kelima yaitu kebutuhan berkhayal, kebutuhan ini yang memiliki tujuan untuk melakukan pelepasan dan ketegangan atau bisa disebut dengan melakukan suatu penghiburan bagi individu yang menggunakannya.

Media sosial pada saat ini menjadi alat untuk berkomunikasi secara primer yang dilakukan oleh manusia di dunia tak terkecuali di Indonesia. Adanya akses komunikasi di media sosial yang luas dan cepat dapat menguntungkan individu sebagai pengguna karena mempermudah untuk mengetahui dan mengeksplorasi kegiatan orang lain yang berbeda jarak jauh dengan seseorang (Roesma & Mulya, 2018). Di antara media sosial yang telah hadir hingga saat ini yang seringkali digunakan oleh masyarakat umum antara lain yaitu, *facebook*, *twitter*, *path*, dan *instagram* (Prihatiningsih, 2017). Catatan data digital 2021 Indonesia menjelaskan terdapat 170 juta dari total penduduk yang ada di Indonesia telah aktif dalam menggunakan media sosial dan menghabiskan waktu sebanyak 3 jam 41 menit dalam sehari untuk bermain media sosial. Aplikasi *instagram* menempati posisi ketiga yang menjadi aplikasi dalam media sosial yang memiliki jumlah pengguna terbanyak di Indonesia, di mana pada posisi teratas yaitu di tempati oleh *Youtube* dan *Whatsapp*. Aplikasi *instagram* menjadi salah satu dari sekian banyak media sosial yang di sukai di Indonesia (Riyanto, 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2019) didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa aktif dalam menggunakan media sosial dengan presentase jumlah pengguna yaitu

WhatsApp (95,96%), *Instagram* (90,91%), dan *Youtube* (73,74%). Mahasiswa menghabiskan waktu untuk bermain media sosial sebanyak 1 sampai 6 jam dalam sehari (Saputra, 2019).

Instagram telah diresmikan pada tahun 2010, di mana aplikasi tersebut membuat penggunanya dapat melakukan berbagi foto maupun video. Aplikasi ini dilengkapi dengan fitur untuk mengambil foto dan video secara instan yang bertujuan untuk menangkap dan membagikan dari momen-momen kehidupan yang telah terambil dapat dibagikan oleh penggunanya melalui *instagram* (Hu, Manikonda, & Kambhampati, 2014). Dalam aplikasi *instagram* juga terdapat fitur bagi pengguna berupa filter untuk mengedit foto atau video yang dapat digunakan untuk memberikan kesan agar lebih menarik (Fioravanti, Probst, & Casale, 2019).

Terdapat beberapa alasan yang membuat seseorang tertarik untuk bermain *instagram*, di mana pada penelitian yang telah dilakukan oleh Sheldon dan Bryant (2015) membuktikan adanya motif terbesar seseorang dalam bermain *instagram* yaitu untuk mengetahui dan mengamati kehidupan orang lain. Sedangkan Alhabash dan Ma (2017) menjelaskan bahwa motivasi seseorang dalam bermain *instagram* yaitu untuk mencari hiburan, berinteraksi sosial, menghabiskan waktu luang, berbagi informasi, mendokumentasikan kehidupan, dan sebagai bentuk untuk mengekspos diri.

Berdasarkan hasil penelitian Marcus (2015) dibandingkan dengan media sosial lainnya, *instagram* berperan sebagai tempat untuk mempresentasikan identitas pribadi seorang pengguna dibandingkan untuk menjalin hubungan interaksi dengan sesama pengguna lainnya. Karena *instagram* memiliki sifat untuk mempresentasikan diri maka individu sebagai pengguna akan cenderung selektif dalam mempresentasikan diri mereka dengan menonjolkan sisi diri yang positif saja. Para pengguna *instagram* biasanya akan menampilkan foto atau video terbaik yang di milikinya, pencapaian yang di miliki dan aktivitas-aktivitas menarik yang dilakukan (Vogel, Rose, Roberts, & Eckles, 2014).

Pengunggahan konten di *instagram* akan membuat individu cenderung untuk tidak menampilkan hal buruk yang ada pada diri individu dan tidak pula

menampilkan proses maupun upaya dalam mencapai suatu keberhasilan pada kehidupan yang di jalani oleh seseorang. Hal tersebut membuktikan jika dalam pemakaiannya *instagram* hanya menampilkan hal-hal baik dari kehidupan seseorang. Terdapat penelitian lain yang mengungkapkan bahwa individu yang menggunakan *instagram* juga akan terbawa oleh kehidupan ideal yang diekspose teman maupun pengguna lain yang diikutinya (Ho, Lee, & Liao, 2016). Faktanya, sebagian besar foto yang *diposting* di *instagram* disaring dan dimanipulasi untuk mencapai hasil terbaik. Hal tersebut mengartikan bahwa pengguna *instagram* tidak hanya berkemungkinan untuk memperlihatkan kehidupan ideal tetapi pengguna *instagram* juga berpeluang besar untuk terkena kehidupan ideal milik orang lain, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk terlibat dalam perbandingan ke atas yaitu, pengaruh negatif dari adanya perbandingan sosial (Fioravanti, Prostamo, & Casale, 2019).

Jumlah dari pengguna media sosial *instagram* di Indonesia tercatat hingga Juli 2021 sebesar 91,77 juta pengguna. Pengguna terbanyak di tempati oleh kelompok usia 18-24 tahun 36,4 persen (Rizaty, 2021). Berdasarkan dari pemaparan data pengguna *instagram* di atas dapat di ketahui bahwa pengguna *instagram* di dominasi oleh remaja akhir. Remaja yang memiliki akun media sosial biasanya cenderung menghabiskan waktu selama berjam-jam lamanya untuk berselancar di media sosial, entah dilakukan untuk membagikan curhatannya melalui media sosial, memposting foto-foto bersama teman maupun keluarga, atau hanya sekedar melihat-lihat video maupun foto dan memberikan komentar (Prihatiningsih, 2017). Berdasarkan data dari *Royal Society for Public Health* sebuah penelitian di seluruh Inggris menemukan bahwa jika dibandingkan dengan *Youtube*, *Twitter*, *Facebook*, dan *Snapchat*, *Instagram* menduduki peringkat terburuk untuk kesehatan mental remaja dan kesejahteraan secara keseluruhan (Noon, 2020).

Mahasiswa merupakan peserta didik perguruan tinggi yang masuk dalam kategori remaja akhir, yaitu pada usia 18 sampai 21 tahun (Hurlock, 1990). Berdasarkan pendapat Santrock (2011) menyatakan bahwa mahasiswa masuk dalam kategori remaja akhir menuju dewasa awal dengan berkisar usia 18 sampai

22 tahun, sedangkan mahasiswa yang sedang dalam proses mengerjakan skripsi berada pada usia 21 sampai 25 tahun. Monks (2006) menyatakan bahwa mahasiswa termasuk dalam kategori remaja akhir yang diperpanjang. Oleh sebab itu, Monks (2006) mengkategorikan usia 18 sampai 21 tahun ke dalam masa remaja akhir. Kategori batasan usia remaja menurut Monks (2006) pada usia 12-15 tahun yaitu masa remaja awal, usia 15-18 tahun yaitu masa remaja tengah atau madya, dan pada usia 18-21 tahun adalah masa remaja akhir. Hurlock (2010) menjelaskan bahwa perubahan yang kerap kali terjadi pada diri remaja dapat menjadikan remaja berada dalam berbagai macam situasi yang berbeda, hal tersebut menyebabkan remaja membutuhkan penerimaan dan penghargaan yang bersumber dari orang lain. Hurlock (1990) juga memaparkan bahwa melalui lingkungan sekitar seorang remaja akhir akan menggali informasi dan melakukan eksplorasi identitas.

Pada fase usia remaja terdapat salah satu karakteristik yang di miliki individu yaitu adanya keinginan untuk di akui dan adanya sikap untuk menunjukkan diri (Hurlock, 2010). Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa karakteristik yang terdapat pada diri seorang remaja secara garis besar dapat dikatakan sebagai masa dalam pencarian identitas, tidak realistis dan berada dalam ambang masa dewasa. Meskipun seperti yang telah dijelaskan dalam pemaparan di atas, remaja akhir secara spesifik dapat dicirikan sebagai fase di mana seseorang memiliki peningkatan pemikiran yang lebih realistis, dapat memandang suatu hal dengan cara yang lebih baik, memiliki respon yang baik dalam menghadapi masalah kehidupan sehingga dapat berpikir secara matang, memiliki ketenangan emosi yang semakin meningkat, dapat mengontrol emosi secara baik, memiliki identitas seksual yang menetap, dan memiliki perhatian terhadap kematangan dibandingkan dengan masa-masa remaja sebelumnya (Gunarsa & Gunarsa, 2001)

Banyak penelitian yang ditemukan mengenai perbandingan sosial di mana yang menjadi subjek sasaran adalah mahasiswa baru yang berada dalam fase remaja akhir. Hal ini, dikarenakan pada masa tersebut seseorang mengalami proses pembentukan identitas di mana pendapat ini didasarkan atas penelitian

yang dilakukan oleh Yang, Holden, & Carter (2018) di negara Amerika Serikat. Yang C. C., Holden, Carter, & Webb (2018) mengungkapkan bahwa sangat penting untuk melakukan penelitian mengenai perbandingan sosial dan identitas diri pada masa awal perkuliahan. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa baru nampak sering melibatkan diri dalam melakukan dua bentuk perbandingan baik perbandingan dalam hal kemampuan maupun opini. Perbandingan tersebut dilakukan melalui media sosial dengan tujuan untuk membangun identitas dan memahami komunitas baru. Yang, Holden, & Carter (2018) mengungkapkan bahwa dengan seseorang melihat akun media sosial orang lain, mahasiswa baru akan menilai seberapa baik dirinya dalam melakukan penyesuaian diri. Perasaan tertekan juga kerap kali muncul karena individu berusaha untuk menampilkan sisi positif yang ada di dalam diri, sehingga hal tersebut dapat menghambat seseorang dalam melakukan pengekspresian diri dan eksplor diri di mana hal tersebut dapat penting dalam pembentukan identitas seseorang.

U.S. Department of Education (2017) menyatakan bahwa sebagian besar individu khususnya mahasiswa terlibat dalam pengembangan perbandingan sosial. Penelitian perbandingan sosial dengan memanipulasi akun media sosial terkait dengan jumlah suka, komentar, latar belakang kehidupan, serta dengan menampilkan foto profil yang menarik. Setelah ditampilkan akun media sosial tersebut maka akan tampak indikator kecemburuan, kegetiran, seberapa jauh mereka menginginkan untuk bertukar peran dan kehidupan seperti pemilik profil media sosial tersebut (Apple, Crusius, & Gerlach, 2015).

Pemakaian *instagram* yang dilakukan oleh seseorang memiliki kemungkinan bagi pengguna untuk mengikuti, melihat, menyukai, dan memberikan komentar kepada orang yang tidak di kenal secara pribadi, termasuk *selebgram* atau *influencer* dan selebritas serta penggunaan tagar yang dapat lebih mendorong individu untuk melakukan perbandingan sosial (Jiang & Ngien, 2020). Unggahan yang ada di dalam *instagram* membuat seseorang merasa ingin memiliki kehidupan ideal yang ditampilkan oleh teman atau orang lain yang diikutinya. *Instagram* tidak begitu akurat dalam menggambarkan kebahagiaan dan kesuksesan orang lain. Namun, banyak pengguna yang beranggapan bahwa

unggahan yang dibagikan oleh orang lain bersifat nyata, sehingga individu menganggap bahwa kebahagiaan dan kesuksesan yang dibagikan oleh orang lain melalui *instagram* sama dengan kebahagiaan dan kesuksesan yang ada di dunia nyata. Hal tersebut yang menyebabkan seseorang beranggapan bahwa orang lain yang menggunakan *instagram* merupakan orang yang lebih bahagia, sukses, dan lebih baik dari dirinya (Panjaitan & Rahmasari, 2021).

Banyak ditemukan bahwa pengguna *instagram* kerap kali menghabiskan waktu bermain *instagram* untuk melihat profil orang lain. Para pengguna *instagram* sangat rentan terhadap kecenderungan untuk melakukan perbandingan sosial (de Vries, Möller, Wieringa, Eigenraam, & Hamelink, 2017). Sejalan dengan penelitian tersebut, Noon (2020) juga mengungkapkan bahwa ketika seseorang menggunakan *instagram*, maka akan memiliki peluang yang tidak terbatas dalam hal melakukan perbandingan pada diri sendiri dengan orang lain. Individu juga melakukan pengamatan terhadap profil akun *instagram* orang lain dapat menyebabkan seseorang mulai merasa iri pada individu tertentu yang dianggap lebih unggul dibandingkan dengan diri sendiri (Jan, Soomro, & Ahmad, 2017). Iri hati merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang dapat muncul dalam diri seseorang karena disebabkan oleh adanya proses membandingkan sesuatu yang tidak menyenangkan antara diri sendiri dengan orang lain (Panjaitan & Rahmasari, 2021).

Perasaan yang tidak menyenangkan dapat timbul dari diri individu yang berasal dari perilaku membandingkan diri sendiri dengan orang lain melalui media sosial *instagram*. Di mana pada umumnya pengguna media sosial *instagram* kerap kali membandingkan diri dalam hal penampilan, fisik, kemampuan, popularitas, dan keterampilan sosial orang lain (Feinstein, et al., 2013). Pengguna *instagram* memiliki kecenderungan untuk membandingkan dirinya dan setelah melakukan perbandingan tersebut individu merasa bahwa dirinya berbeda dalam standar sosial, seperti standar kecantikan atau pendapat. Hal tersebut membuat seseorang memiliki evaluasi diri yang negatif terhadap diri sendiri (Jiang & Ngien, 2020). Adanya konten dan foto yang di edit di mana foto tersebut menggambarkan

bagaimana penampilan orang lain dan juga adanya postingan mengenai apa yang telah di capai orang lain dapat menyebabkan individu mengalami peningkatan dalam melakukan perbandingan sosial di antara pengguna media sosial (Lee, 2014).

Perbandingan sosial atau *social comparison* merupakan teori yang pertama kali ditemukan oleh Festinger (1954) dalam buku karangannya dengan berjudul "*A Theory of Social Comparison Process*". Perbandingan sosial merupakan suatu kecenderungan berperilaku bagi individu untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain dalam hal pencapaian, situasi, dan pengalaman yang di miliki orang lain (Gibbons & Buunk, 1999). Festinger (1954) menjelaskan jika seseorang memiliki kecenderungan untuk mengevaluasi diri sendiri, dengan kata lain individu akan menggunakan objek tertentu untuk dijadikan sebagai bahan perbandingan di mana hal tersebut membuat individu melakukan proses evaluasi terhadap dirinya sendiri. Pada dasarnya setiap manusia akan melakukan perbandingan sosial dengan tujuan untuk mengevaluasi diri mereka sendiri (Gibbons & Buunk, 1999).

Festinger (1954) mengungkapkan pendapat bahwa setiap orang memiliki dorongan untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang bertujuan untuk mengevaluasi diri, hal tersebut akhirnya membentuk karakteristik umum yang dimiliki oleh manusia. Namun penelitian menunjukkan justru aspek evaluatif inilah yang bermasalah (White, Langer, Yariv, & Welch, 2006). Suls & Martin (2000) mengemukakan bahwa dalam proses evaluasi diri seharusnya individu memeriksa dan melihat kedalam diri sendiri, tetapi menariknya individu cenderung melakukan evaluasi diri dengan melihat keluar dari diri mereka sendiri. Ketika individu diperlihatkan mengenai berbagai macam informasi yang positif dari orang lain seperti dalam hal pencapaian orang lain, kemampuan dan kehidupan yang ideal yang dimiliki oleh orang lain. Maka, individu akan memiliki kecenderungan untuk selalu menghubungkan segala hal yang di miliki oleh orang lain dengan apa-apa yang di miliki oleh dirinya sendiri.

Senada dengan pendapat Suls & Martin (2000), penelitian milik Vogel, Rose, Roberts, & Eckles (2014) juga menyatakan bahwa individu pada dasarnya

melakukan lebih banyak perbandingan sosial ke atas dari pada perbandingan ke bawah pada saat membuka media sosial, yang berarti individu cenderung akan membandingkan diri mereka dengan seseorang yang di rasa lebih unggul dari pada membandingkan diri dengan orang lain yang lebih rendah. Perbandingan sosial dapat memegang peranan penting bagi remaja dalam proses mengembangkan identitas dengan mendorong pengetahuan remaja mengenai diri mereka. Namun, ironisnya perbandingan sosial juga dapat merusak rasa puas atau kebercukupan remaja terhadap diri mereka sendiri karena mereka cenderung mengevaluasi diri dengan membandingkan diri sendiri melalui media sosial, di mana mereka cenderung melihat unggahan teman atau orang lain yang mempresentasikan diri secara positif (Yang C. C., Holden, Carter, & Webb, 2018).

Sejalan dengan pembahasan di atas, peneliti telah melakukan wawancara untuk mengetahui adanya perilaku perbandingan sosial pada remaja akhir pengguna sosial media *instagram* dan peneliti juga ingin mengetahui penyebab seseorang melakukan perbandingan sosial. Wawancara dilakukan pada tanggal 31 Oktober dan 1 November 2021 kepada X, Y, dan Z. Wawancara pertama dilakukan pada X seorang mahasiswa berusia 20 tahun.

“Aku sering banget ngebandingin diri aku sama orang lain di Instagram, pokoknya setiap kali aku buka instagram terus main instagram gitu ya pasti ujung-ujungnya bakalan ngebandingin diriku sama orang lain. Biasanya aku sering ngebandingin sama orang-orang yang tampil cantik diposting di instagram, terus juga yang keliatan menarik dan fashionable gitu. Setelah aku ngebandingin diri aku sama orang lain di instagram, pasti aku bakalan ngerasa engga percaya diri, terus jadi insecure gitu akhirnya. Setiap kali aku mau buat cerita di instagram dengan memposting foto atau videoku pasti aku bakalan mikir-mikir dulu kayak banyak pertimbangan gitu, soalnya aku mikirin penilaian orang lain nanti gimana ya gitu. Terus juga aku ngerasa banyak gitu orang-orang yang lebih cantik di instagram jadinya aku ga percaya diri buat upload. Terus misalpun udah sampe aku upload fotoku gitu nanti pasti beberapa menit kemudian aku hapus. Aku juga kadang ngebandingin diriku sama orang-orang yang aktif organisasi yang kadang posting kegiatan mereka di cerita instagram. Aku ngerasa yang bikin diri aku selalu terus-terusan ngebandingin diri aku ketika buka instagram karena

aku tidak merasa cukup puas sama diriku sendiri dan aku juga kurang bersyukur sama yang udah aku miliki”

Wawancara selanjutnya yaitu dilakukan kepada Y yang merupakan seorang mahasiswa berusia 19 tahun.

“Sering banget aku ngebandingin diriku sama orang lain. Kalo main instagram gitu biasanya yang suka ku bandingin sama diri aku sih kalo liat postingan orang-orang yang cantik, yang badannya bagus terus yang keliatan tinggi gitu. Kalo habis lihat postingan kayak gitu, aku bakalan ngerasa minder, iri sama mereka, insecure juga, terus jadi kurang percaya diri juga akhirnya. Terus aku juga punya pemikiran kayak pengen deh jadi mereka yang terlihat sesuai dengan standar masyarakat.. Selain ngebandingin lewat media sosial, aku juga suka ngebandingin diriku sama temenku secara langsung. Ngebandingin pencapaian temenku gitu yang bisa masuk universitas X. Seteleahnya aku jadi mikir kok dia bisa sih masuk di situ padahal kita juga sama-sama daftar bareng dan usaha kita kayaknya sama gitu, tapi malah dia diterima sedangkan aku engga. Nah, kalo yang membuat aku membandingkan diriku sendiri itu karena aku merasa tidak cukup dan kurang puas sama diriku sendiri”

Wawancara selanjutnya pada Z yang merupakan seorang mahasiswa berusia 21 tahun.

“Sering banget sih aku ngebandingin diri aku sama orang lain kalo buka Instagram. Aku suka membandingkan diriku sama orang yang aku anggap lebih cantik dari pada aku. Biasanya aku ngebandingin wajah orang-orang yang posting foto di instagram yang wajahnya mulus, yang matanya bagus. Pokoknya kayak aku jadi mencari kekurangan yang ada dalam diriku. Setelah lihat postingan orang-orang yang wajahnya mulus buat aku jadi iri, aku juga jadi kurang percaya diri dan ngerasa takut sama komentar orang lain mengenai diriku. Selain itu, aku juga suka ngebandingin diri aku sama prestasi atau pencapaian orang lain melalui postingan Instagram. Ketika aku melihat teman-temanku membagikan unggahan kalau mereka udah bisa mencapai cita-citanya atau ada yang udah mencapai karirnya gitu setelahnya aku bakalan kepikiran sama postingan mereka karena aku merasa kalau diri aku belum bisa mencapai apa yang aku cita-citakan jadi setelah melihat postingan mereka aku bakalan jadi iri rasanya. Setelah aku membandingkan diriku dengan orang lain, aku merasa harga diriku jadi rendah. Aku juga jadi ingin menjadi seseorang yang aku bandingkan di instagram, pengen jadi mereka rasanya. Alasan aku membandingkan diriku karena aku kurang dapat melihat kelebihan yang ada di dalam diriku, aku juga

*kurang mencintai diriku sendiri, kurang mengenal diriku sendiri
juga dan aku terlalu berpatokan sama standar masyarakat”*

Berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dapat diketahui bahwa seseorang seringkali melakukan perbandingan sosial yaitu melakukan kegiatan membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Di mana seseorang memiliki kecenderungan untuk membandingkan kelebihan yang dimiliki oleh orang lain terhadap dirinya, sehingga hal tersebut dapat menyebabkan individu merasa tidak percaya diri, *insecure* dan memiliki harga diri yang rendah. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa individu yang sering membandingkan dirinya dengan seseorang yang dianggap lebih baik maka dapat menurunkan efek positif terhadap diri sendiri (Hwang, 2019).

Berdasarkan pemaparan wawancara di atas didapatkan bahwa munculnya perilaku membandingkan diri sendiri dengan orang lain di dasari atas rasa tidak cukup atau seorang individu merasa tidak puas terhadap dirinya sendiri, sehingga hal tersebut menyebabkan individu menjadi membandingkan diri mereka dengan orang-orang yang dianggapnya lebih unggul yang mereka temui di sosial media *instagram*. Pada penelitian sebelumnya didapatkan bahwa terdapat banyak remaja yang senantiasa menilai diri sendiri secara negatif, seperti merasa tidak puas dengan diri sendiri, merasa negatif, tidak berharga, selalu merasa kurang atas apa yang dimiliki dalam hidup, dan merasa tidak memiliki kemampuan untuk mencapai cita-cita yang diinginkan (Andriawati, 2012). Pernyataan di atas sejalan dengan penelitian Morry, Sucharyna, & Petty (2018) dalam penelitiannya mengenai perbandingan sosial hubungan romantis di *facebook* di mana ditemukan bahwa emosi negatif yang mengikuti perbandingan ke atas dapat menjadikan kepuasan hubungan yang rendah, komitmen hubungan yang rendah dan perasaan kedekatan interpersonal lebih rendah dengan pasangan mereka.

Langer (1989) mengungkapkan bahwa salah satu cara yang paling sederhana dan paling alami untuk mengurangi tindakan evaluasi diri adalah dengan melakukan penerimaan, di mana hal tersebut dapat dilakukan dengan mengasumsikan pola pikir pikiran yang rumit dan menggantinya dengan pola

pikir yang lebih sederhana. Evaluasi merupakan suatu bentuk perbandingan sosial yang dilakukan oleh seseorang (Festinger, 1954). Penerimaan diri merupakan suatu sikap yang di dasari atas rasa puas terhadap diri sendiri, bakat dan kualitas pada diri sendiri, serta bersedia untuk mengakui segala kekurangan yang di miliki oleh diri sendiri (Chaplin & Kartono, 1989). Kepuasan terhadap penilaian diri sendiri mengacu pada seberapa besar individu dapat menerima diri mereka sendiri. Seseorang dapat dikatakan bahwa dirinya mempunyai penerimaan diri yang rendah karena disebabkan oleh adanya perasaan kurang puas terhadap diri sendiri, memiliki rasa kecewa pada diri sendiri dan kehidupan yang dijalannya, serta individu menginginkan diri untuk menjadi seseorang yang berbeda dari yang di jalani saat ini (Damayanti & Susilawati, 2018).

Chamberlain & Haaga (2001) menggambarkan seseorang yang mempunyai sikap menerima diri tanpa syarat yaitu seseorang yang menerima kritikan. Gunarsa (1999) mengungkapkan bahwa penerimaan diri merupakan suatu patokan dari seberapa jauh individu dapat menerima karakteristik diri yang di miliki. Seseorang yang mampu untuk menerima dirinya maka individu tersebut dapat mengetahui potensi yang ada di dalam diri dan dapat mengetahui segala kekurangan yang ada dalam dirinya tanpa menyalahkan diri mereka sendiri. Carson & Langer (2006) mengungkapkan bahwa salah satu aspek dari penerimaan diri adalah dengan memperlihatkan dan menunjukkan diri yang sebenar-benarnya tanpa ada rasa khawatir dan takut terhadap penilaian yang dilakukan oleh orang lain.

Dari pemaparan latar belakang di atas, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian “Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Perbandingan Sosial pada Remaja Akhir Pengguna Media Sosial *Instagram*”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dari latar belakang yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial pada remaja akhir pengguna media sosial *instagram*?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial pada remaja akhir pengguna media sosial *instagram*.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat, baik memberikan manfaat teoritis maupun praktis:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan mengembangkan informasi terkait psikologi, khususnya pada psikologi sosial dan perkembangan. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menambah pemikiran dan wawasan mengenai penerimaan diri dengan perbandingan sosial.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai penerimaan diri dan perbandingan sosial, sehingga dapat memberikan gambaran bagi remaja pengguna *instagram* untuk memiliki pola pikir yang positif mengenai diri sendiri dan menerima segala kelebihan maupun kelemahan yang ada dalam diri sehingga tidak berujung membandingkan dirinya dengan orang lain ketika membuka *instagram*. Peneliti juga berharap penelitian ini dapat memperoleh pengetahuan yang lebih baik agar dapat membantu individu untuk menerima diri sendiri dan pada akhirnya mengurangi efek negatif dari perbandingan sosial seperti gejala depresi dan harga diri yang rendah. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan untuk peneliti selanjutnya yang ingin mengangkat tema mengenai penerimaan diri maupun perbandingan sosial.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perbandingan Sosial

1. Pengertian Perbandingan Sosial

Perbandingan Sosial menurut Festinger (1954) merupakan suatu proses membandingkan yang dilakukan oleh individu dengan membandingkan kemampuan maupun penampilan yang dimilikinya terhadap orang lain secara subjektif. Buunk & Vugt (2013) menyatakan bahwa perbandingan sosial adalah suatu situasi ketika seseorang membandingkan sifat maupun kemampuan yang dimilikinya dengan orang lain. Menurut Suls & Martin (2000) perbandingan sosial adalah suatu sikap membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang bertujuan untuk mengevaluasi diri atau sebagai bentuk peningkatan aspek tertentu yang terdapat di dalam diri seseorang.

Festinger (1954) mengemukakan pendapat bahwa perbandingan sosial bisa terjadi dalam kehidupan manusia karena pada dasarnya setiap individu memiliki suatu bentuk dorongan untuk melakukan evaluasi diri yang dilakukan dengan cara membandingkan diri sendiri dengan individu lain. Perbandingan sosial adalah suatu bentuk perbandingan diri melalui proses pengamatan secara langsung yang dilakukan oleh individu dengan melihat bagaimana penampilan dan performa orang lain yang kemudian dibandingkan dengan diri sendiri (Masters, 1973). Myers & Crowther (2009) bahwa individu melakukan perbandingan sosial dengan cara mengamati atau melihat orang-orang yang berada di dalam lingkungan sekitarnya.

Mussweiler & Rueter, (2003) menyatakan bahwa individu melakukan evaluasi diri dengan cara membandingkan diri dengan orang lain. Kegiatan tersebut merupakan suatu proses kognitif yang secara otomatis menjadi sebuah kebiasaan dan rutinitas seseorang sehingga seseorang akan cenderung

untuk membandingkan diri sendiri dengan orang-orang yang sering dibandingkannya, seperti teman maupun orang di sekitar dengan membandingkan sesuatu yang dianggapnya berkaitan dengan dirinya. Menurut Festinger (1954) individu memiliki kecenderungan untuk melakukan perbandingan antara diri sendiri dengan orang lain yang dianggap serupa dengan diri sendiri, karena dengan melakukan evaluasi secara tepat maka individu akan memperoleh informasi mengenai opini maupun kemampuan terhadap dirinya.

Pada pendapat awal dari Festinger (1954) yang mengemukakan bahwa terdapat dua hal perbandingan yang dilakukan oleh individu yaitu membandingkan kemampuan dan pendapat. Namun, terdapat penelitian yang menemukan bahwa individu bukan hanya melakukan tindakan perbandingan sosial dalam hal menilai kemampuan dan pendapat saja tetapi individu juga membandingkan diri dalam hal gaya hidup, kesehatan, kekayaan, emosi, kepuasan hidup, keyakinan dan berbagai hal lainnya (Lew, Mann, Myers, Taylor, & Bower, 2007). Gibbons & Buunk (1999) memaparkan mengenai prinsip perbandingan sosial yaitu untuk memperoleh informasi lebih mendalam mengenai diri individu. Dengan demikian, individu akan mengkonfirmasi atau menolak apa-apa yang terdapat pada diri mereka yang kemudian dibandingkan dengan orang lain, baik melakukan perbandingan terhadap orang yang memiliki kemiripan dengan diri sendiri maupun seseorang yang memiliki perbedaan dengan dirinya.

Berdasarkan penjelasan mengenai pengertian perbandingan sosial yang telah dijabarkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa perbandingan sosial yaitu suatu bentuk evaluasi dan penilaian yang dilakukan oleh seseorang melalui proses yang dilakukan dengan membandingkan diri sendiri terhadap individu lainnya, di mana dalam hal perbandingan individu memiliki kecenderungan untuk membandingkan diri dengan orang-orang yang dianggap lebih unggul dari pada diri sendiri.

2. Aspek-Aspek Perbandingan Sosial

Festinger (1954) menyatakan bahwa individu melakukan perbandingan sosial dengan dua aspek, yaitu:

a. Aspek kemampuan (*ability*)

Merupakan perbandingan yang dilakukan individu dengan individu lain dari segi performa, keterampilan, segi pencapaian dan kemampuan yang di raih. Individu ingin mengetahui siapa yang lebih baik antara dirinya dengan orang lain sehingga melakukan perbandingan diri atau “*How am I doing?*”

b. Aspek Opini (*opinion*)

Yaitu individu membandingkan dirinya dengan orang lain dalam segi pemikiran dan keyakinan yang di miliki. Perilaku membandingkan diri ini memiliki tujuan untuk mengevaluasi apakah pendapat individu akurat dan dapat di terima di lingkungan sosialnya “*Am I correct?*”.

Aspek-aspek menurut Jones (2001) mengenai perbandingan sosial, diantaranya adalah:

a. Aspek tinggi tubuh (*height*)

Yaitu suatu perilaku di mana individu membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain dalam hal untuk menilai tinggi, rendah, dan sedang.

b. Aspek berat tubuh (*weight*)

Yaitu ketika seseorang melakukan perbandingan ukuran tubuh yang di miliki dengan tubuh orang lain melalui penilaian seperti kurus, gendut, ideal, dan sedang.

c. Aspek bentuk tubuh (*shape*)

Yaitu ketika individu melakukan perilaku membandingkan bentuk tubuh diri sendiri dengan orang lain, dengan menilai bentuk tubuh yang ideal, bentuk tubuh kecil, dan bentuk tubuh yang besar atau bongsor.

d. Aspek wajah (*face*)

Yaitu individu melakukan suatu perilaku membandingkan diri dengan orang lain seperti menilai cantik, tampan, wajah yang *glowing*, mulus, tidak berjerawat, mata yang indah, bibir kecil, pipi tirus, hidung mancung dan lain sebagainya.

e. Aspek gaya (*style*)

Yaitu individu melakukan perbandingan dengan orang lain terhadap kemampuannya dalam berpenampilan dan berdandan, mulai dari cara berpakaian, aksesoris yang digunakan, tatanan rambut, model hijab dan lain sebagainya, dengan melakukan penilaian dengan membandingkan baiknya pakaian, *stylish*, keren, modis, *fashionable*, dan penampilannya baik.

f. Aspek kepribadian

Yaitu individu melakukan perilaku membandingkan diri sendiri dengan orang lain dengan melihat dari hal kebaikan, keramahan, dan kebahagiaan hidup orang lain.

g. Aspek kecerdasan atau prestasi

Yaitu individu melakukan perbandingan diri sendiri dengan orang lain berkaitan dengan pencapaian yang telah di raih, keberhasilan orang lain dan lain sebagainya.

h. Aspek popularitas

Yaitu berkaitan dengan relasi dengan teman sebaya di mana seseorang melakukan perbandingan pada diri sendiri dengan individu lain dan menilai seberapa populer individu tersebut di banding orang lain.

Berdasarkan pemaparan yang telah dijabarkan di atas, dapat di ketahui bahwa aspek-aspek perbandingan sosial terbentuk karena hasil dari adanya perilaku individu ketika memperhatikan tingkah laku orang lain, membandingkan dirinya dengan orang lain, dan melakukan evaluasi terhadap kemampuan yang di miliki dengan orang lain. Selain itu, terdapat pula beberapa atribut yang dibandingkan oleh orang lain, yaitu bentuk tubuh dan penampilan fisik.

3. Dimensi Perbandingan Sosial

Allan & Gilbert (1995) menyatakan terdapat beberapa dimensi dari perbandingan sosial, diantaranya yaitu:

- a. Dimensi *inferior vs superior*
Pada dimensi ini, individu akan membandingkan diri sendiri dengan individu lain yang berkaitan dengan apakah dirinya merasa lebih inferior atau superior dibandingkan orang lain.
- b. Dimensi diabaikan vs diterima
Pada dimensi ini, menunjukkan bagaimana individu membandingkan dirinya dengan orang lain terhadap bagaimana sikap lingkungan sekitarnya. Apakah individu tersebut merasa di terima atau di abaikan oleh lingkungannya.
- c. Dimensi perbedaan vs persamaan
Dimensi ini menunjukkan bagaimana individu membandingkan dirinya dengan orang lain, apakah terdapat perbedaan atau persamaan antara dirinya dengan seseorang yang dibandingkan.
- d. Dimensi kuat vs lemah
Pada dimensi ini menunjukkan individu membandingkan terhadap kuat atau lemahnya dirinya dengan orang lain.
- e. Dimensi minder vs percaya diri
Pada dimensi ini, individu membandingkan bagaimana tingkat kepercayaan diri yang dimilikinya dengan orang lain.
- f. Dimensi tidak di kenal vs populer
Pada dimensi ini, individu membandingkan diri sendiri dengan individu lain mengenai bagaimana popularitas di lingkungannya.
- g. Dimensi menarik vs tidak menarik
Dimensi ini menunjukkan bagaimana individu melakukan perbandingan diri sendiri dengan individu lainnya untuk melihat seberapa menarik dirinya.

h. Dimensi penyendiri vs berkelompok

Pada dimensi ini, individu membandingkan dirinya dengan orang lain untuk melihat seberapa terbuka atau tertutup dirinya dibandingkan orang lain.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perbandingan Sosial

Menurut Gibbons & Buunk (1999) terdapat tiga faktor yang menyebabkan seseorang melakukan perbandingan sosial, yaitu:

a. *Evaluation* atau evaluasi diri

Evaluasi diri dilakukan oleh seseorang dengan tujuan untuk menilai diri sendiri dengan cara melalui perbandingan antara diri sendiri dalam hal kemampuan dan pendapat. Bentuk dari perbandingan tersebut dilakukan individu sebagai bentuk evaluasi diri.

b. *Improvement* atau perbaikan diri

Perbaikan diri merupakan motif dari perbandingan sosial. Selain mempelajari lebih jauh mengenai kemampuan yang ada dalam diri, individu juga berusaha untuk belajar meningkatkan kemampuannya. Perbaikan diri tersebut dapat dilakukan melalui proses membandingkan diri sendiri dan individu lain sebagai bentuk evaluasi diri.

c. *Enhancement* atau peningkatan diri

Adanya keinginan dari seseorang untuk melakukan peningkatan diri dapat mempengaruhi individu untuk melakukan perbandingan diri dengan orang lain.

Suls, Jerry, & Wheeler (2000) juga memaparkan beberapa faktor lain yang sekiranya dapat memberikan pengaruh dalam perilaku perbandingan sosial, diantaranya adalah:

a. *Self assessment*

Adanya suatu tindakan dari individu dalam menilai dirinya sendiri dapat memicu perilaku perbandingan sosial. Hal tersebut dikarenakan individu merasa bahwa tidak bisa mendapatkan informasi yang akurat dan valid

atas hasil dari penilaian yang dilakukan oleh diri sendiri, sehingga hal tersebut dapat mendorong individu untuk melakukan tindakan perbandingan sosial dengan orang lain.

b. *Self enhancement* dan *self improvement*

Ketika individu memiliki kebutuhan untuk meningkatkan diri maka individu terdorong untuk melakukan suatu perbandingan sosial ke bawah yaitu dengan membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang di anggap tidak lebih baik dari dirinya agar individu memiliki penilaian bahwa dirinya lebih unggul dari individu lain. Sedangkan *self improvement* atau perbaikan diri akan mendorong undividu untuk membandingkan diri sendiri dengan individu lain yang di anggap lebih unggul atau lebih baik, hal tersebut di rasa dapat membuat individu termotivasi untuk memperbaiki diri agar lebih baik lagi.

c. *Social judgement*

Suls, Jerry, & Wheeler (2000) dalam bukunya mengungkapkan bahwa lingkungan sosial dapat menimbulkan individu untuk malakukan perbandingan sosial. Hal tersebut dapat terjadi karena adanya penilaian sosial (*social judgement*) yang dilakukan oleh orang-orang di sekitar, sehingga dari adanya penilaian sosial tersebut maka individu dapat terdorong untuk membandingkan diri sendiri dengan individu disekitarnya.

Berdasarkan pemaparan dari beberapa tokoh tersebut, maka di peroleh faktor-faktor yang dapat mempengaruhi seseorang dalam melakukan perbandingan sosial diantaranya adalah *evaluation* atau evaluasi diri, *improvement* atau perbaikan diri, *enhancement* atau peningkatan diri, *self assessment*, dan *social judgment*.

5. Jenis-jenis Perbandingan Sosial

Individu dapat memilih orang lain untuk dijadikan tolak ukur atas standar penilaiannya. Menurut Guyer & Johnston (2018) dalam teori

perbandingan sosial di peroleh dua bentuk cara dari seseorang dalam membandingkan diri sendiri dengan orang lain, yaitu:

a. Perbandingan ke atas (*upward social comparison*)

Perbandingan sosial yang dilakukan ke atas merujuk pada tindakan di mana seseorang melakukan evaluasi diri dengan orang-orang yang di pandang superior pada sisi tertentu. Perbandingan ke atas dapat terjadi saat seseorang membandingkan diri sendiri dengan orang-orang yang dianggapnya lebih menarik atau lebih unggul dari pada dirinya sendiri.

b. Perbandingan ke bawah (*downward social comparison*)

Pada perbandingan yang dilakukan ke bawah dapat merujuk dari adanya proses di mana seseorang mengevaluasi diri sendiri terhadap orang-orang yang di rasa lebih rendah pada dimensi tertentu. Individu akan membentuk perbandingan dengan orang lain yang di nilai lebih *inferior* dari pada dirinya sendiri. Menurut Panjaitan & Rahmasari (2021) *downward social comparison* dilakukan oleh individu agar dirinya merasa baik dalam segala hal.

Bentuk perbandingan sosial yang dilakukan oleh seseorang dapat menjadi motif atau tujuan individu dalam melakukan perbandingan terhadap diri sendiri. Perbandingan ke atas (*upward*) merupakan bentuk perbandingan sosial yang memiliki tujuan untuk meningkatkan diri, memotivasi individu, dan memperbaiki sebuah aspek yang ada pada dalam diri dengan upaya membandingkan diri terhadap orang-orang yang di anggap lebih baik dari pada dirinya sendiri. Namun, perbandingan melalui arah ini banyak menimbulkan efek negatif bagi diri seseorang. Jika perbandingan dilakukan secara berlebihan dapat memunculkan emosi-emosi negatif, depresi, kegagalan. Dampak negatif dari perbandingan ke atas juga dapat memunculkan rasa frustrasi, kecemburuan, dan menurunnya harga diri. Perasaan tersebut dapat muncul ketika individu kurang dapat mengendalikan peningkatan posisi dirinya. Perbandingan ke bawah (*downward*) dapat timbul pada saat seseorang membandingkan diri sendiri dengan individu lainnya

yang di nilai tidak lebih unggul dari pada dirinya sendiri. Perbandingan ini bertujuan agar individu dapat meningkatkan diri dan kepercayaan diri melalui evaluasi. Namun, terkadang seseorang menyikapi perbandingan tersebut dengan cara yang kurang baik sehingga akibatnya dapat menimbulkan efek negatif seperti merasa dirinya menjadi lebih buruk, menyebabkan ketidakbahagiaan, dan memicu depresi (Festinger, 1954).

Vogel, Rose, Roberts, & Eckles (2014) yang menyatakan bahwa individu memiliki kecenderungan dalam melakukan suatu bentuk perbandingan sosial ke atas (*upward*) dari pada perbandingan ke bawah (*downward*) pada saat mengakses media sosial, sehingga dapat dikatakan bahwa individu lebih sering membandingkan diri sendiri berkaitan dengan orang lain yang cenderung lebih unggul, dari pada dengan orang yang dianggapnya lebih rendah. Menurut Suls & Martin (2000) mengemukakan bahwa individu mempunyai suatu dorongan untuk membandingkan diri sendiri dengan orang yang lebih baik dibandingkan dengan dirinya. Perbandingan tersebut dilakukan melalui evaluasi diri, di mana ketika individu melihat kehidupan ideal yang ditampilkan oleh orang lain seperti dalam hal pencapaian, kemampuan, prestasi dan lain sebagainya maka individu akan cenderung untuk membandingkan hal serupa dengan yang di miliknya pada saat ini. Dengan kata lain, individu memverifikasi kemampuan, pencapaian, prestasi dan kehidupan ideal yang di miliki oleh individu lainnya untuk melihat apakah kemampuan, pencapaian dan kehidupan yang telah di miliki sudah cukup bagus, sehingga individu dapat memperoleh penilaian secara objektif.

B. Penerimaan Diri

1. Pengertian Penerimaan Diri

Ryff (1996) mendefinisikan penerimaan diri sebagai suatu kondisi ketika individu dapat mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dengan bersedia untuk mengakui kelemahan yang di miliki dan menerima diri sendiri dari berbagai aspek termasuk sisi baik maupun buruk, serta individu memiliki rasa positif terhadap kehidupan yang sedang di jalani. Menurut Jahoda (1958) menyatakan bahwa seseorang yang mampu menerima diri sendiri merupakan seseorang yang dapat untuk menjalani kehidupan yang berdampingan dengan diri sendiri. Dengan kata lain, dapat dikatakan bahwa individu yang memiliki kemampuan menerima diri sendiri dapat menerima segala kekurangan dan kelebihan yang terdapat pada dirinya. Santrock (2008) mengungkapkan bahwa penerimaan diri adalah bentuk dari penerimaan terhadap diri sendiri dengan apa adanya.

Schultz (1991) mengungkapkan bahwa individu yang dapat menerima dirinya sendiri artinya individu tersebut menerima kodrat yang di miliki. Dengan kata lain, seseorang bisa untuk menerima segala kekuatan dan kelemahan yang ada dalam diri tanpa adanya rasa mengeluh sehingga ketika individu dihadapkan dengan kondisi yang tidak membahagiakan maka individu tersebut dapat berpikir secara logis mengenai baik buruknya keadaan saat ini tanpa mendatangkan perasaan rendah diri, permusuhan, malu dan merasa tidak aman. Senada dengan pendapat Schultz (1991) mengenai penerimaan diri, Maslow (1992) juga menyatakan seseorang yang dapat menerima diri sendiri ialah seseorang yang dapat bersikap tenang, bebas dari rasa malu, bebas dari rasa bersalah dan bebas dari rasa rendah diri terhadap keterbatasan yang di miliki, serta tidak merasa cemas terhadap pendapat orang lain.

Hurlock (2009) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan suatu kondisi ketika individu memiliki kemampuan untuk menerima segala bentuk karakteristik yang ada pada dirinya. Individu yang di anggap mampu menerima dirinya sendiri adalah individu yang tidak memiliki masalah

dengan dirinya, sehingga individu akan mempunyai peluang dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Hurlock (1996) menambahkan pendapat mengenai penerimaan diri, bahwa penerimaan diri adalah pandangan positif yang di miliki seseorang terhadap dirinya sendiri dengan menerima apapun kondisi yang ada dalam diri dengan perasaan tenang, menerima segala kelebihan dan kekurangan pada diri sendiri, memiliki kesadaran penuh mengenai identitas dirinya, serta mampu menghargai diri sendiri dan orang lain.

Penerimaan diri menurut Supratiknya (1995) merupakan sikap menerima dan memberikan apresiasi yang tinggi terhadap diri sendiri maupun orang lain dan tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Ceyhan & Ceyhan (2011) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kemampuan dalam menerima diri ialah seseorang yang dapat menerima keadaan yang ada dalam diri sendiri, mampu menghargai diri sendiri, mempunyai kesadaran terhadap sisi negatif yang di miliki, dengan demikian individu dapat mengetahui cara agar dapat memiliki kehidupan yang bahagia dengan sisi negatif yang di milikinya. Selain itu, seseorang yang mampu dalam hal menerima diri sendiri dapat dikatakan bahwa seseorang tersebut memiliki kepribadian yang sehat dan kuat. Sedangkan, individu yang tidak mampu untuk menerima diri sendiri memiliki perasaan ketidakmampuan untuk menyukai karakteristik yang ada dalam dirinya, sehingga menumbukan perasaan tidak percaya diri dan perasaan tidak berguna. Chaplin & Karton (1989) mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah suatu kondisi di mana individu memiliki rasa kepuasan terhadap diri sendiri, bakat-bakat dan kualitas-kualitas yang di miliki, dan adanya pengakuan terhadap keterbatasan yang di miliki oleh diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan di atas mengenai definisi dari penerimaan diri, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa penerimaan diri adalah suatu kondisi ketika individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, memiliki perasaan puas atas kehidupan yang di jalani dan dapat menerima

diri apa adanya, serta dapat mengakui dan menerima segala kelebihan dan kekurangan yang di miliki.

2. Aspek-Aspek Penerimaan Diri

Menurut Powell (1992) menyatakan terdapat aspek-aspek dari penerimaan diri, diantaranya adalah:

a. Penerimaan Fisik

Penerimaan segi fisik di tinjau melalui dua hal, yaitu dapat menerima kondisi fisik dan menerima kondisi kesehatan. Seseorang dapat dikatakan bahwa dirinya mampu menerima fisik yang di miliki ialah individu yang dapat menerima bagaimana kondisi fisik mulai dari wajah, tubuh, dan mampu menerima kondisi kesehatan dirinya.

b. Penerimaan Intelektual

Penerimaan intelektual dapat diciptakan oleh seseorang dengan menerima dari segi kuantitas dan kualitas kecerdasan. Individu yang dapat mengendalikan cara berpikirnya dan dapat menerima pola pikirnya sendiri maka hal tersebut tergolong dalam penerimaan intelektual.

c. Penerimaan Keterbatasan Diri

Kondisi manusia pada dasarnya yaitu lemah dan jauh dari kata sempurna. Seseorang yang mampu menerima diri sendiri maka dapat memahami seutuhnya mengenai hal tersebut, sehingga individu memiliki kemampuan untuk bersikap realistis dan proporsional terhadap segala kelemahan, keterbatasan diri, dan kesalahan yang telah dilakukannya. Seorang individu yang di sebut mampu menerima diri sendiri ketika individu dapat mengakui keterbatasan dan kelemahan yang di miliki sehingga dapat membawa keterbatasan dan kelemahan tersebut ke dalam perilaku yang mengarah pada hal positif.

d. Penerimaan Perasaan atau Emosi

Penerimaan perasaan atau emosi diartikan ketika individu dapat menyadari keadaan emosi atau suasana hati, sehingga individu dapat

menyadari dan menunjukkannya dengan cara yang tidak berlebihan. Seseorang yang memiliki kemampuan untuk menerima perasaan dan emosi adalah seseorang yang sanggup mengendalikan perubahan emosi yang terjadi pada diri sendiri dan tidak membesar-besarkan segala hal.

e. Penerimaan Kepribadian

Dalam segi penerimaan diri, seseorang membutuhkan pandangan mengenai pribadi dirinya yang dapat di peroleh dari informasi yang diberikan oleh orang lain atau dari cara memahami keadaan diri sendiri, sehingga individu dapat menikmati hidup dengan menerima diri apanya tanpa mengedepankan kepentingan diri sendiri. Individu dikatakan mampu menerima kepribadiannya sendiri adalah individu yang memiliki kesadaran akan kondisi dirinya dan menerima kepribadian yang di miliki sehingga dapat membawa ke arah yang positif.

Sheerer mengemukakan aspek penerimaan diri yang telah di modifikasi oleh Berger (1952). Aspek-aspek penerimaan diri antara lain sebagai berikut:

- a. Sikap dan perilaku individu didasarkan pada nilai-nilai diri dan tidak berpengaruh terhadap orang lain.
- b. Mempunyai keyakinan terhadap diri sendiri mengenai kapasitas yang di miliki guna menghadapi kehidupan.
- c. Memiliki sikap tanggungjawab dan menerima segala konsekuensi atas tindakan yang dilakukannya.
- d. Dapat menerima kritikan dan pujian yang diberikan oleh orang lain secara objektif.
- e. Tidak berupaya untuk menampik maupun menyangkal segala keterbatasan, kemampuan, tetapi individu dapat menerima diri sendiri tanpa harus memberikan penghukuman terhadap diri sendiri.
- f. Memiliki pemikiran bahwa dirinya berharga dan berkedudukan setara dengan orang lain, sehingga individu tidak memiliki kesenjangan dan tidak memiliki perasaan minder.
- g. Tidak mengharapkan orang lain untuk menolak keberadaan dirinya.

- h. Tidak memiliki pemikiran bahwa dirinya mempunyai perbedaan dengan orang lain.
- i. Tidak merasa malu dan minder atas apa yang di miliki atau tidak merasa rendah diri.

Berdasarkan dari pemaparan di atas, maka di ketahui aspek-aspek penerimaan diri diantaranya adalah penerimaan fisik, penerimaan intelektual, penerimaan keterbatasan diri, penerimaan perasaan atau emosi, penerimaan kepribadian, memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang di miliki, memiliki rasa tanggungjawab, tidak terpengaruh terhadap pendapat orang lain, bebas akan kritikan, menerima diri apa adanya, tidak memiliki perasaan minder, dan mengakui keterbatasan diri.

3. Ciri-ciri Penerimaan Diri

Jersild (1985) menyatakan individu yang dapat menerima diri memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Individu dapat memberikan penghargaan secara realistis terhadap berbagai kelebihan yang ada pada dirinya.
- b. Yakin terhadap standar dan prinsip yang dimilikinya tanpa harus mengikuti opini atau standar masyarakat yang berlaku.
- c. Mampu untuk memandang diri sendiri secara realistis dan apa adanya tanpa memiliki perasaan malu dan minder terhadap keadaan yang dialaminya.
- d. Memiliki kemampuan untuk mengenali kelebihan yang ada dalam dirinya dan dapat dengan bebas memanfaatkannya dengan sebaik mungkin.
- e. Mampu untuk mengenali berbagai kelemahan dan kekurangan yang terdapat pada diri sendiri tanpa harus menyalahkan ataupun menghakimi diri sendiri.
- f. Memiliki rasa tanggungjawab dan mampu bersikap spontanitas.
- g. Mampu untuk menerima keadaan dirinya tanpa harus menyalahkan diri sendiri maupun keadaan yang terjadi di mana keadaan tersebut berada dalam luar kendali.

- h. Tidak memandang diri sendiri seperti seseorang yang tidak berarti dan tidak dapat mencapai keinginan-keinginannya, namun individu bebas terhadap perasaan takut untuk melakukan suatu kesalahan.
- i. Memiliki perasaan berhak dalam membuat suatu keinginan, harapan, dan ide-ide tertentu.
- j. Tidak memiliki perasaan iri terhadap pencapaian yang belum dapat di raih oleh diri sendiri.

Menurut Allport (Hjelle & Ziegler, 1992) menyatakan mengenai beberapa ciri dari individu yang mampu menerima diri, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Mempunyai penilaian yang baik mengenai diri sendiri.
- b. Mampu mengendalikan dan menerima perasaan marah dan frustrasi yang timbul dari dalam diri.
- c. Mampu melakukan interaksi dengan orang-orang di sekitar dan tidak memiliki rasa permusuhan. Apabila orang lain memberikan kritikan terhadap dirinya maka kritikan tersebut dapat di terima dengan baik.
- d. Individu dapat mengatur kondisi emosi yang ada pada dirinya.

Menurut Ryff & Keyes (1995) mengemukakan karakteristik seseorang yang mempunyai penerimaan diri, ialah sebagai berikut:

- a. Individu mempunyai sikap yang positif mengenai diri sendiri dan memiliki pemikiran yang realistis mengenai kemampuan yang di miliki.
- b. Individu memiliki kemampuan untuk dapat menerima diri sendiri yang apa adanya, baik menerima hal positif maupun negatif yang terdapat pada diri tanpa adanya sikap menyalahkan diri sendiri.
- c. Tidak memiliki penyesalan terhadap kehidupan yang di milikinya pada masa lalu.
- d. Memiliki tanggungjawab terhadap tindakan atas perilakunya.

Dari beberapa penjelasan mengenai penerimaan diri yang telah di uraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki penerimaan diri adalah seseorang yang dapat menerima segala aspek dalam dirinya termasuk keterbatasan, kelemahan dan kekurangan diri, seseorang

yang mempunyai sifat positif mengenai diri sendiri, memiliki penilaian bahwa setiap manusia memiliki kedudukan yang sama, dapat menerima kritikan dan pujian, mampu mengatur emosi, memiliki keyakinan untuk menghadapi berbagai macam permasalahan, dan memiliki sikap tanggungjawab.

C. Hubungan Penerimaan Diri dengan Perbandingan Sosial pada Remaja Akhir Pengguna Media Sosial Instagram

Instagram adalah salah satu dari sekian banyak aplikasi media sosial yang paling sering di pakai oleh masyarakat Indonesia dengan menempati urutan ke tiga setelah *Youtube* dan *WhatsApps* (Riyanto, 2021). Dalam penggunaannya, *instagram* seringkali menampilkan sisi terbaik dari kehidupan pengguna sehingga cenderung terlihat mencerminkan kehidupan ideal yang di miliki oleh individu pengguna *Instagram* (Ho, Lee, & Liao, 2016). Pengguna *instagram* di dominasi oleh kelompok usia 18-24 tahun (Rizaty, 2021). Pada usia tersebut individu berada dalam masa eksplorasi identitas sehingga terjadi kemungkinan dan ketidakstabilan yang dapat mendorong individu untuk melakukan perbandingan sosial (Yi Kam & Prihadi, 2021). Noon (2020) mengungkapkan bahwa ketika seseorang menggunakan *instagram*, maka akan memiliki peluang yang tidak terbatas dalam melakukan perbandingan antara diri sendiri dengan orang lain.

Teori perbandingan sosial mengemukakan bahwa motif utama individu untuk belajar dan membandingkan diri sendiri dengan orang-orang yang berada disekitarnya adalah bertujuan untuk mendefinisikan diri. Namun, kenyataannya yang terjadi saat ini tampak terlihat bahwa ketika seseorang mempunyai kecenderungan untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain, dalam hal prestasi akademik, penampilan fisik, atau kepuasan atas kehidupan yang ideal. Individu yang melakukan perbandingan sosial maka akan cenderung mengalami kesulitan emosional dan masalah kesehatan mental, seperti kemarahan dan depresi yang tidak terkendali. Terutama jika individu tidak memiliki kemampuan untuk menerima diri mereka sendiri tanpa syarat (Yi Kam & Prihadi, 2021).

Dalam studi lain yang dilakukan di laboratorium Ellen Langer di Harvard, pria dan wanita berusia 18-52 tahun di tanya mengenai seberapa sering mereka membandingkan diri dengan individu lain dalam berbagai atribut termasuk daya tarik, kecerdasan, kekayaan, dan kepribadian. Individu tersebut juga di beri ukuran pengaruh negatif. Individu yang jarang melakukan perbandingan sosial melaporkan lebih sedikit rasa bersalah, penyesalan, dan kesalahan (White, Langer, Yariv, & Welch, 2006). Sementara individu yang melaporkan membandingkan diri mereka dengan orang lain lebih sering juga melaporkan lebih banyak rasa bersalah, penyesalan, dan kesalahan (Carson & Langer, 2006). Perbandingan yang tidak masuk akal dengan melihat gambar hampir sempurna yang disajikan oleh media sosial dapat menyebabkan perasaan tidak mampu yang muncul pada diri seseorang (Carson & Langer, 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh Yi Kam & Prihadi (2021) menemukan bahwa penerimaan diri bertindak sebagai mediator penekan dalam perbandingan sosial, yang menunjukkan bahwa individu yang mempunyai bentuk penerimaan diri yang lebih tinggi maka akan memiliki pandangan yang positif terhadap diri sendiri, dengan demikian memperoleh perbandingan sosial yang lebih rendah. Dapat dikatakan bahwa seseorang yang memiliki penerimaan diri yang lebih tinggi maka cenderung akan mengevaluasi diri sendiri secara lebih objektif dan reaktivitas yang kurang responsif terhadap pendapat orang lain, sehingga mengarah pada kecenderungan yang lebih rendah untuk perbandingan sosial. Hasil ini menunjukkan konsistensi dengan konsep yang menjelaskan bahwa orang yang memiliki pemikiran yang positif dapat merasakan penerimaan dasar dan di akui oleh orang lain. Demikian pula dengan temuan saat ini, merasa penting bagi orang lain akan membawa individu untuk menerima diri mereka sendiri tanpa syarat, dan dengan demikian individu akan cenderung melihat dirinya dengan cara yang lebih objektif pada saat melakukan evaluasi diri sehingga individu tidak membandingkan diri dengan orang lain, di mana menunjukkan temuan yang mendukung sesuai dengan perbandingan sosial (Yi Kam & Prihadi, 2021).

Pada penelitian Yi Kam & Prihadi (2021) juga mengungkapkan bahwa meningkatkan penerimaan diri sendiri dalam kaitannya dapat mengurangi

kecenderungan perbandingan sosial dalam jangka panjang. Dengan demikian, semakin mereka akan dapat menerima diri mereka sendiri dengan apa adanya dan tanpa syarat, maka hal tersebut dapat mengurangi kecenderungan seseorang untuk membandingkan diri sendiri dengan orang disekitarnya. Demikian pula sebaliknya, jika individu tidak mampu untuk menerima dirinya sendiri dan memiliki penerimaan diri yang rendah maka individu akan memiliki kecenderungan untuk melakukan perbandingan sosial dengan membandingkan diri sendiri dengan orang lain.

Berdasarkan pemaparan dari uraian tersebut, maka dapat di ketahui bahwa individu memiliki kecenderungan untuk melakukan perbandingan sosial ketika membuka media sosial *instagram*, di mana dalam penggunaanya *instagram* cenderung mempresentasikan hal-hal baik yang di miliki oleh orang lain. Maka dengan demikian, adanya postingan yang cenderung menampilkan kehidupan ideal yang di anggap sesuai dengan standar masyarakat maka dapat mendorong individu untuk melakukan evaluasi diri dengan melakukan perbandingan sosial. Remaja khususnya pada fase remaja akhir erat kaitannya dalam proses perbandingan sosial di mana pada usia tersebut individu berada dalam proses pencarian identitas. Adanya perbandingan sosial yang dilakukan oleh individu dikarenakan kurangnya penerimaan diri yang di miliki oleh seseorang. Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu dapat di ketahui bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial.

D. Hipotesis

Terdapat hubungan negatif antara penerimaan diri (X) dengan perbandingan sosial (Y) pada remaja akhir pengguna media sosial *instagram*. Jika penerimaan diri rendah maka perbandingan sosial tinggi, begitu pula sebaliknya jika penerimaan diri tinggi maka perbandingan sosial rendah.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian merupakan suatu yang berpusat terhadap beberapa fenomena ataupun gejala utama dan dapat pula mengenai atas beberapa fenomena lain yang relevan. Pada suatu penelitian, fenomena berupa konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat dalam subjek penelitian (Azwar, 1998). Variabel penelitian berupa apa saja yang variasinya perlu untuk diperhatikan oleh peneliti agar dapat mengambil kesimpulan mengenai fenomena yang sedang di angkat oleh peneliti (Azwar, 1998). Identifikasi variabel merupakan suatu pernyataan eksplisit yang berkaitan dengan apa dan bagaimana mengenai fungsi dari masing-masing variabel yang diperhatikan oleh peneliti. Variabel penelitian terdiri dari beberapa jenis yaitu, variabel tergantung, variabel bebas, variabel kendali, variabel moderator, dan variabel antara. (Azwar, 1998).

1. Variabel tergantung : Perbandingan Sosial (Y)
2. Variabel Bebas : Penerimaan Diri (X)

B. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah gambaran mengenai variabel yang telah dirumuskan dan akan di teliti (Azwar, 1998). Definisi operasional dari penelitian ini, diantaranya:

1. Perbandingan sosial adalah suatu bentuk evaluasi yang dilakukan oleh seseorang dengan cara membandingkan diri sendiri terhadap orang lain melalui proses pengamatan yang dilakukan secara langsung oleh individu dengan melihat penampilan maupun kemampuan yang di miliki oleh orang lain. Perbandingan sosial pada penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala perbandingan sosial yang meliputi aspek-aspek dari Jones (2001) yang meliputi, tinggi tubuh (*height*), berat tubuh (*weight*), bentuk tubuh (*shape*), wajah (*face*), gaya (*style*), kepribadian, kecerdasan atau prestasi, dan popularitas. Semakin tinggi skor perbandingan sosial

menunjukkan bahwa subjek selalu membandingkan diri dengan orang lain. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah skor perbandingan sosial maka menunjukkan bahwa subjek tidak pernah membandingkan diri dengan orang lain.

2. Penerimaan diri adalah suatu keadaan ketika individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, merasa puas dengan kehidupan diri sendiri dan dapat menerima diri apa adanya, serta dapat mengakui dan menerima segala kelemahan dan kekurangan yang di miliki. Penerimaan diri pada penelitian ini akan diukur menggunakan skala penerimaan diri dari Powell (1992) yang di dalamnya terdapat aspek-aspek seperti, penerimaan fisik, penerimaan intelektual, penerimaan keterbatasan diri, penerimaan perasaan atau emosi, dan penerimaan kepribadian. Semakin tinggi skor penerimaan diri maka menunjukkan bahwa subjek dapat mengakui kelemahan dan kekurangan yang ada pada dirinya dan dapat menerima diri. Sebaliknya jika skor penerimaan diri rendah maka menunjukkan bahwa subjek tidak mampu untuk mengakui kelemahan dan kekurangan yang ada pada dirinya dan tidak dapat menerima diri.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling)

1. Populasi

Azwar (1998) menjelaskan bahwa populasi merupakan kelompok subjek yang akan di kenai generalisasi dari hasil penelitian, pada populasi dari kelompok subjek tersebut harus mempunyai ciri-ciri dan karakteristik khusus yang dapat membedakan subjek dari kelompok subjek yang lain. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang berada dalam fase remaja akhir dengan rentang usia 18 tahun sampai 21 tahun serta memiliki akun media sosial *instagram*. Jumlah populasi pada penelitian ini yaitu 7.684 mahasiswa yang terdiri dari 3.983 angkatan 2020 dan 3.701 angkatan 2021.

2. Sampel

Azwar (1998) menjelaskan bahwa sampel adalah subjek yang menjadi bagian dari populasi, dengan kata lain dapat diartikan bahwa sampel harus memenuhi ciri-ciri serta karakteristik yang serupa dengan subjek yang dimiliki oleh populasi. Sampel juga harus memiliki sifat representatif, di mana karakteristik dari sampel dapat mewakili karakteristik populasi (Azwar, 1998). Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang berada pada usia 18 tahun sampai 21 tahun serta memiliki akun media sosial *instagram*.

3. Teknik sampling

Geralka & Darmanah (2019) menyatakan bahwa teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. *Cluster random sampling* merupakan teknik sampling yang akan dipakai dalam penelitian ini. Penentuan mahasiswa yang akan dijadikan sampel yaitu dengan ditetapkan secara bertahap dari wilayah yang luas sampai wilayah yang kecil. Teknik sampling ini melalui dua tahap yaitu tahap penentuan wilayah dan penentuan objek. Teknik ini dilakukan dengan cara pengacakan secara *random* dengan memasukkan nama-nama fakultas sehingga terpilih tiga fakultas yang menjadi sampel pada penelitian ini yaitu Fakultas Hukum, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Fakultas Agama Islam. Berdasarkan tiga fakultas yang telah terpilih maka setelah itu dipilih beberapa jurusan dan kelas yang akan dijadikan sampel pada penelitian ini. Teknik ini merupakan cara yang baik yang dapat dilakukan dalam penelitian ini, selain dapat menghemat waktu, teknik ini juga efektif dan efisien dari segi tenaga dan anggaran.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini berupa pengukuran terhadap subjek penelitian dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengukur hubungan antara penerimaan diri dan

perbandingan sosial terhadap pengguna sosial media *instagram* pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang berada dalam fase remaja akhir yaitu mahasiswa dengan rentang umur 18 sampai 21 tahun. Skala adalah alat ukur atribut non kognitif yang memiliki karakteristik khusus yang membedakannya dari berbagai bentuk instrumen pengumpulan data yang lain seperti angket (*questionnaire*), daftar isian, inventori, dan lain sebagainya (Azwar, 2012). Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Menurut Sugiyono (2016) skala likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu maupun sekelompok orang mengenai fenomena sosial. Skala pengukuran likert memiliki lima alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (ST), dan sangat tidak sesuai (STS). Adapun isi dari skala berbentuk pernyataan yang searah (mendukung) dari teori yang mendasari masalah yang dipersoalkan dan ada pula yang tak searah (tak mendukung) teori yang mendasari hal yang dipersoalkan (Suryabrata, 2000). Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala yaitu skala perbandingan sosial dan penerimaan diri.

1. Skala perbandingan sosial

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala perbandingan sosial yang disusun sendiri oleh peneliti. Skala ini mengacu dalam aspek-aspek perbandingan sosial menurut Jones (2001) yang terdiri dari tinggi tubuh (*height*), berat tubuh (*weight*), bentuk tubuh (*shape*), wajah (*face*), gaya (*style*), kepribadian, kecerdasan atau prestasi, dan popularitas. Pada skala ini terdapat pernyataan mendukung (*favourable*). Setiap aitem akan terdapat lima jawaban alternatif yakni tidak pernah (TP), jarang (J), kadang-kadang (KK), sering (S), dan selalu (S). Berikut merupakan rancangan aitem dari skala perbandingan sosial, meliputi :

Tabel 1. Rancangan Aitem Skala Perbandingan Sosial

No	Aspek	Aitem		Total	Bobot
		F			
1.	Tinggi tubuh (<i>height</i>)	5		5	12,50%
2.	Berat tubuh (<i>weight</i>)	5		5	12,50%
3.	Bentuk tubuh (<i>shape</i>)	5		5	12,50%
4.	Wajah (<i>face</i>)	5		5	12,50%
5.	Gaya (<i>style</i>)	5		5	12,50%
6.	Kepribadian	5		5	12,50%
7.	Kecerdasan/prestasi	5		5	12,50%
8.	Popularitas	5		5	12,50%
Total		40		40	100%

Keterangan:

F : *Favourable*

2. Skala penerimaan diri

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala penerimaan diri yang telah dimodifikasi oleh peneliti, modifikasi dalam skala ini terkait dengan penyesuaian kalimat dalam setiap aitem berdasarkan kriteria subjek penelitian. Skala ini disusun oleh Andani (2018) yang mengacu dalam aspek-aspek dari penerimaan diri menurut Powell (1992) yaitu penerimaan fisik, penerimaan intelektual, penerimaan keterbatasan diri, penerimaan perasaan atau emosi, dan penerimaan kepribadian. Pada skala ini terdapat pernyataan mendukung (*favourable*) dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavourable*). Setiap aitem akan terdapat lima jawaban alternatif yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Berikut merupakan rancangan aitem dari skala perbandingan sosial, meliputi :

Tabel 2. Rancangan Aitem Skala Penerimaan Diri

No	Aspek	Aitem		Total	Bobot
		F	UF		
1.	Penerimaan fisik	4	4	8	20%
2.	Penerimaan intelektual	4	4	8	20%
3.	Penerimaan keterbatasan diri	4	4	8	20%
4.	Penerimaan perasaan/emosi	4	5	9	22,50%
5.	Penerimaan kepribadian	4	3	7	17,50%
Total		20	20	40	100%

Keterangan:

F : *Favourable*

UF : *Unfavourable*

E. Validitas, Uji Daya Beda, dan Estimasi Reliabilitas

1. Validitas

Azwar (2012) menyatakan bahwa validitas merupakan sejauhmana akurasi dan kecermatan dari skala alat ukur mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya. Azwar (1998) menjelaskan bahwa kecermatan dari data hasil pengukuran bergantung pada validitas alat ukurnya. Oleh karena itu, instrumen dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika alat ukurnya dapat memberikan hasil yang akurat, begitupula sebaliknya jika instrumen pengukuran memberikan hasil data yang tidak akurat maka alat ukur tersebut memiliki validitas yang rendah.

Pada penelitian ini akan menggunakan jenis validitas isi. Validitas isi adalah validitas yang di peroleh dari hasil pengujian kisi-kisi instrumen skala pada kelayakan aitem yang menjadi isi tes. Kelayakan suatu aitem didapatkan dari hasil penilaian profesional , sehingga alat ukur yang akan di pakai dapat memuat isi yang akurat dan dapat menyatakan bahwa suatu aitem adalah relevan. Apabila aitem bersifat relevan, maka aitem tersebut dapat dikatakan layak untuk mendukung validitas isi skala (Azwar, 2012). Profesional pada penelitian ini adalah dosen pembimbing skripsi.

2. Uji Daya Beda

Uji daya beda aitem merupakan sejauhmana suatu aitem dapat membedakan antara individu atau sekelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang sedang di ukur. Indeks daya beda aitem adalah suatu indikator keselarasan yang mencakup antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan, hal ini di sebut dengan istilah konsistensi aitem total. Pengujian daya beda aitem dilakukan dengan menggunakan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total (r_{ix}) (Azwar, 2012).

Teknik dalam menguji daya beda aitem menggunakan korelasi *Product Moment Person* yang akan digunakan dalam penelitian ini. Pada teknik ini dapat mengukur korelasi antara skor aitem dengan skor total dan dibantu menggunakan program SPSS (*statistical product and service solution*) for Windows Release 26.

Pemilihan aitem memiliki kriteria tertentu berdasarkan pada korelasi total dengan batasan $r_{ix} > 0,30$. Semua aitem yang dianggap memiliki daya beda yang baik ialah aitem yang mencapai koefisien korelasi 0,30, sedangkan pada aitem dengan $r_{ix} < 0,30$ akan diinterpretasikan bahwa aitem tersebut memiliki daya beda rendah, dan jika jumlah aitem yang lolos masih belum mencukupi jumlah yang diinginkan maka dapat menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai (Azwar, 2012).

3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan konsistensi dari hasil alat ukur, di mana ketika pelaksanaan pengukuran telah dilakukan beberapa kali dan hasil yang di peroleh relatif sama. sehingga dapat diartikan bahwa reliabilitas mengandung makna seberapa tinggi kecermatan dari suatu alat ukur (Azwar, 2012). Reliabilitas merupakan karakteristik utama di dalam sebuah instrumen dan alat ukur yang baik. Hasil pengukuran dapat di percaya ketika pada kelompok belum berubah dan reliabilitasnya dalam rentang 0 sampai 1,00 ($<1,00$). Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka 0 sampai dengan 1,00. Apabila koefisiensi reliabilitas semakin tinggi mendekati angka 1,00 maka pengukuran dinyatakan reliabel (Azwar, 2012).

Alpha Cronbach merupakan metode uji reliabilitas yang akan di gunakan di dalam penelitian ini, karena dalam penggunaan formula *Alpha Cronbach* akan memberikan hasil yang lebih cermat dan dapat mendekati hasil yang sesungguhnya.

F. Teknik Analisis

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang berada dalam fase remaja akhir yang menggunakan media sosial *instagram*. Teknik analisa yang di gunakan dalam penelitian ini yaitu analisis kuantitatif korelasi, di mana tujuan dari penelitian ini ialah menemukan ada atau tidaknya suatu hubungan atau pengaruh antara variabel X dan Y, dalam analisis ini peneliti menggunakan korelasi *pearson* dengan bantuan program SPSS (*statistical product and service solution*) for Windows Release 26.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan Penelitian

Orientasi kancan penelitian adalah suatu tahapan yang dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian, hal tersebut dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan keberhasilan dan kelancaran dalam penelitian. Pada penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang beralamat di Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang. Universitas Islam Sultan Agung di bentuk oleh Yayasan Badan Wakaf Sultan Agung (YBWSA) yang didirikan pada tanggal 16 Dzulhijjah 1381 H yang bertepatan dengan tanggal 20 Mei 1962 M (<https://unissula.ac.id> diakses pada 29 Mei 2022).

Fakultas Hukum menjadi salah satu fakultas di Universitas Islam Sultan Agung yang berdiri pada tahun 1963. Terdapat empat prodi yang sudah terakreditasi A yakni S1 Ilmu Hukum, S2 Magister Ilmu Hukum, S2 Kenotarian, dan S3 Program Doktor Ilmu Hukum. Selain terakreditasi nasional dari BAN PT pada keempat prodi Fakultas Hukum per Januari 2020 telah terakreditasi internasional dengan level premier (unggul) dari badan akreditasi internasional, *Accreditation Service of International School, Colleges & Universities* (ASIC) yang berbasis di Inggris (<https://unissula.ac.id/prodi-prodi-hukum-ini-terakreditasi-nasional-internasional/> diakses pada 11 Agustus 2022).

Fakultas Ilmu Keperawatan berdiri pada 26 Februari 1996. Berdasarkan ijin Dirjen Dikti Departemen Pendidikan Republik Indonesia No. 3363/D/T/2006 mengenai perizinan penyelenggaraan program studi baru yaitu program sarjana Keperawatan. Program D III pada Fakultas Keperawatan telah berdiri terlebih dahulu. Sampai saat ini terdapat tiga program studi yang terdapat di Fakultas Ilmu Keperawatan, yaitu program SI Keperawatan, program D III Keperawatan dan program studi NERS (profesi) (<https://fik.unissula.ac.id/sejarah/> diakses pada 11 Agustus 2022).

Fakultas Agama Islam berdiri pada tahun 1962. Pada tahun 1985 didirikan Fakultas Tarbiyah dan pada tahun 1998 Fakultas Tarbiyah dan Syariah disatukan

menjadi Fakultas Agama Islam. Pada tahun 2010 didirikan Prodi Magister Pendidikan Agama Islam. Fakultas Agama Islam memiliki tiga program studi hingga saat ini, yaitu Sarjana Hukum Keluarga, Sarjana Pendidikan Agama Islam dan Magister Pendidikan Agama Islam (<http://fai.unissula.ac.id/sambutan-dekan/> diakses pada 11 Agustus 2022).

Pertimbangan peneliti memilih Universitas Islam Sultan Agung sebagai lokasi penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Jumlah dan karakteristik responden yang akan diteliti sesuai dengan syarat yang telah ditetapkan dalam penelitian.
- b. Penelitian mengenai hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial belum pernah dilakukan di tempat tersebut.
- c. Terdapat permasalahan mengenai perbandingan sosial pada mahasiswa di universitas tersebut.
- d. Adanya izin dari pihak fakultas yang bersangkutan.

B. Persiapan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan sungguh-sungguh dan dipersiapkan dengan sebaik-baiknya agar mencegah terjadinya kesalahan selama proses penelitian. Proses persiapan yang dilakukan oleh peneliti di mulai dengan membuat surat perizinan dari Fakultas Psikologi yang nantinya akan diberikan kepada beberapa fakultas yang berada di Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebagai syarat untuk melakukan penelitian. Pada tahap persiapan penelitian ini terdiri dari beberapa bagian, yakni:

1. Tahap Perizinan

Tahap perizinan merupakan syarat utama dalam melakukan suatu penelitian. Pada proses perizinan tersebut peneliti membuat surat ijin yang diberikan kepada beberapa fakultas yaitu Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan dengan nomor surat 321/C.1/Psi-SA/IV/2022, Fakultas Ekonomi dengan nomor surat 322/C.1/Psi-SA/IV/2022, Fakultas Hukum dengan nomor surat 373/C.1/Psi-SA/V/2022, Fakultas Ilmu Keperawatan dengan nomor surat 374/C.1/Psi-SA/V/2022, dan Fakultas Agama Islam dengan nomor surat

375/C.1/Psi-SA/V/2022. Surat perizinan tersebut diserahkan kepada beberapa fakultas yang bersangkutan dengan menyerahkannya kepada bagian TU. Kemudian beberapa hari setelah peneliti menyerahkan surat ijin kepada fakultas yang bersangkutan setelahnya peneliti dihubungi oleh pihak fakultas yang bersangkutan dengan memberi pesan bahwa peneliti diberikan ijin untuk melakukan penelitian di beberapa fakultas tersebut.

Tabel 3. Agenda Penelitian

No	Tanggal	Keperluan
1.	04 April 2022	Membuat surat ijin penelitian untuk fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan dan fakultas ekonomi.
2.	05 April 2022	Meminta ijin dan memberikan surat ijin penelitian kepada dua fakultas tersebut.
3.	18 Mei 2022	Membuat surat ijin penelitian untuk fakultas hukum, ilmu keperawatan dan agama islam.
4.	19 Mei 2022	Meminta ijin dan memberikan surat ijin penelitian kepada fakultas yang bersangkutan.

2. Penyusunan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi yaitu skala perbandingan sosial dan skala penerimaan diri.

a. Skala Perbandingan Sosial

Skala perbandingan sosial merupakan skala yang disusun sendiri oleh peneliti dengan mengacu pada aspek-aspek dari Jones (2001) yang terdiri dari tinggi tubuh (*height*), berat tubuh (*weight*), bentuk tubuh (*shape*), wajah (*face*), gaya (*style*), kepribadian, kecerdasan atau prestasi, dan popularitas. Skala perbandingan sosial terdiri dari 40 aitem, di mana 40 aitem tersebut bersifat *favourable*. Aitem tersebut disusun atas 5 alternatif jawaban yakni Tidak Pernah (TP), Jarang (JR), Kadang-kadang (KK), Sering (SR), Selalu (SL). Skor untuk indikator aitem-aitem *favourable* tersebut yaitu, TP = 0, JR = 1, KK = 2, SR = 3, SL = 4.

Tabel 4. Distribusi Aitem Skala Perbandingan Sosial (Untuk Uji Coba)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	Jumlah
1.	Tinggi Tubuh (<i>height</i>)	1, 9, 17, 25, 32	5
2.	Berat Tubuh (<i>weight</i>)	2, 18, 26, 35, 10	5
3.	Bentuk Tubuh (<i>shape</i>)	3, 11, 19, 27, 33	5
4.	Wajah (<i>face</i>)	4, 12, 20, 28, 38	5
5.	Gaya (<i>style</i>)	13, 5, 21, 34, 29	5
6.	Kepribadian	6, 14, 22, 36, 30	5
7.	Kecerdasan atau emosi	7, 15, 37, 23, 39	5
8.	Popularitas	16, 8, 31, 24, 40	5
Total		40	40

b. Skala Penerimaan Diri

Skala penerimaan diri merupakan skala yang dimodifikasi dari penelitian Andani (2018) yang disusun menggunakan aspek-aspek penerimaan diri menurut Powell (1992) dengan reliabilitas sebesar 0,888. Adapun aspek-aspek tersebut diantaranya yaitu penerimaan fisik, penerimaan intelektual, penerimaan keterbatasan diri, penerimaan perasaan atau emosi, dan penerimaan kepribadian. Skala penerimaan diri terdiri dari 40 aitem dengan 20 aitem *favourable* dan 20 aitem *unfavourable*. Aitem-aitem tersebut disusun atas 5 alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor untuk indikator aitem *favourable* yaitu SS = 5, S = 4, N = 3, TS = 2, STS = 1 sedangkan untuk aitem *unfavourable* adalah STS = 5, TS = 4, N = 3, S = 2, dan SS = 1.

Tabel 5. Distribusi Aitem Skala Penerimaan Diri (Untuk Uji Coba)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
1.	Penerimaan Fisik	1, 10, 21, 30	3, 22, 33, 12	8
2.	Penerimaan Intelektual	2, 13, 23, 32	5, 15, 25, 34	8
3.	Penerimaan Keterbatasan Diri	4, 14, 24, 35	6, 17, 27, 36	8
4.	Penerimaan Perasaan atau Emosi	7, 16, 26, 38	9, 19, 37, 28, 40	9
5.	Penerimaan Kepribadian	8, 18, 29, 39	31, 20, 11	7
Total		20	20	40

3. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Pelaksanaan uji coba suatu alat ukur merupakan tindakan untuk mengetahui bagaimana kualitas alat ukur yang digunakan oleh peneliti. Alat ukur dalam penelitian ini meliputi perbandingan sosial dan penerimaan diri. Uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 06 – 25 April 2022. Uji coba dalam penelitian ini dilakukan secara *online* yang ditujukan kepada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan serta Fakultas Ekonomi. Uji coba ini dilakukan melalui *google form* dengan link <https://forms.gle/kVVjC2ANPCPZtAVk6>. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini terdiri atas 101 responden yaitu 21 mahasiswa dan 80 mahasiswi. Pelaksanaan uji coba penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan skala di beberapa kelas atas ijin dekan fakultas yang bersangkutan. Selanjutnya skala yang telah terisi kemudian di beri skor sesuai dengan ketentuan dan di analisis menggunakan SPSS versi 26.

Tabel 6. Uraian Kegiatan Pembagian Skala Uji Coba

No	Tanggal	Jumlah Subjek	Keterangan
1.	06 April 2022	101	Penyebaran skala uji coba menggunakan google form.
2.	06 – 20 April 2022	101	Pengisian skala uji coba.

4. Karakteristik Responden

Uji coba ini dilakukan langsung oleh peneliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan serta Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Pemilihan fakultas tersebut didasarkan pada pengacakan untuk mendapatkan sampel pada uji coba, sehingga terpilih Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan serta Fakultas Ekonomi sebagai sampel uji coba pada penelitian ini. Uji coba tersebut dilakukan kepada 101 responden yang terdiri dari 21 mahasiswa dan 80 mahasiswi. Pada 101 responden tersebut terdiri atas 46 mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan serta 55 mahasiswa Fakultas Ekonomi. 101 responden yang mengisi skala pada penelitian uji coba ini memiliki *range* usia 18 – 21 tahun. 101 responden

merupakan pengguna aktif media sosial *instagram*. Berikut data demografi pada penelitian uji coba ini:

Tabel 7. Data Demografi (Untuk Uji Coba)

No	Karakteristik	Frekuensi	Presentase	Total
1.	Fakultas			
a.	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	45	45,50%	101
b.	Ekonomi	55	54,50%	
2.	Jenis Kelamin			
a.	Laki-laki	21	20,80%	101
b.	Perempuan	80	80,20%	
3.	Usia			
a.	18 tahun	1	1%	101
b.	19 tahun	18	17,80%	
c.	20 tahun	48	47,50%	
d.	21 tahun	34	33,70%	

C. Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

Pengisian daya beda aitem dan reliabilitas terhadap alat ukur yang digunakan, yaitu skala perbandingan sosial dan skala penerimaan diri yang dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS. Hasil pengujian daya beda aitem dan estimasi reliabilitas adalah sebagai berikut:

1. Skala Perbandingan Sosial

Hasil pada pengujian daya beda aitem terhadap 101 responden dalam skala perbandingan sosial yang terdiri dari 40 aitem sebaran di peroleh 39 aitem yang berdaya beda tinggi. Hasil estimasi reliabilitas terhadap 39 aitem skala perbandingan sosial sebesar 0,952. Rincian sebaran aitem daya beda tinggi dan daya beda rendah pada skala perbandingan sosial yang dapat di lihat di tabel berikut:

Tabel 8. Sebaran Nomor Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Perbandingan Sosial

No	Aspek	<i>Favourable</i>	Jumlah
1.	Tinggi Tubuh (<i>height</i>)	1, 9, 17, 25, 32	5
2.	Berat Tubuh (<i>weight</i>)	2*, 18, 26, 35, 10	5
3.	Bentuk Tubuh (<i>shape</i>)	3, 11, 19, 27, 33	5
4.	Wajah (<i>face</i>)	4, 12, 20, 28, 38	5
5.	Gaya (<i>style</i>)	13, 5, 21, 34, 29	5
6.	Kepribadian	6, 14, 22, 36, 30	5
7.	Kecerdasan atau emosi	7, 15, 37, 23, 39	5
8.	Popularitas	16, 8, 31, 24, 40	5
Total		40	40

Keterangan *) = Aitem yang gugur

2. Skala Penerimaan Diri

Hasil pada pengujian daya beda aitem terhadap 101 responden dalam skala penerimaan diri yang terdiri dari 40 aitem sebaran di peroleh 36 aitem dengan daya beda tinggi. Hasil estimasi reliabilitas terhadap 36 aitem skala penerimaan diri sebesar 0,909. Rincian sebaran aitem daya beda tinggi dan daya beda rendah pada skala penerimaan diri yang dapat di lihat di tabel berikut:

Tabel 9. Sebaran Nomor Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Penerimaan Diri

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
1.	Penerimaan Fisik	1, 10, 21, 30	3, 22, 33*, 12	8
2.	Penerimaan Intelektual	2, 13, 23, 32	5, 15, 25, 34	8
3.	Penerimaan Keterbatasan Diri	4, 14, 24, 35	6, 17, 27, 36	8
4.	Penerimaan Perasaan atau Emosi	7, 16, 26, 38	9, 19, 37, 28*, 40	9
5.	Penerimaan Kepribadian	8, 18*, 29, 39	31, 20*, 11	7
Total		20	20	40

Keterangan *) = Aitem yang gugur

D. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 23 Mei sampai 10 Juni 2022.

1. Distribusi Aitem Skala Penelitian

Distribusi aitem skala penelitian yang telah di susun ulang dari variabel perbandingan sosial dan penerimaan diri adalah sebagai berikut:

a. Skala Perbandingan Sosial

Skala penelitian perbandingan sosial berjumlah 39 aitem *favourable*. Jumlah aitem terwakili pada setiap aspek. Berikut ini merupakan distribusi aitem skala perbandingan sosial:

Tabel 10. Distribusi Aitem Skala Perbandingan Sosial (Untuk Penelitian)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	Jumlah
1.	Tinggi Tubuh (<i>height</i>)	1, 8, 16, 24, 31	5
2.	Berat Tubuh (<i>weight</i>)	17, 25, 34, 9	4
3.	Bentuk Tubuh (<i>shape</i>)	2, 10, 18, 26, 32	5
4.	Wajah (<i>face</i>)	3, 11, 19, 27, 37	5
5.	Gaya (<i>style</i>)	12, 4, 20, 33, 28	5
6.	Kepribadian	5, 13, 21, 35, 29	5
7.	Kecerdasan atau emosi	6, 14, 36, 22, 38	5
8.	Popularitas	15, 7, 30, 23, 39	5
Total		39	39

b. Skala Penerimaan Diri

Skala penelitian penerimaan diri berjumlah 36 aitem dengan 19 aitem *favourable* dan 17 aitem *unfavourable*. Jumlah aitem terwakili pada setiap aspek. Berikut ini merupakan distribusi aitem skala penerimaan diri:

Tabel 11. Distribusi Aitem Skala Penerimaan Diri (Untuk Penelitian)

No	Aspek	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
1.	Penerimaan Fisik	1, 10, 19, 27	3, 20, 12	7
2.	Penerimaan Intelektual	2, 13, 21, 29	5, 15, 23, 30	8
3.	Penerimaan Keterbatasan Diri	4, 14, 22, 31	6, 17, 25, 32	8
4.	Penerimaan Perasaan atau Emosi	7, 16, 24, 34	9, 18, 33, 36	8
5.	Penerimaan Kepribadian	8, 26, 35	28, 11	5
Total		19	17	36

2. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian di mulai pada tanggal 23 Mei sampai 10 Juni 2022. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung yang berada dalam masa remaja akhir. Sampel pada penelitian ini berjumlah 213 mahasiswa. Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti meminta izin dan menjelaskan mengenai mekanisme pengisian kuesioner kepada TU masing-masing fakultas yang bersangkutan. Pengisian kuesioner dilakukan secara *online* melalui *google form* dengan link <https://bit.ly/3IBY5SI>. Pada penelitian yang telah dilakukan ini data yang terkumpul berjumlah 213 mahasiswa, di mana terdiri dari 57 mahasiswa laki-laki dan 156 mahasiswa perempuan. Skala yang telah di isi akan dilakukan skoring dan analisis data.

Tabel 12. Uraian Kegiatan Penyebaran Skala Penelitian

No	Tanggal	Jumlah Subjek	Keterangan
1.	23 Mei 2022	213	Penyebaran skala penelitian di Universitas Islam Sultan Agung.
2.	23 Mei – 10 Juni 2022	213	Pengisian skala penelitian oleh mahasiswa/i Universitas Islam Sultan Agung.

3. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan langsung oleh peneliti di Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada 213 responden dengan 57 mahasiswa laki-laki dan 156 mahasiswi perempuan yang terdiri dari 89 mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan, 55 mahasiswa Fakultas Hukum, dan 69 mahasiswa Fakultas Agama Islam. 213 mahasiswa yang mengisi skala penelitian ini memiliki *range* usia berkisar 18 tahun sampai 21 tahun. Semua responden yang berjumlah 213 tersebut aktif dalam menggunakan *instagram*. Berikut data demografi dalam penelitian ini:

Tabel 13. Data Demografi untuk Penelitian

No	Karakteristik	Frekuensi	Presentase	Total
1.	Fakultas			
a.	Ilmu Keperawatan	89	41,80%	213
b.	Hukum	55	25,80%	
c.	Agama Islam	69	32,40%	
2.	Jenis Kelamin			
a.	Laki-laki	57	26,80%	213
b.	Perempuan	156	73,70%	
3.	Usia			
a.	18 tahun	19	8,90%	213
b.	19 tahun	88	41,30%	
c.	20 tahun	85	39,90%	
d.	21 tahun	21	9,90%	

E. Analisis Data dan Hasil Pembahasan

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dalam penelitian ini dilakukan sebelum melakukan uji analisis data, di mana dalam uji asumsi didalamnya terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas dengan hasil sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Sample Kolmogorov-Smirnov* dalam *SPSS for windows versi 26*. Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk memeriksa apakah variabel berdistribusi dengan normal atau tidak normal.

Hasil dari penelitian ini dapat di ketahui bahwa data variabel penerimaan diri memiliki taraf signifikansi 0,200 ($p > 0,05$), hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel ini dapat berdistribusi dengan normal. Pada variabel perbandingan sosial di peroleh data dengan nilai signifikansi 0,200 ($p > 0,05$), di mana dari hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel perbandingan sosial dapat berdistribusi secara normal. Berikut tabel data hasil uji normalitas:

Tabel 14. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std Deviasi	Sig.	P	Keterangan
Penerimaan Diri	120,87	15,38	0,200	>0,05	Normal
Perbandingan Sosial	51,91	27,223	0,200	>0,05	Normal

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mencari tahu hubungan antar variabel di dalam suatu penelitian. Pada uji linieritas mengungkap apakah terdapat hubungan yang linier ataupun sebaliknya di dalam suatu penelitian. Variabel dengan f_{linier} kurang dari 0,05 dapat dikatakan sebagai variabel yang memiliki hubungan yang linier. Berdasarkan dari pengujian linier penerimaan diri dengan perbandingan sosial di peroleh nilai f_{linier} sebesar 80,064 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), maka hal tersebut membuktikan bahwa variabel penerimaan diri dengan perbandingan sosial memiliki hubungan yang linier.

2. Uji Hipotesis

Uji korelasi hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *person* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Pada uji hipotesis ini didapatkan hasil r_{xy} sebesar -0,519 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan terdapat hubungan negatif antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial, di mana semakin rendah penerimaan diri maka semakin tinggi perbandingan sosial begitupula sebaliknya.

F. Deskripsi Variabel Penelitian

Kategorisasi adalah suatu pengelompokan yang di dasari oleh skor individu yang berada dalam suatu kelompoknya yang merupakan estimasi dari skor individu dalam populasi dan memiliki asumsi bahwa skor individu dalam suatu populasi telah berdistribusi secara normal, sehingga terdapat batasan

kategori skor teoritik terdistribusi berdasarkan model normal standar (Azwar, 2012). Kategorisasi memiliki tujuan untuk menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut kontinum berdasarkan atribut yang di ukur (Azwar, 2012). Ditribusi normal standar terdapat enam bagian di mana tiga bagian berada pada sebelah kiri *mean* bertanda negatif dan tiga bagian berada pada sebelah kanan *mean* bertanda positif (Azwar, 2012). Norma kategorisasi yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 15. Norma Kategori Skor

Rentan Skor	Kategorisasi
$X \leq \mu - 1,5\sigma$	Sangat Rendah
$\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$	Rendah
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	Sedang
$\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	Tinggi
$\mu + 1,5\sigma < X$	Sangat Tinggi

μ = Mean Hipotetik, σ = Standar Deviasi Hipotetik

1. Deskripsi Data Perbandingan Sosial

Skala perbandingan sosial terdiri dari 39 aitem yang memiliki daya beda rentang skor 0-4. Skor terkecil (minimum) yang di peroleh 0 (yaitu 39×0) dan skor terbesar (maksimum) (yaitu 39×4) yang di peroleh 156. Rentang skor skala adalah 156 di peroleh dari (156-0). *Mean* hipotetik 78 yakni ($[156 + 0] / 2$) dan standar deviasi hipotetik 26 yaitu ($[156 - 0] / 6$).

Berdasarkan hasil penelitian (empirik) skor skala perbandingan sosial minimum sebesar 0, skor maksimum sebesar 132, *mean* sebesar 51,91 dan standar deviasi sebesar 27,223. Deskripsi skor skala perbandingan sosial dapat di lihat dalam tabel berikut:

Tabel 16. Deskripsi Skor Skala Perbandingan Sosial

	<i>Empirik</i>	<i>Hipotetik</i>
Skor Minimal	0	0
Skor Maksimal	132	156
Mean	51,91	78
Standar Deviasi	27,223	26

Norma kategorisasi perbandingan sosial dijabarkan pada tabel berikut:

Tabel 17. Norma Kategori Skor Skala Perbandingan Sosial

Rentan Skor	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentase
$X \leq 39$	Sangat Rendah	76	35,70%
$39 < X \leq 65$	Rendah	76	35,70%
$65 < X \leq 91$	Sedang	43	20,20%
$91 < X \leq 117$	Tinggi	15	7,00%
$117 < X$	Sangat Tinggi	3	1,40%

Tabel di atas menunjukkan bahwa perbandingan sosial pada subjek pada penelitian ini termasuk dalam kategori rendah berdasarkan *mean* empirik dengan presentasi kategori sangat tinggi 1,4%, kategori 7,0% tinggi, kategori 20,2% sedang, kategori 35,7% rendah dan kategori 35,7% sangat rendah. Deskripsi norma kategori data perbandingan sosial dapat di lihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Kategori Skala Perbandingan Sosial

2. Deskripsi Data Skala Skor Penerimaan Diri

Skala penerimaan diri memiliki 36 aitem dengan rentang skala berkisar antara 1 – 5. Skor terkecil (minimum) yang di peroleh adalah 36 yaitu (36×1) dan skor terbesar (maksimum) pada skala ini pada skala ini adalah 180 yaitu (36×5) . Rentang skor skala 144 di peroleh dari $(180 - 36)$. *Mean* hipotetik sebesar 108 di peroleh dari $([36 + 180] / 2)$ dan standar deviasi hipotetik sebesar 24 di peroleh dari $([180 - 36] / 6)$.

Berdasarkan hasil penelitian (empirik) di peroleh skor skala penerimaan diri minimum sebesar 79 dan skor maksimum sebesar 173. *Mean* sebesar 120,87 dan standar deviasi 15,380. Deskripsi skor skala penerimaan diri dipaparkan sebagai berikut:

Tabel 18. Deskripsi Skor Skala Penerimaan Diri

	<i>Empirik</i>	<i>Hipotetik</i>
Skor Minimal	79	36
Skor Maksimal	173	180
Mean	120,87	108
Standar Deviasi	15,380	24

Norma kategorisasi penerimaan diri dijabarkan pada tabel berikut:

Tabel 19. Norma Kategori Skor Skala Penerimaan Diri

Rentan Skor	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentase
$X \leq 72$	Sangat Rendah	0	0%
$72 < X \leq 96$	Rendah	11	5,20%
$96 < X \leq 120$	Sedang	94	44,10%
$120 < X \leq 144$	Tinggi	108	50,70%
$144 < X$	Sangat Tinggi	0	0%

Tabel di atas menunjukkan bahwa penerimaan diri pada subjek penelitian ini termasuk dalam kategori tinggi berdasarkan *mean* empirik dengan presentasi kategori sangat tinggi 0%, kategori 50,7% tinggi, kategori 44,1% sedang, kategori 5,2% rendah dan kategori 0% sangat rendah. Deskripsi norma kategori data perbandingan sosial dapat di lihat pada gambar berikut:

**Gambar 2. Kategori Skala Penerimaan Diri**

G. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial pada remaja akhir pengguna media sosial *instagram*. Pada penelitian ini didapatkan data bahwa seluruh responden menyatakan memiliki akun media sosial *instagram*. Berdasarkan penelitian milik Hwang (2019) analisis menunjukkan bahwa sering masuk ke *instagram* atau menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain *instagram*

memberi pengguna kesempatan untuk secara spontan terlibat dalam perbandingan sosial.

Pada penelitian ini variabel perbandingan sosial yang termasuk dalam kategori rendah dengan frekuensi 76 (35,7%). Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan peneliti pendahuluan milik Jiang & Ngien (2020) di mana data yang didapatkan dari penelitian tersebut mengungkapkan pengguna *instagram* dikatakan tinggi dalam melakukan perbandingan sosial. Berdasarkan penelitian terdahulu dipaparkan adanya bentuk perbandingan sosial yang tinggi dapat di pengaruhi oleh beberapa hal diantaranya adalah rasa puas yang di miliki oleh individu terhadap tubuhnya (Sunartio, Sukamto, & Dianovinina, 2012).

Variabel penerimaan diri termasuk dalam kategori tinggi dengan frekuensi 108 (50,7%). Berdasarkan penelitian dari Pratisya (2017) yang menyatakan bahwa individu dengan penerimaan diri yang baik dikarenakan individu tersebut dapat mengenali diri sendiri, menerima kelebihan dan kelemahan diri sendiri, memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya sehingga memiliki kehidupan yang positif.

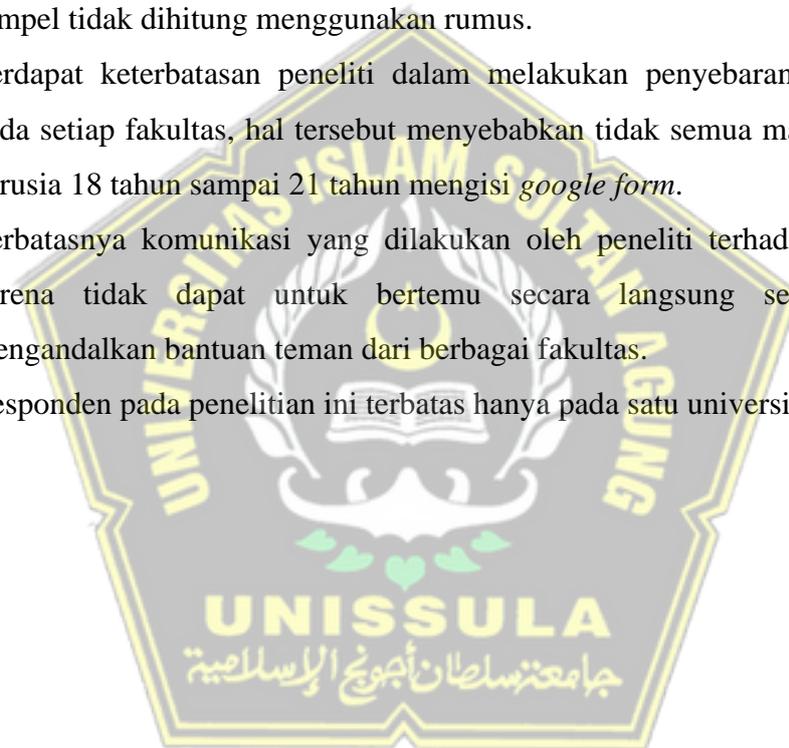
Hasil hipotesis menunjukkan hasil r_{xy} sebesar $-0,519$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Hasil yang telah didapatkan menyatakan terdapat hubungan yang negatif antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial pada remaja akhir pengguna *instagram*. Sumbangan efektif penerimaan diri terhadap perbandingan sosial sebesar 26,9%. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat penerimaan diri seseorang maka akan semakin tinggi seseorang dalam melakukan perbandingan sosial begitu pula sebaliknya, semakin tinggi penerimaan diri seseorang maka semakin rendah untuk seseorang melakukan perbandingan sosial. Hasil tersebut di perkuat dari penelitian yang dilakukan oleh Yi Kam & Prihadi (2021) yang menunjukkan bahwa penerimaan diri tanpa syarat yang dilakukan oleh seseorang berpengaruh negatif terhadap perbandingan sosial, sehingga dapat menurunkan perilaku membandingkan diri sendiri. Chamberlain & Haaga (2001) juga menyatakan bahwa adanya penerimaan diri yang tinggi yang di miliki oleh individu maka dapat membuat individu lebih objektif dalam mengevaluasi diri sendiri. Carson & Langer (2006) menyatakan aspek penting

dari penerimaan diri adalah evaluasi diri yang tepat. Di mana evaluasi merupakan suatu bentuk perbandingan sosial yang dilakukan oleh seseorang (Festinger, 1954).

H. Kelemahan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat beberapa kelemahan pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Jumlah sampel pada penelitian ini tidak representatif karena penentuan sampel tidak dihitung menggunakan rumus.
2. Terdapat keterbatasan peneliti dalam melakukan penyebaran *google form* pada setiap fakultas, hal tersebut menyebabkan tidak semua mahasiswa yang berusia 18 tahun sampai 21 tahun mengisi *google form*.
3. Terbatasnya komunikasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap mahasiswa karena tidak dapat untuk bertemu secara langsung sehingga harus mengandalkan bantuan teman dari berbagai fakultas.
4. Responden pada penelitian ini terbatas hanya pada satu universitas saja.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan hasil pembahasan dan analisis data yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang dapat di peroleh adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial sehingga semakin tinggi tingkat penerimaan diri maka semakin rendah perbandingan sosial. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat penerimaan diri maka semakin tinggi perbandingan sosial.

B. Saran

Mengakhiri penjelasan dari penelitian di atas mengenai hubungan antara penerimaan diri dengan perbandingan sosial pada remaja akhir pengguna media sosial *instagram*, ditujukan saran untuk beberapa pihak:

1. Bagi Mahasiswa/i

Bagi mahasiswa diharapkan dapat lebih bijak untuk memilah informasi yang disajikan di media sosial terutama *instagram* di mana pada aplikasi *instagram* banyak menyajikan gambar yang mempresentasikan kehidupan positif dari berbagai pengguna. Oleh sebab itu, diharapkan untuk tidak membandingkan kehidupan yang di miliki orang lain dengan diri sendiri. Jika ingin melakukan perbandingan sosial ada baiknya dijadikan sebagai motivasi untuk memperbaiki diri atau mengembangkan diri secara positif. Hal tersebut juga lebih baik jika di imbangi dengan rasa syukur dan lebih menerima diri dengan apa adanya, sehingga ketika perbandingan sosial dilakukan tidak memberikan dampak buruk seperti merasa khawatir, memandang dirinya selalu kurang dan menganggap bahwa diri sendiri tidak mampu sejajar dengan orang lain yang di anggap hebat.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai perbandingan sosial diharapkan dapat menggali variabel lain selain variabel

yang telah di teliti dalam penelitian ini, sehingga mendapatkan informasi lain mengenai aspek-aspek pembentuk perbandingan sosial pada seseorang. Misalnya peneliti selanjutnya dapat meneliti mengenai rasa syukur sebagai prediktor perbandingan sosial dengan melihat perbedaan perilaku membandingkan antara laki-laki dan perempuan. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat lebih peka dalam mencari sasaran untuk tempat melakukan penelitian agar nantinya mendapatkan masalah yang nyata.



DAFTAR PUSTAKA

- Alhabash, S., & Ma, M. (2017). A Tale of Four Platforms: Motivations and Uses of Facebook, Twitter, Instagram, and Snapchat Among College Students? *Social Media and Society*, 3(1), 1-13. <https://doi.org/10.1177/2056305117691544>.
- Allan, S., & Gilbert, P. (1995). A Social Comparison Scale: Psychometric Properties and Relationship to Psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 19(3), 293–299. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00086-L](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00086-L).
- Andani, T. P. (2018). Hubungan Penerimaan Diri dan Harga Diri pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. *Skripsi*, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang.
- Andriawati, S. (2012). hubungan konsep diri dengan kecemasan narapidana menghadapi masa depan di lembaga pemasyarakatan wanita Malang. *Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*.
- Apple, H., Crusius, J., & Gerlach, A. L. (2015). Social Comparison, Envy, and Depression on Facebook: A Study Looking at the Effects of High Comparison Standards on Depressed Individuals. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(4), 277-289.
- Azwar, S. (1998). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berger, E. M. (1952). The Relation Between Expressed Acceptance of Self and Expressed Acceptance of Others. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(4), 778-82. doi: 10.1037/h0061311.
- Buunk, A. P., & Vugt, M. V. (2013). *Applying social psychology: from problems to solutions (2nd ed)*. London: SAGE.
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. *Jurnal Publiciana*, 9(1), 140-157.
- Carson, S. H., & Langer, E. J. (2006). Mindfulness and Self Acceptance. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 24(1), 29-43, DOI: 10.1007/s10942-006-0022-5.
- Ceyhan, A. A., & Ceyhan, E. (2011). Investigation of university students' self-acceptance and learned resourcefulness: a longitudinal study. *High Education*, 61, 649-661. DOI 10.1007/s10734-010-9354-2.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. (2001). Unconditional Self Acceptance and Psychological Health. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 19(3), 167-177, DOI: 10.1023/A:1011189416600.

- Chaplin, J. P., & Kartono, K. (1989). *Kamus lengkap psikologi*. Rajawali Pers.
- Damayanti, A. A., & Susilawati, L. K. (2018). Peran Citra Tubuh dan Penerimaan Diri Terhadap Self Esteem pada Remaja Putri di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 424-433.
- de Vries, D. A., Möller, A. M., Wieringa, M. S., Eigenraam, A. W., & Hamelink, K. (2017). Social Comparison as the Thief of Joy: Emotional Consequences of Viewing Strangers' Instagram Posts. *Media Psychology*, 1-24, <http://dx.doi.org/10.1080/15213269.2016.1267647>.
- Education, U. D. (2017). *National Center for Education Statistics, Common Core of Data*. Washington, DS: U.S Department of Education.
- Fakultas Agama Islam UNISSULA. (2022). Retrieved from fai unissula: <http://fai.unissula.ac.id/sambutan-dekan/#>
- Feinstein, B. A., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. S., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative Social Comparison on Facebook and Depressive Symptoms: Rumination as a Mechanism. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(3), 161–170, <http://dx.doi.org/10.1037/a0033111>.
- Festinger, L. (1954). A Theory Of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Fioravanti, G., Prostamo, A., & Casale, S. (2019). Taking a Short Break from Instagram: The Effects on Subjective Well-Being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(2), 107–112. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0400>.
- Geralka, & Darmanah. (2019). *Metodologi Penelitian*. Lampung Selatan: CV HIRA TECH.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual Differences in Social Comparison: Development of a Scale of Social Comparison Orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129-142. <https://doi.org/doi/10.1037/0022-3514.76.1.129>.
- Gunarsa, S. D. (1999). *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. D., & Gunarsa, Y. S. (2001). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Guyer, J. J., & Johnston, T. I. (2018). Social Comparisons (Upward). *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 1-5, https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1912-1.
- Hjelle, L. A., & Ziegler, D. J. (1992). *Personality Theories; basic assumptions, research, and application third edition*. United States: McGraw-Hill, inc.

- Ho, S. S., Lee, E. J., & Liao, Y. (2016). Social Network Sites, Friends, and Celebrities: The Roles of Social Comparison and Celebrity Involvement in Adolescents' Body Image Dissatisfaction. *Social Media + Society*, 2(3), 1-11. DOI: 10.1177/2056305116664216.
- Hu, Y., Manikonda, L., & Kambhampati, S. (2014). What We Instagram: A First Analysis of Instagram Photo Content and User Types. *Proceedings of the 8th International Conference on Weblogs and Social Media*, 595-598.
- Hurlock, E. (2010). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi 5)*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan: suatu perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hwang, H. S. (2019). Why Social Comparison on Instagram Matters: Its impact on Depression. *KSII Transactions on Internet and Information Systems*, 13(3), 1626–1638. <https://doi.org/10.3837/tiis.2019.03.029>.
- Jahoda, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. New York: Basic.
- Jan, M., Soomro, S. A., & Ahmad, N. (2017). Impact of Social Media on Self-Esteem. *European Scientific Journal*, 13(23), 329-341. doi: 10.19044/esj.2017.v13n23p329.
- Jersild, A. T. (1985). *The psychology of adolescence*. New York: MC Millan Company.
- Jiang, S., & Ngien, A. (2020). The Effects of Instagram Use, Social Comparison, and Self-Esteem on Social Anxiety: A Survey Study in Singapore. *Social Media + Society*, 6(2), 1–10. <https://doi.org/10.1177/2056305120912488>.
- Jones, D. C. (2001). Social Comparison and Body Image: Attractiveness Comparisons to Models and Peers Among Adolescent Girls and Boys. *University of Washington*, 45(9/10), 645-664. <https://doi.org/10.1177/2056305120912488>.
- Katz, E., Gurevitch, M., & Haas, H. (1973). On the Use of the Mass Media for Important Things. *American Sociological Review*, 38(2), 164-181, <https://doi.org/10.2307/2094393>.
- Langer, E. (1989). *Mindfulness*. Reading, MA: Addison-Wesley.

- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 32, 253–260. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>.
- Lew, A. M., Mann, T., Myers, H., Taylor, S., & Bower, J. (2007). Thin-Ideal Media and Women's Body Dissatisfaction: Prevention using Downward Social Comparisons on Non-Appearance Dimensions. *Sex Roles*, 57, 543–556. DOI 10.1007/s11199-007-9274-5.
- Marcus, S. R. (2015). *Picturing'ourselves into being: assessing identity, sociality and visuality on Instagram*. In Presented at the international communication association conference. Puerto Rico: San Juan.
- Maslow, A. (1992). *Motivasi dan Perilaku*. Semarang: Dahara Prize.
- Masters, J. C. (1973). Effects of Age and Social Comparison upon Children's Noncontingent Self-Reinforcement and the Value of a Reinforcer. *Child Development*, 44(1), 111-116.
- Monks, F., Knoer, A., & Haditono, S. R. (2006). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Morry, M. M., Sucharyna, T. A., & Petty, S. K. (2018). Relationship social comparisons: Your facebook page affects my relationship and personal well-being. *Computers in Human Behavior*, 83, 140-167, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.01.038>.
- Mussweiler, T., & Rüter, K. (2003). What Friends Are For! The Use of Routine Standards in Social Comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 467–481. DOI: 10.1037/0022-3514.85.3.467.
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). Social Comparison as a Predictor of Body Dissatisfaction: A Meta-Analytic Review. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(4), 683– 698. DOI: 10.1037/a0016763.
- Noon, E. J. (2020). Compare and Despair or Compare and Explore? Instagram Social Comparisons of Ability and Opinion Predict Adolescent Identity Development. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 14(2), 1–10. <https://doi.org/10.5817/CP2020-2-1>.
- Panjaitan, M. E., & Rahmasari, D. (2021). Hubungan Antara Social Comparison Dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswi Psikologi Unesa Pengguna Instagram. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1-14.
- Powell, J. (1992). *Sepuluh Laku Hidup Bahagia*. Yogyakarta: Kanisius.
- Pratisya, E. C. (2017). Penerimaan Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama Bukit Sion Jakarta Barat. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 15(1), 35-47.
- Prihatiningsih, W. (2017). Motif Penggunaan Media Sosial Instagram di Kalangan Remaja. *Jurnal Communication*, 8(1), 51-65.

- Prodi – Prodi Hukum Ini Terakreditasi Nasional & Internasional*. (2020, 8 28). Retrieved from prodi-prodi-hukum-ini-terakreditasi-nasional-internasional: <https://unissula.ac.id/prodi-prodi-hukum-ini-terakreditasi-nasional-internasional/>
- Putra, J. S. (2018). Peran Syukur sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Self-esteem pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197-210.
- Riyanto, A. D. (2021). *Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2021*. Retrieved from andi.link: <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2021/>
- Rizaty, M. A. (2021, Agustus 3). *Inilah Negara Pengguna Instagram Terbanyak, Indonesia Urutan Berapa?* Retrieved from Databoks: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/08/03/inilah-negara-pengguna-instagram-terbanyak-indonesia-urutan-berapa>
- Roesma, J., & Mulya, N. (2018). *Media sosialita : eksis narsis jadi daring darling*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ryff, C. D. (1996). The structure of psychological well being Revisited. *Journal of Personality and social Psychology*, 69, 719-727.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well being Revisited. *Journal of Personality and social Psychology*, 69, 719-727, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719>.
- Santrock, J. W. (2008). *Motor, sensory, and perceptual development. A topical approach to life-span development*. McGraw-Hill Higher Education, Boston: 172-205.
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Saputra, A. (2019). Survei Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Kota Padang Menggunakan Teori Uses And Gratifications. *Jurnal Dokumentasi dan Informasi*, 40 (2), 207-216, DOI: 10.14203/j.baca.v40i2.476.
- Schultz, D. (1991). *Psikologi Pertumbuhan Model-model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sejarah FIK*. (2022). Retrieved from Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula: <https://fik.unissula.ac.id/sejarah/>
- Sejarah Unissula*. (n.d.). Retrieved from Universitas Islam Sultan Agung Semarang: <https://unissula.ac.id/sejarah-unissula/#:~:text=Universitas%20Islam%20Sultan%20Agung%20atau,sangat%20berjasa%20bagi%20ban%20Indonesia>.

- Sheldon, P., & Bryant, K. (2015). Instagram: Motives for its use and relationship to narcissism and contextual age. *Computers in Human Behavior*, 58, 89–97.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Suls, J., & Martin, R. (2000). Three Kinds of Opinion Comparison: The Triadic Model. *Personality and Social Psychology Review*, 4(3), 219-237, https://doi.org/10.1207%2FS15327957PSPR0403_2.
- Suls, Jerry, & Wheeler, L. (2000). *Handbook of Social Comparison Theory and Research*. New York: Springer Science and Business Media.
- Sunartio, L., Sukanto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Social Comparison Dan Body Dissatisfaction pada Wanita Dewasa Awal. *Humanitas*, 9(2), 161-166.
- Supratiknya, A. (1995). *Komunikasi Pribadi Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Suryabrata, S. (2000). *Pengembangan Alat Ukur Psikologi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social Comparison, Social Media, and Self-Esteem. *American Psychological Association*, 3(4), 206–222. <http://dx.doi.org/10.1037/ppm0000047>.
- White, J. B., Langer, E. J., Yariv, L., & Welch, J. C. (2006). Frequent Social Comparisons and Destructive Emotions and Behaviors: The Dark Side of Social Comparisons. *Journal of Adult Development*, 13(1), 36-44, DOI: 10.1007/s10804-006-9005-0.
- Yang, C. C., Holden, S. M., & Carter, M. D. (2018). Social Media Social Comparison of Ability (but not Opinion) Predicts Lower Identity Clarity: Identity Processing Style as a Mediator. *Journal of Youth and Adolescence*, <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0801-6>.
- Yang, C. C., Holden, S. M., Carter, M. K., & Webb, J. J. (2018). Social media social comparison and identity distress at the college transition: A dual-path model. *Journal of Adolescence*, 69, 92–102, <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.09.007>.
- Yi Kam, S., & Prihadi, K. D. (2021). Why students tend to compare themselves with each other? The role of mattering and unconditional self-acceptance. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 10(2), 44 - 447, DOI: 10.11591/ijere.v10i2.21238.