

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk sosial artinya kita sebagai manusia tidak dapat hidup sendiri. Manusia akan terus hidup berdampingan dengan orang lain karena pada dasarnya ia akan selalu membutuhkan bantuan orang lain (Annisa et al., 2022). Mahasiswa juga dianggap sebagai makhluk sosial psikologis dimana kebutuhan sosial psikologis juga diperlukan (Muzaki & Saputra, 2019). Ketika manusia hidup bersosial maka akan banyak bertemu orang lain dengan bentuk fisik dan penampilan serta jalan cerita kehidupan yang berbeda-beda. Hal inilah yang sering dijadikan sebagai bahan *social comparison*. Pada era millennial sekarang ini seiring berkembangnya media sosial banyak sekali dari kita yang mulai berlomba-lomba menunjukkan kelebihan yang dimiliki baik itu tentang penampilan maupun kemampuan serta pengalaman pribadi. Mahasiswa akan merasa ketinggalan ketika melihat teman sebayanya menikmati hidup dengan *hangout* kemudian ditunjukkan di media sosial, sedangkan mahasiswa tersebut merasa hidupnya hanya tampak biasa saja (RSPH, 2017).

Media sosial menjadi alat komunikasi yang berperan penting dalam kemudahan bersosialisasi. Maka dari itu tak jarang pada zaman sekarang ini banyak dari masyarakat terutama mahasiswa yang tidak bisa lepas dari media sosial. Media sosial banyak jenisnya diantaranya *instagram, twitter, facebook, whatsapp, tiktok, line* dan lain sebagainya. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS)

jumlah pengguna media sosial di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 191 juta jiwa dan akan terus bertambah setiap tahunnya. Pada masa sekarang ini media sosial yang menjadi kegemaran banyak masyarakat adalah *instagram* dan *tiktok*. Menurut data *We are social* (2023) menyebutkan bahwa pengguna *instagram* di Indonesia mencapai 89,15 juta pengguna sedangkan pengguna media sosial *tiktok* di Indonesia mencapai 113 juta pengguna. Setiap aplikasi media sosial memiliki fasilitas yang berbeda antara satu sama lain (Engkus, et.al, 2017). Seperti fasilitas pada *instagram* dimana feed atau beranda penjelajahan yang muncul tidak lagi hanya dari *following* melainkan juga dari pengguna *instagram* lain dari seluruh penjuru dunia. Terkadang apa yang kita lihat di media sosial dapat menjadi sebuah *trigger* pada diri kita sendiri sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rodgers et al (2016) yang menyatakan bahwa sifat media sosial yang interaktif justru dapat meningkatkan kemungkinan individu dalam melakukan perbandingan sosial.

Menurut *American Psychological Association* dalam (Dewi et al., 2020) menyatakan bahwa media sosial memiliki dampak negatif kepada wanita maupun pria yang dapat menimbulkan ketidakpuasan terhadap penampilan ataupun kemampuan sehingga terjadi *social comparison* antara diri mereka dengan apa yang ia lihat di media sosial. Pada *instagram* dan *tiktok* banyak aktivitas yang dapat dilakukan seperti memposting video atau foto atau hanya sekedar mencari hiburan. Aktivitas menampilkan diri yang kemudian ditunjukkan di media sosial dapat memberikan dampak psikologis pada *self esteem* orang yang melihat ataupun bagi individu itu sendiri (Ikachoi et.al, 2015). Ketika postingan tersebut mendapatkan tanggapan positif dari yang melihat maka dapat meningkatkan *self esteem* orang tersebut.

Menurut (Sonnetag, 2018) dalam (Salsabila Auliannisa & Muhammad Ilmi Hatta, 2022) mahasiswa banyak yang belum cukup siap dalam menghadapi berbagai tantangan akademik maupun lingkungan sosial di universitas sehingga mereka menjadikan orang lain sebagai bahan evaluasi kemampuan atas dirinya sendiri. Ia akan menjadikan orang lain sebagai tolok ukur atas kemampuan yang ia miliki. Hal ini tak dapat dipungkiri karena pada realitanya banyak seseorang yang tidak percaya diri atau merasa malu dengan kemampuannya ataupun bentuk tubuhnya saat bertemu dengan orang lain seperti saat berada dilingkungan sosial. Menurut (Dewi et al., 2020) Ketika seseorang merasa tubuhnya semakin gemuk maka ia akan senantiasa memastikan atau memeriksa bentuk fisik dengan menimbang berat badan berulang kali. Banyak juga mahasiswa yang ketika terdapat sebuah acara reuni yang melibatkan teman lama semasa SMA enggan untuk mengikuti karena merasa belum ada pencapaian yang dapat dibanggakan sedangkan beberapa teman lain sudah memiliki kesuksesan.

Harga diri merupakan evaluasi masing-masing individu tentang nilai dirinya sendiri. Harga diri rendah atau yang sering di sebut dengan *low self esteem* adalah kondisi dimana seseorang merasa dirinya tidak berguna (Doi et al., 2019). Mahasiswa yang mengalami harga diri rendah akan merasa tidak memiliki prestasi yang berarti, merasa tertinggal dari orang lain, merasa tidak produktif daripada orang lain, merasa tidak disiplin, merasa tidak memiliki gaya penampilan yang menarik, merasa tidak memiliki kehidupan yang memuaskan dan cenderung akan selalu menyalahkan dirinya sendiri karena belum mencapai apa yang sudah dicapai orang lain (Hasanati & Aviani, 2020). Perubahan bentuk tubuh seperti obesitas, jerawat wajah ataupun kehilangan anggota tubuh juga

menjadi pemicu timbulnya harga diri rendah pada seseorang (Irianti & Sumiyati, 2021). Apabila seorang mahasiswa sudah mengalami harga diri rendah baik situasional maupun kronis maka ia akan lebih sering melakukan *social comparison* terhadap orang disekitarnya seperti teman sebaya yang ia jumpai di kampus ataupun orang lain yang ia temui di media sosial.

Dalam beberapa penelitian menyebutkan bahwa *social comparison* mempunyai hubungan yang cukup signifikan dengan kejadian harga diri dimana semakin tinggi *social comparison* maka akan semakin rendah *self esteem* seseorang (Hasanati & Aviani, 2020). Menurut (Appel et al., 2016) banyak mahasiswa yang melakukan *social comparison* dengan sosok yang mereka lihat di media sosial daripada dengan orang lain yang mereka temui dalam kehidupan sehari-hari seperti teman sebaya. Permasalahan lain akan muncul pada seseorang yang mengalami *low self esteem* seperti memiliki penyesuaian diri yang buruk, sulit atau takut mengungkapkan pendapat, mudah tersinggung ketika di kritik, mengalami kesepian serta performa akademik menjadi rendah dan cenderung mudah untuk depresi (Li, 2019). *Social comparison* dapat membuat seseorang mengalami harga diri rendah karena efek perbandingan sosial yang tidak menguntungkan (*Downward Social Comparison*), dalam perbandingan sosial orang cenderung membandingkan diri mereka dengan orang lain yang lebih buruk dalam hal tertentu untuk merasa lebih baik tentang diri mereka sendiri. Misalnya, seseorang mungkin merasa harga dirinya meningkat ketika membandingkan keberuntungannya dengan orang yang kurang beruntung. Beberapa penelitian menemukan bahwa perbandingan sosial ke bawah dapat menyebabkan peningkatan harga diri (Wood et al., 1989). Namun, ketika perbandingan sosial ini terjadi terlalu sering atau ekstrem, orang dapat

mengalami harga diri rendah karena mungkin merasa bahwa mereka hanya "lebih baik" daripada mereka yang tidak beruntung.

Dalam studi pendahuluan (*gap research*) yang peneliti lakukan dengan beberapa subyek yang merupakan mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang. Peneliti menyebarkan kuesioner online dengan 25 responden didapatkan hasil bahwa sebanyak 72 % responden merasakan harga diri rendah sedangkan 28 % harga diri tinggi. Untuk kuesioner *social comparison* menggunakan *Upward and Downward Physical Appearance Comparisons* didapatkan hasil sebanyak 58% membandingkan diri mereka dengan orang lain yang dianggap lebih baik darinya dan sebanyak 42 % membandingkan dengan yang dianggap tidak lebih baik darinya. Pengelabuan bentuk tubuh juga dilakukan oleh mahasiswa yang merasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya dari kondisi sesungguhnya dengan cara memakai pakaian hitam agar tubuh terlihat lebih kurus ataupun menggunakan sandal hak tinggi agar postur tubuh terlihat lebih tinggi. *Social comparison* ternyata selain memiliki dampak negatif terdapat pula dampak positif seperti mahasiswa akan lebih termotivasi ketika melihat teman sebayanya mendapatkan apresiasi atas prestasi yang diraih sehingga mahasiswa tersebut akan belajar lebih giat lagi dan bersungguh- sungguh.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti tertarik ingin melihat lebih jauh lagi mengenai hubungan *social comparison* dengan *self esteem* pada mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang pengguna media sosial *instagram* dan *tiktok*. Peneliti memilih subyek mahasiswa yang berusia 18- 24 tahun dimana sudah memasuki dewasa awal karena pada

usia tersebut perkembangan *self esteem* mengalami peningkatan (Orth et al., 2019).

## 1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara *social comparison* dengan *Self Esteem* pada mahasiswa Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang menggunakan media sosial?

## 1.3. Tujuan Penelitian

### 1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan *self esteem* pada mahasiswa Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang menggunakan media sosial.

### 1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi jenis *social comparison* pada mahasiswa Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan yang menggunakan media sosial Universitas Muhammadiyah Malang.
- b. Mengidentifikasi masalah harga diri yang terjadi pada mahasiswa Ilmu keperawatan.
- c. Mengidentifikasi apakah terdapat hubungan antara *social comparison* dengan *self esteem* pada mahasiswa Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang pengguna media sosial.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti dalam mengembangkan teori di departemen keperawatan jiwa dan psikologi serta dapat dijadikan sebagai acuan untuk pengembangan ilmu pengetahuan terkait *social comparison* dan *self esteem* pada mahasiswa PSIK.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh institusi Pendidikan sebagai tambahan referensi untuk meningkatkan harga diri mahasiswa serta dapat digunakan sebagai acuan skrining awal mengenai kesehatan mental terutama *self-esteem* pada mahasiswa PSIK oleh institusi Pendidikan terkait.

c. Bagi Keperawatan

Dapat digunakan sebagai sarana penambahan wawasan dan pengetahuan para mahasiswa keperawatan khususnya para tenaga profesional terkait keperawatan jiwa tentang *self-esteem* yang diakibatkan *social comparison*.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta wawasan pembaca tentang *social comparison* dan *self esteem*.

#### 1.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat memahami intervensi yang dapat diberikan kepada mahasiswa yang mengalami harga diri rendah akibat *social comparison*.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam mengembangkan ilmu tentang *self esteem* dan *social comparison* pada mahasiswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai tambahan referensi khususnya pada department keperawatan jiwa.

### 1.5. Keaslian Penelitian

Tabel 1.5. Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti dan Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan Penelitian
1.	Sun Young Park , Young Min Baek Tahun 2018	<i>Two Faces Of Social Comparison On Facebook: The Interplay Between Social Comparison Orientation, Emotions, And Psychological Well-Being</i>	<b>Variabel Independent :</b> <i>Two faces of social comparison on Facebook</i> <b>Variabel Dependent :</b> <i>The interplay between social comparison orientation, emotions, and psychological well-being</i>	Penelitian ini membahas tentang perbandingan sosial melalui jejaring sosial apakah mempengaruhi kesejahteraan psikologis melalui empat jenis emosi.	Pada penelitian tersebut membahas hubungan perbandingan sosial melalui media sosial berupa facebook dengan kesejahteraan psikologis dan emosi.
				Hasil dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa pengguna media sosial yang memiliki kemampuan perbandingan	Sedangkan pada penelitian ini membahas hubungan <i>social</i>



			<p><b>Instrumen</b> : sosial lebih kuat maka kesejahteraan psikologis mereka akan menurun.</p> <p><b>Penelitian :</b> <i>a conventional five-point Likert scale and a satisfaction with life (SWL) scale.</i></p> <p><b>Responden :</b> 331 penduduk korea pengguna facebook.</p> <p><b>Desain Penelitian :</b> Kuantitatif dengan Teknik <i>single-latent-method-factor model.</i></p>	<p><i>comparison</i> dengan kejadian harga diri rendah.</p>	
2.	Salsabila Auliannisa dan Muhammad Ilmi Hatta Tahun 2021	Hubungan <i>Social Comparison</i> dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Pengguna Instagram	<p><b>Variabel Independent :</b> <i>Social Comparison</i></p> <p><b>Variabel Dependent :</b> Gejala depresi pada Mahasiswa pengguna Instagram</p>	<p>Pada penelitian ini membahas hubungan <i>social comparison</i> dengan gejala depresi pada mahasiswa pengguna Instagram.</p> <p>Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa semakin rendah skor <i>social comparison</i> mahasiswa maka semakin</p>	<p>Pada penelitian tersebut membahas hubungan <i>social comparison</i> dengan gejala depresi pada mahasiswa pengguna Instagram.</p> <p>Sedangkan pada penelitian ini membahas</p>

			<p><b>Instrumen</b> tinggi gejala tentang hubungan</p> <p><b>Penelitian :</b> depresi pada mahasiswa. <i>social comparison</i> dengan harga diri rendah pada mahasiswa PSIK.</p> <p><i>Social Comparison Rating Scale</i> dan <i>Beck Depression Inventory-II</i></p>	
			<p><b>Responden :</b></p> <p>112 Mahasiswa pengguna Instagram</p> <p><b>Desain Penelitian :</b></p> <p>Kuantitatif Korelasional</p>	
3.	Agustina Eka Dewi, IGAA Noviekayati, Amherstia Pasca Rina. Tahun 2020	<p><i>Social Comparison dan Kecenderungan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Instagram</i></p>	<p><b>Variabel Independent :</b></p> <p><i>Social Comparison</i></p> <p><b>Variabel Dependent :</b></p> <p><i>Body Dissatisfaction</i></p> <p>Pada Wanita Dewasa Awal</p> <p><b>Instrument Penelitian :</b></p> <p>skala <i>body dissatisfaction</i></p>	<p>Pada penelitian ini membahas tentang <i>social comparison</i> terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal.</p> <p>Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa semakin tinggi tingkat <i>social comparison</i> maka akan semakin tinggi pula rasa ketidakpuasan</p> <p>Pada penelitian tersebut membahas hubungan <i>social comparison</i> dengan ketidakpuasan terhadap tubuh (<i>body dissatisfaction</i>) pada wanita dewasa awal.</p> <p>Sedangkan pada penelitian ini akan</p>

			dan skala <i>social comparison</i> .	terhadap tubuh yang dimiliki.	membahas tentang hubungan <i>social comparison</i> dengan kejadian harga diri rendah dan tidak hanya difokuskan pada wanita saja namun juga pria.
			<b>Responden :</b>	wanita berusia 18-25 tahun, pengguna media sosial <i>instagram</i> dan berdomisili di Surabaya.	
			<b>Desain Penelitian :</b>	Kuantitatif korelasional	
4.	Efri Widiyanti, Lia Ramadanti, Karwati, Chandra Kirana K., Anjani Mumtazhas, Aprilia Aulia Ardianti, Nimas Safitri Ati, Nurhalimah Tri Handayani, Hanifah Hasanah.	Studi Literatur : Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Harga Diri Rendah Pada Remaja	<b>Variabel Independent :</b> Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Harga Diri Rendah	Pada penelitian ini membahas tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan harga diri rendah pada remaja.	Pada penelitian tersebut membahas tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan harga diri rendah pada remaja. Sedangkan pada penelitian ini tidak hanya membahas faktor-faktor yang berhubungan dengan harga diri rendah melainkan juga faktor-faktor yang
	Tahun 2021		<b>Variabel Dependent :</b> Pada remaja	Dari hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara penampilan fisik dengan kejadian harga diri rendah situasional pada remaja.	
			<b>Instrument Penelitian :</b> PICO		
			<b>Responden :</b>		

		5 Jurnal yang telah dilakukan seleksi.		berhubungan dengan <i>social comparison</i> . Pada penelitian ini juga akan berfokus pada dewasa awal.
		<b>Desain Penelitian :</b> <i>narrative review</i>		
		dengan mengikuti pedoman <i>Preferred Reporting items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)</i> .		
5.	Afiya Dianar Najla dan Uun Zulfiana Tahun 2022	Pengaruh <i>Social Comparison</i> Terhadap <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Laki-Laki Dewasa Awal Pengguna Instagram	<b>Variabel Independent :</b> <i>Social Comparison</i> <b>Variabel Dependent :</b> <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Laki-Laki Dewasa Awal <b>Instrument Penelitian :</b> <i>Body Comparison Scale (BCS)</i>	Penelitian ini Pada membahas tentang hubungan <i>social comparison</i> terhadap ketidakpuasan tubuh pada laki-laki dewasa awal. Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa ketika perbandingan sosial memiliki skor tinggi maka ketidakpuasan tubuh akan tinggi pula. Sedangkan pada penelitian ini

---

Responden :	membahas
Laki- laki usia	tentang
20-30 tahun	hubungan
dan	<i>social</i>
merupakan	<i>comparison</i>
pengguna	dengan
aktif sosial	kejadian harga
media	diri rendah
Instagram.	pada
	mahasiswa ,
	dimana
	mahasiswa
	merupakan
	usia dewasa
	awal dan pada
<b>Desain</b>	penelitian ini
<b>Penelitian :</b>	tidak hanya
Kuantitatif	berfokus pada
non	laki- laki
eksperimental	tetapi pada
	subyek
	perempuan
	juga.

