

HUBUNGAN PERBANDINGAN SOSIAL KE ATAS
DENGAN HARGA DIRI DEWASA AWAL PENGGUNA INSTAGRAM



SKRIPSI

Disusun oleh:

Zidny Azkiya Noor Salsabila
NIM 19107010136

Dosen Pembimbing Skripsi:
Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
NIP 19880214 201903 2 014

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2024

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang Bertanda tangan dibawah ini adalah:

Nama : Zidny Azkiya Noor Salsabila

NIM : 19107010136

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan bahwa dalam skripsi dengan judul "**Hubungan Perbandingan Sosial ke Atas dengan Harga Diri Dewasa Awal Pengguna Instagram**" tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi. Skripsi ini adalah hasil karya atau penelitian sendiri, bukan plagiasi dari karya orang lain atau penelitian orang lain.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ditemukan bentuk plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 26 November 2024

Yang Menyatakan,



Zidny Azkiya Noor Salsabila

NIM. 19107010136

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Hal : Persetujuan Skripsi / Tugas Akhir

Lam : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamualaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Zidny Azkiya Noor Salsabila

NIM : 19107010136

Prodi : Psikologi

Judul : Hubungan Perbandingan Sosial ke Atas dengan Harga Diri Dewasa Awal Pengguna Instagram

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata satu Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi/ tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Yogyakarta, 26 November 2024

Pembimbing,



Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc

NIP. 19880214 201903 2 014

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-33/Un.02/DSH/PP.00.9/01/2025

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Perbandingan Sosial ke Atas dengan Harga Diri Dewasa Awal Pengguna Instagram

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ZIDNY AZKIYA NOOR SALSABILA
Nomor Induk Mahasiswa : 19107010136
Telah diujikan pada : Rabu, 18 Desember 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
SIGNED

Valid ID: 678069903348



Pengaji I

Maya Fitiria, S. Psi, M.A.
SIGNED

Valid ID: 677126e27f405



Pengaji II

Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.
SIGNED

Valid ID: 67847a4d40bf0



Yogyakarta, 18 Desember 2024

UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6784bec7118d3

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

خَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ

“Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung”
(Q.S Ali’Imran: 173)

“Jangan katakan pada Allah “aku punya masalah besar” tetapi katakan pada masalah bahwa “aku punya Allah yang Maha Besar” -Ali bin Abi Thalib

“Nobody’s perfect. Everyone makes mistakes. But some mistakes will teach you a great lesson and make you a better person” -Kim Nam-joon

“If you can’t hold it back, it’s okay to cry. You’re already more than enough to be loved”-AgustD

“Don’t compare yourself to others. In this world, there’re people who are way better than me, but if I compare myself to them, I’ll just keep getting smaller. Focus on yourself” -Kim Seok-jin

“One day you will find all the answers. But for now, focus on enjoying the present, trusting your choices, and believing in yourself. You’re exactly what you are supposed to be. And i hope that the universe will give you all the good and genuine things that you deserve.”

“It’s important to be there for others, but don’t forget to be there for yourself too. Because it’s not selfish to make yourself the most important person in your life ”

HALAMAN PERSEMPAHAN

Alhamdulillahi Rabbil 'Aalamiin, puji syukur kepada Allah SWT.

Terimakasih atas karunia-Mu yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Sebagai bentuk terimakasih, melalui tulisan ini penulis persembahkan kepada:

Diri Sendiri

Skripsi ini saya persembahkan kepada diri saya sendiri karena telah berjuang semaksimal mungkin dan telah berusaha sampai di titik sekarang.

Terimakasih atas kerja keras selama ini.

Keluarga

Skripsi ini saya persembahkan juga kepada Bapak, Ibu, Kakak-Kakakku dan keluarga besar yang selalu mendo'akan, mendukung, memberikan semangat dan motivasi sampai saat ini.

Dosen Pembimbing

Ibu Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc

Almamater

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahi Rabbil ‘Aalamiin. Puji syukur atas kehadirat Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan rahmat, taufiq, dan hidayah-Nya sehingga peneliti telah menyusun skripsi yang berjudul “**Hubungan Perbandingan Sosial ke Atas dengan Harga Diri Dewasa Awal Pengguna Instagram**”. Tidak lupa sholawat dan salam tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari alam jahiliyah ke alam yang penuh ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Peneliti menyadari akan berbagai kekurangan atau ketidak sempurnaan dari skripsi ini, yang disebabkan keterbatasan pengetahuan peneliti. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan peneliti agar dapat membuat skripsi ini menjadi lebih baik.

Peneliti juga menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, serta dukungan dari beberapa pihak. Maka peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak tersebut, yakni:

1. Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan, kelancaran, kekuatan dan kemampuan bagi peneliti dalam proses mengerjakan skripsi ini. Terima kasih banyak, tanpa-Mu skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik. Alhamdulillah.
2. Kepada kedua orang tua, Bapak Yasin Baidi dan Ibu Rujiyati, yang telah memberikan do'a, dukungan, dan kasih sayangnya yang tiada henti serta

kepercayaan bagi peneliti bahwa peneliti mampu untuk menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih Bapak dan Ibu, karena selalu mengingatkan bahwa tidak ada skripsi yang sempurna, melainkan skripsi yang baik dan selesai. Peneliti sangat bersyukur karena telah hadir di kehidupan Bapak dan Ibu. Tanpa Bapak dan Ibu, peneliti tidak akan bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Terima kasih banyak.

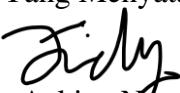
3. Bapak Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Ibu Denisa Apriliaawati, S.Psi., M.Res, selaku Ketua Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora serta selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan dukungan, motivasi, bimbingan, serta dukungan selama membersamai pada proses perkuliahan di Program Studi Psikologi.
6. Ibu Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu untuk membimbing saya ditengah kesibukan beliau. Terimakasih telah memberikan do'a, kritik, saran, kepedulian dan arahannya serta dukungan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Ibu Maya Fitria, S.Psi., M.A., selaku Pengaji I yang telah meluangkan waktu dan memberi masukkan kepada peneliti agar skripsi ini menjadi lebih baik.

8. Ibu Ismatul Izzah, S. Th.I., M.A, selaku Pengaji II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan masukan kepada peneliti guna memberikan penyempurnaan penulisan skripsi ini.
9. Bapak Very Julianto, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan waktu dan tenaga untuk membimbing peneliti selama menempuh studi.
10. Seluruh Dosen dan Karyawan UIN Sunan Kalijaga, khususnya Dosen dan Karyawan Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman selama proses pembelajaran yang dapat menambah wawasan bagi peneliti serta pelayanan terbaiknya selama masa perkuliahan.
11. Seluruh partisipan yang bersedia membantu dan meluangkan waktu dalam proses penelitian ini. Tanpa kalian semua skripsi ini tidak dapat diselesaikan dengan baik.
12. Diri saya sendiri, terima kasih karena telah berjuang dan bertahan dalam menikamati proses yang panjang dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih karena selalu sabar, berpikir positif dan telah percaya pada diri sendiri bahwa skripsi ini akan selesai dengan baik sesuai dengan kehendak-Nya.
13. Kakak-kakak, yaitu Fattah, Via, dan mbak Ana, terima kasih banyak karena selalu memberikan do'a, dukungan dan masukan kepada peneliti. Terima kasih karena selalu menjadi tempat berkeluh kesah dan membantu peneliti selama mengerjakan skripsi ini. Terima kasih banyak.

14. Bocil-bocil (keponakan), Almeera dan Khawla, terima kasih telah menghibur peneliti selama proses skripsi ini. Terima kasih bocil-bocil.
15. Sahabat-sahabatku, Dhante, Iis, Anita, Dewi, dan Anggi, terima kasih karena selalu memberikan do'a, dukungan, motivasi, dan masukan kepada peneliti. Terima kasih karena telah hadir dan menjadi tempat yang aman dan nyaman bagi peneliti untuk bertukar cerita dan lain sebagainya. Peneliti sangat bersyukur dipertemukan dengan kalian semua. Terima kasih banyak.
16. Kepada teman-teman Psikologi D, khususnya Rasel, Deviana, Anis, Ivana, dan Iqbal, sekaligus teman satu bimbingan yaitu Arifa dan Yulia, yang selalu menemani dan membantu selama masa perkuliahan ini, terlebih saat mengerjakan skripsi, terima kasih telah membantu mencari jalan keluar ketika peneliti kesulitan dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih banyak.
17. Kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih telah memberikan bantuan, do'a, dan dukungan secara langsung maupun tidak langsung kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda bagi semua yang terlibat dalam proses penggerjaan skripsi ini hingga selesai. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan bagi para pembaca.

Yogyakarta, 31 Juli 2024

Yang Menyatakan,


Zidny Azkiya Moor Salsabila
NIM. 19107010136

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR/ BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI.....	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	10
C. Manfaat Penelitian	10
D. Keaslian Penelitian.....	8
1. Keaslian Topik	20
2. Keaslian Teori	20
3. Keaslian Alat Ukur.....	20
4. Keaslian Sebjek Penelitian	21
BAB II DASAR TEORI	22
A. Harga Diri	22
1. Definisi Harga Diri.....	22
2. Aspek-Aspek Harga Diri	23
3. Faktor-faktor Harga Diri.....	26
B. Perbandingan Sosial ke Atas.....	28

1. Definisi Perbandingan Sosial ke Atas.....	28
2. Aspek-Aspek Perbandingan Sosial ke Atas	29
C. Dinamika Hubungan antara Perbandingan Sosial ke Atas dengan Harga Diri pada Dewasa Awal Pengguna Instagram	32
D. Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Desain Penelitian.....	37
B. Identifikasi Variabel Penelitian	37
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	37
1. Harga Diri	37
2. Perbandingan Sosial ke Atas	38
D. Populasi dan Sampel	39
1. Populasi.....	39
2. Sampel	39
E. Teknik Pengumpulan Data	40
1. Skala Harga Diri	40
2. Skala Perbandingan Sosial ke Atas.....	42
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	43
G. Teknik Analisis Data	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Orientasi Kancah Penelitian.....	48
B. Persiapan Penelitian	49
C. Pelaksaan Penelitian.....	54
D. Hasil Penelitian	55
E. Pembahasan.....	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	85

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Literature Review</i>	8
Tabel 2. <i>Blue Print Skala Harga Diri</i>	41
Tabel 3 <i>Blue Print Skala Perbandingan Sosial</i>	43
Tabel 4. Distribusi Aitem Skala Harga Diri Hasil <i>Try Out</i>	52
Tabel 6. Distribusi Aitem Skala Perbandingan Sosial Hasil <i>Try Out</i>	53
Tabel 8. Reliabilitas Alat Ukur	54
Tabel 9. Data Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	55
Tabel 10. Data Demografi Responden Berdasarkan Usia.....	55
Tabel 11. Rata-rata Waktu Penggunaan Instagram dalam Satu Hari.....	56
Tabel 12. Data Demeografi Partisipan Berdasarkan Provinsi.....	57
Tabel 13. Deskriptif Statistik Hipotetik dan Empirik	58
Tabel 14. Rumus Kategorisasi Skor Hipotetik.....	59
Tabel 15. Kategorisasi Perbandingan Sosial ke Atas.....	60
Tabel 16. Kategorisasi Harga Diri	60
Tabel 17. Hasil Uji Normalitas	61
Tabel 19. Uji Linearitas.....	62
Tabel 20. Tabel Hasil Uji Hipotesis dengan teknik	63
Tabel 21. Hasil Sumbangan Efektif	65


STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR/ BAGAN

Bagan 1. Dinamika Hubungan Perbandingan Sosial ke Atas dan Harga Diri Pengguna Instagram.....	35
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Perbandingan Sosial Ke Atas dan Harga Diri.....	86
Lampiran 2 Form Uji Keterbacaan	90
Lampiran 3 Alat Ukur	150
Lampiran 4 Tabulasi Data.....	154
Lampiran 5 Output Seleksi Aitem.....	156
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala.....	157
Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian.....	158
Lampiran 8 Output Demografi.....	168
Lampiran 9 Output Deskriptif Statistik.....	173
Lampiran 10 Output Kategorisasi Data.....	173
Lampiran 11 Output Uji Asumsi.....	174
Lampiran 12 Output Uji Hipotesis Korelasi <i>Product Moment Pearson</i>	175
Lampiran 13 Output Sumbangan Efektif	175
Lampiran 14 Output Uji Beda <i>Independent T-Test</i>	175

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Hubungan Perbandingan Sosial ke Atas

Dengan Harga Diri Dewasa Awal Pengguna Instagram

Zidny Azkiya Noor Salsabila

19107010136

INTISARI

Pengguna Instagram sering kerap memiliki permasalahan terkait harga diri. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi harga diri pengguna Instagram yaitu perbandingan sosial ke atas. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial ke atas dan harga diri pada pengguna Instagram dewasa awal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan jumlah 184 responden yang terdiri dari 30 laki-laki dan 154 perempuan usia dewasa awal. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability* yaitu *convenience sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua skala, yaitu adopsi skala Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) oleh Rosenberg (1979) (Ciarrochi & Bilich, 2006) dan adopsi skala Skala Orientasi Perbandingan Sosial (*the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure*, INCOM) oleh Gibbons & Buunk (1999) (dalam Schneider & Schupp, 2014). Data penelitian dianalisis menggunakan uji korelasi *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perbandingan sosial ke atas dengan harga diri pengguna Instagram pada dewasa muda pengguna Instagram. Selain itu sumbangan efektif perbandingan sosial ke atas terhadap harga diri sebesar 10,6%. Terdapat perbedaan tingkat perbandingan sosial ke atas berdasar jenis kelamin dengan perempuan melakukan perbandingan sosial lebih tinggi. Hasil penelitian ini memberikan implikasi teoritis bahwa harga diri pengguna Instagram sebagian ditentukan oleh seberapa jauh perbandingan sosial ke atas dilakukan.

Kata kunci: *Dewasa Awal, Harga Diri, Pengguna Instagram, Perbandingan Sosial ke Atas*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

The Relation between Upward Social Comparison and Self-esteem among

Early Adult Instagram Users

Zidny Azkiya Noor Salsabila

19107010136

ABSTRACT

Instagram users often have problems related to self-esteem. One of the factors that can affect the self-esteem of Instagram users is upward social comparison. The purpose of this study was to determine the relationship between upward social comparison and self-esteem in early adult Instagram users. This study used a quantitative correlational method with 184 respondents, 30 men and 154 women in early adulthood. The sampling technique used a non-probability technique, namely convenience sampling. Data collection used two scales, namely the adoption of the Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) scale by Rosenberg (1979) (Ciarrochi & Bilich, 2006) and the adoption of the Social Comparison Orientation Scale (the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure, INCOM) by Gibbons & Buunk (1999) (in Schneider & Schupp, 2014). The research data were analyzed using the Pearson product-moment correlation test. The results showed a significant negative relationship between upward social comparison and self-esteem of Instagram users in young adult Instagram users. In addition, the effective contribution of upward social comparison to self-esteem is 10.6%. There are differences in the level of upward social comparison based on gender, with women making higher social comparisons. The results of this study provide theoretical implications that the self-esteem of Instagram users is partly determined by how far upward social comparison is carried out.

Keywords: Early Adults, Instagram Users, Self-Esteem, Upward Social Comparison

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era serba digital seperti saat ini, kecanggihan teknologi menghadirkan perkembangan berbagai platform media sosial. Platform tersebut membantu individu untuk berkomunikasi jarak jauh, mengakses informasi dan mengekspresikan diri. Media sosial dibutuhkan karena keefisiannya dalam jarak dan waktu untuk dapat berinteraksi dengan orang lain. Adanya media sosial juga menyuguhkan berbagai hiburan yang sangat menarik bagi pengguna untuk bisa dinikmati. Pengguna media sosial dapat melakukan interaksi online termasuk membuat status, meng-upload foto, video dan bahkan mencerahkan perasaanya melalui fitur-fitur seperti caption atau status (Kusumasari & Hidayati, 2014).

Menurut laporan dari *We Are Social*, diketahui bahwa bulan Januari 2024, sebanyak 139 juta jiwa di Indonesia termasuk pengguna aktif media sosial. Jumlah tersebut setara dengan 49,9% dari populasi dalam negeri . Tentu hal tersebut mengindikasikan penggunaan media sosial yang masif di masyarakat Indonesia (We are sosial, 2024). Berdasarkan data daftar negara pengguna Instagram tersebesar menurut laporan *We Are Social* dan *Meltwater*,

negara Indonesia menduduki posisi keempat dengan jumlah pengguna Instagram terbanyak sebesar 102,15 juta jiwa pada April 2024 (Rizaty, 2024).

Pada tahun 2024, di Indonesia platfrom Instagram menduduki peringkat kedua setelah Whatsaap yang paling sering digunakan (Riyanto, 2023). Jika dilihat dari data NapoleonCat, pengguna Instagram Indonesia per bulan mei 2024 mencapai jumlah 90,183 juta pengguna (Julius, 2024).

Instagram adalah sebuah layanan jejaring sosial di mana pengguna dapat membagikan foto dan video yang disukai untuk dibagikan kepada pengguna Instagram lainnya dan juga dapat memberikan *caption*, komentar, dan pesan di setiap postingannya guna mempermudah berkomunikasi melalui Instagram (Sari & Siswono, 2020). Dalam bermain Instagram, meski banyak manfaat yang didapatkan seperti sebagai ajang bertukar informasi, media mengekspresikan diri dan juga berkomunikasi, namun ada permasalahan yang muncul juga. Salah satunya adalah terkait masalah harga diri. Penelitian Woods & Scott (2016) mengungkapkan bahwa individu akan memiliki harga diri rendah ketika ia lebih banyak menggunakan media sosial seperti Instagram. Harga diri pengguna Instagram harus diteliti dikarenakan dengan menggunakan Instagram dapat mempengaruhi tinggi rendahnya harga diri individu.

Leary & Baumeister (2000) mendeskripsikan harga diri sebagai penilaian terhadap diri sendiri dari segi positif maupun negatifnya dengan menilai sejauh mana individu tersebut dapat melihat dirinya berharga. Menurut Kernis (2003) harga diri mengacu pada bagaimana seseorang menilai dirinya sendiri di mana hal tersebut juga berpengaruh terhadap sikapnya untuk berhadapan dengan lingkungan di sekitarnya. Myers (dalam Lumbanraja & Hariadi, 2023) juga mengemukakan bahwa harga diri adalah bagaimana seseorang memiliki perasaan yang menyeluruh tentang dirinya di mana perasaan tersebut digunakan untuk menilai sikap dan kemampuan yang dimiliki. Coopersmith (dalam Yollanda & Barus, 2023) menunjukkan terdapat beberapa aspek harga diri yaitu kekuatan, keberartian, kebijakan dan kemampuan. Harga diri yang ideal yaitu seperti memiliki kepercayaan diri, memiliki pandangan hidup yang positif, memperlakukan diri sendiri dengan baik, mampu menjalin hubungan yang sehat dengan diri sendiri maupun orang lain.

Individu dengan harga diri yang tinggi memiliki karakteristik seperti memberi penghargaan untuk diri sendiri, percaya diri dan percaya pada kemampuannya, merasa berguna, serta merasa bahwa keberadaanya berarti di dunia ini. Contohnya, bila individu telah mempunyai harga diri yang tinggi maka ia akan percaya pada pencapaiannya yang sesuai dengan apa yang diharapkan oleh dirinya dan orang di sekitarnya. Dengan memiliki keyakinan tersebut akan mendorong individu untuk mencapai impian mereka dengan

sungguh-sungguh (Refnadi, 2018). Begitupun sebaliknya, individu dengan harga diri rendah memiliki karakteristik seperti memiliki rasa tidak berharga dan tidak memiliki kemampuan yang bisa diandalkan, memiliki ketakutan dalam merespon orang lain, merasa tidak bahagia dan tidak dapat berkomunikasi dengan baik (Ahmad & Oktaviani, 2019).

Menurut American Psychological Association (APA) maksud dari harga diri yang tinggi yaitu ketika individu mendapatkan penilaian yang rendah di sekitar lingkungannya maupun mendapatkan hasil yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan memiliki rasa tidak mudah untuk berputus asa, justru akan melakukan pengembangan pada ketrampilan untuk mengatasi kesulitan dan menempatkan hal negatif ke dalam sudut pandang yang berbeda. Dikarenakan individu tersebut akan lebih mampu untuk mengatasi stres, cemas, dan tekanan yang sedang dihadapi. Sedangkan, individu yang memiliki harga diri rendah, jika menghadapi situasi yang sama, maka respon dari individu tersebut lebih cenderung memiliki perasaan negatif terhadap dirinya. Selain itu, dampak dari harga diri yang rendah dapat mengalami gejala depresi, rendahnya kepercayaan diri dan rentan mengalami kecemasan, khususnya pada masa dewasa awal (Masselink, dkk, 2018).

Dalam konteks pengguna Instagram dewasa awal, individu pada dasaranya telah beranjak dari masa remaja. Dalam hal ini dewasa awal dideskripsikan Santrock (dalam Millenia & Kurniawan, 2022) adalah masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa yang memiliki rentang usia berkisar 18-25 tahun yang ditandai dengan eksplorasi dan eksperimen. Pada masa inilah seorang individu sudah memulai bereksperimen dan bereksplorasi yang mana juga diwarnai dengan perubahan-perubahan yang berkelanjutan. Kemudian, alasan penelitian ini meneliti pengguna Instagram dikarenakan secara unik individu tersebut memiliki motif untuk mendapatkan validasi dari pengguna Instagram lainnya, misalnya ketika memposting foto memiliki harapan liking dan *comment* serta persetujuan atau validasi dari orang lain yang menggunakan Instagram.

Individu pengguna Instagram dewasa awal idealnya sudah mampu memiliki kematangan emosi dan harga diri yang baik dibandingkan ketika mereka masih dalam fase remaja. Di mana individu dewasa awal sudah memiliki kemampuan untuk menerima kritikan dari orang lain dan tidak merasa selalu benar. Hal itu bertujuan supaya ketrampilan yang dimiliki dapat berubah menjadi lebih baik dari yang sebelumnya (Anderson, dalam Santrock, 2011; Wahyuni et al., 2022). Adapun dari hasil penelitian terkait perkembangan harga diri yang dilakukan oleh Orth et al (2010) bahwa di usia dewasa awal harga diri pada diri seseorang meningkat. Tetapi kenyataannya seperti yang dipaparkan di atas terkait pengguna Instagram memiliki permasalahan harga diri rendah.

Khususnya, masih ada individu dewasa awal yang memiliki harga diri yang rendah.

Peneliti telah melakukan *preliminary study* terkait harga diri pengguna Instagram. Survey singkat tersebut melibatkan 57 dewasa awal pengguna aktif Instagram yang bermain aplikasi tersebut selama 2-5 jam per hari, bahkan lebih. Salah tiga dari contoh pertanyaan dalam *prelimintary* melalui *survey* yang mengacu pada teori harga diri milik Rosenberg (1965) adalah; “Ketika bermain Instagram, apakah kamu merasa terstimulus untuk menilai diri kamu kurang sukses?”. “Ketika kamu bermain Instagram, apa kamu merasa diri kamu berharga selayaknya orang lain?”. “Ketika kamu mendapatkan *like* atau komentar yang sedikit pada postingan kamu di Instagram, apakah kamu merasa diri kamu gagal dan menjadi tidak berharga?”. Lalu, sebanyak 43,9% diketahui merasa terstimulus untuk menilai dirinya kurang sukses. Sebanyak 36,8% merasa dirinya tidak berharga. Sebanyak 10,5% mengaku dirinya gagal dan tidak berharga jika individu tersebut mendapatkan *like* atau komentar yang sedikit pada postinganya. Berdasarkan hasil prelim tersebut terdapat gap antara yang sesungguhnya dengan diri yang ideal (apa yang diinginkan dari diri sendiri), hal tersebut akan mucul permasalahan harga diri individu yang rendah.

Akibat dari harga diri rendah individu mengalami gangguan interaksi sosialnya, seperti menarik diri, penampilan peran yang berubah, putus asa dan

dapat memicu perilaku kekerasan yang dapat melukai diri, orang lain, maupun lingkungan di sekitarnya (Purwasih R & Susilowati Y, 2016). Sedangkan, harga diri yang tinggi dapat menimbulkan dampak positif bagi individu yang memiliki, seperti memiliki pendirian yang kuat, bertanggung jawab, dapat memberi dan menerima kritik, dan penghargaan yang bijaksana (Khera, dalam Hasiolan & Sutejo, 2015). Maka dari itu, harga diri berperan penting bagi kehidupan individu karena akan berpengaruh pada tingkah laku individu tersebut. Harga diri yang rendah akan berdampak buruk pada diri individu. Dimana akan menyebabkan masalah kesehatan mental, tingkah laku yang menyimpang, dan berbagai hal lainnya yang tidak menguntungkan bagi individu tersebut (Trzesniewski et al., 2006). Meskipun demikian, harga diri tidak menyebabkan kematian secara langsung, tetapi dapat berisiko melakukan kekerasan pada diri sendiri maupun orang lain jika tidak segera diebrikan bantuan untuk melakukan mekanisme coping yang baik.

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi harga diri, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik individu, dan perbandingan sosial ke atas. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor keluarga dari segi dukungan dan keterlibatan orang tua, kehangatan orang tua, harapan dan kosistensi orang tua, pola asuh dan modeling, serta lingkungan sosial yang berasal dari kompetisi, kesuksesan di bidang tertentu, dan nilai kebaikan (Ghufron & Risnawta, dalam Nafeesa & Novita, 2021).

Salah satu faktor internal yang dapat berpengaruh pada harga diri pengguna Instagram adalah perbandingan sosial ke atas, yang mana telah merujuk kepada riset-riset terdahulu. Dalam penelitian Hasanati & Aviani (2020) terdapat dampak negatif pada individu yang melakukan perbandingan sosial saat mengakses Instagram, di mana harga dirinya menjadi rendah. Sehingga menyebabkan timbulnya masalah pada individu tersebut. Contohnya seperti merasa kesulitan untuk menyampaikan pendapatnya, jika dikritik merasa terluka, memiliki penyesuaian yang tidak baik, kesepian, performa akademik rendah, dan depresi (Delamater & Myres 2011, dalam Hasanati dan Aviani, 2020).

Perbandingan sosial ke atas merupakan perilaku membanding-bandangkan diri sendiri dengan seseorang yang dianggap lebih unggul dalam pengetahuan, kemampuan dan sebagainya (Guyer & Vaughan, 2018). Baron & Byrne (dalam Putra, 2018) menjelaskan bahwa perbandingan sosial ke atas adalah individu melakukan perbandingan diri dengan orang lain yang dinilai lebih baik dari dirinya. Perbandingan sosial yang sehat bagi individu yaitu dengan bersyukur dengan apa yang telah dimiliki dan fokus untuk mengembangkan potensi diri.

Selain itu, membandingakan diri sendiri dapat menyebabkan munculnya perasaan negatif dan dapat menurunkan perasaan positif yang ada di dalam diri (Appel et al., 2016). Wang et al., (2017) menjelaskan dalam hasil penelitiannya bahwa dengan melihat postingan orang lain di Instagram, maka

seseorang menjadi membandingkan dirinya dengan orang lain. Hal tersebut menjadi penyebab harga diri dan kepuasan hidup seseorang rendah. Individu yang sering menggunakan Instagram cenderung akan melakukan perbandingan sosial ke atas (*upward social comparison*) dari pada melakukan perbandingan sosial ke bawah (*downward social comparison*). Hal itu akan berakibat timbulnya rasa cemburu dan akan memiliki harga diri rendah jika individu tersebut membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang berada di atasnya (Yang, 2016).

Evelin & Adishesa (2020) mengungkapkan bahwa Instagram memiliki pengaruh pada perubahan harga diri. Ketika individu menggunakan Instagram maka ia akan membandingkan dirinya dengan orang lain yang yang dirasa lebih baik darinya. Menurut Bergagna & Tartaglia (2018) harga diri yang rendah pada individu ditimbulkan oleh kecenderungan perilaku perbandingan sosial. Hasil penelitian Baun & Rahayu (2023) mengungkapkan bahwa pengguna media sosial yang cenderung membandingkan diri dengan orang lain yang lebih baik darinya, akan berdampak pada rendahnya harga diri yang dimiliki. Jadi, ketika memperbandingkan diri dengan orang lain yang lebih baik dari individu tersebut akan berpengaruh pada tinggi rendahnya harga diri individu.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti ingin mengetahui lebih lanjut “Apakah terdapat hubungan antara perbandingan sosial ke atas dengan harga diri pada pengguna Instagram dewasa awal?”

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara perbandingan sosial ke atas dan harga diri pada pengguna Instagram dewasa awal.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dua manfaat yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan menghasilkan kontribusi secara teoritis di rumpun psikologi sosial dan psikologi siber. Khususnya dalam tema hubungan perbandingan sosial ke atas dan harga diri pada konteks pengguna Instagram.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Dewasa Awal Pengguna Instagram

Hasil penelitian diharapkan bisa memberikan pemahaman kepada subjek penelitian terkait hubungan antara perbandingan sosial ke atas dengan harga diri bagi dewasa awal pengguna Instagram.

b. Bagi Masyarakat Umum

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada pembaca terkait hubungan perbandingan sosial ke atas dengan harga diri dalam konteks pengguna Instagram.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan dan referensi bagi penelitian selanjutnya dengan melakukan pengembangan dan memperkuat penelitian yang berhubungan dengan perbandingan sosial ke atas dan harga diri pengguna Instagram.



D. Keaslian Penelitian

Peneliti melakukan penelusuran terkait penelitian-penelitian sebelumnya tentang perbandingan sosial ke atas dan harga diri pengguna Instagram.

Tabel 1. Literature Review

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek Lokasi Penelitian	dan Hasil Penelitian
1	Aulia Laeli, Eka Sartika, Furqan Nugraha Rahman, Rifka Fatchurrahmi	Hubungan Kontrol Diri dan Harga Diri tehadap Kecenderungan Narsistik pada Mahasiswa Semester Awal Pengguna Instagram	2018	Teori Kontrol Diri dari Hurlock (2011). Teori Harga Diri dari Coopersmith (Lestari & Koentjoro, 2002). Verkuyten (2005). Baron dan Byrne (2012).	Kuantitatif	Alat ukur dari penelitian ini menggunakan skala kecenderungan narsistik dari Suhartati (2016), skala kontrol diri dan skala harga diri.	Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi semester awal yaitu semester 2 yang berusia 18-22 tahun yang menggunakan Instagram dan mengunggah foto atau video	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan harga diri berkorelasi negatif terhadap kecenderungan narsistik pada mahasiswa semester awal pengguna Instagram.

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
		Teori Kecenderungan kepribadian Narsistik dari <i>American Psychiatric Association</i> dalam DSM V (2013).					lebih dari lima kali. Lokasi penelitian ini di Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta.	
2	Uswah Hasanati, Yolivia Irna Aviani	Hubungan <i>Social Comparison</i> dengan <i>Self-Esteem</i> pada Pengguna Instagram	2020	Teori <i>Self-Esteem</i> dari Baron & Byrne (2003). Heatherton & Polivy (1997).	Kuantitatif Korelasional	Alat ukur <i>self-esteem</i> menggunakan <i>State Self-esteem Scale</i> (SESS).	Subjek penelitian ini adalah pengguna Instagram yang berusia dewasa awal 18-35 tahun yang mengggunakan alat ukur <i>lowa-Netherlands Comparison Orientation Measure</i> (INCOM).	Menunjukkan hasil uji regresi pada <i>social comparison</i> sebanyak 13,6% yang berpengaruh pada <i>self-esteem</i> pada subjek penelitian. Jadi, kesimpulannya adalah <i>social comparison</i> memiliki sedikit

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
3	Erina Gita Lestari, Masturi, Indah Lestari	Penerapan Rational Emotive Behavior Therapy Teknik Assertif Trainning Untuk Mengatasi Self-Esteem Rendah	2020	Teori Esteem dari Susanto (2018: 264).	Kualitatif Studi Kasus	-	Lokasinya di Bukittinggi.	pengaruh pada self-esteem.
4	Shaohai Jiang dan	<i>The Effects of Instagram Use, Social</i>	2020	Teori kecemasan sosial	Kuantitatif dari	Alat penelitian ukur ini pada kecemasan	Subjek dipenelitian ini sebanyak 388	Hasil penelitian ini menunjukkan

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
	Annabel Ngien	<i>Comparison, and Self-Esteem on Social Anxiety: A Survey Study in Singapore</i>		Schlenker & Leary (1982) Teori harga diri dari Leary & Baumeister (2000).		sosial adalah <i>Social Interaction Anxiety Scale</i> yang dari Mattick et al (1989). Teori perbandingan sosial dari Festinger (1954).	subjek dengan rentang usia 21-72 tahun yang menggunakan Instagram. Lokasinya berada di Singapura.	bahwa penggunaan Instagram ternyata tidak secara langsung berpengaruh pada peningkatan kecemasan sosial.

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
5	Amanda Amalia, Indri Utami Sumaryanti	Pengaruh <i>Self-esteem</i> terhadap <i>Fear of Missing Out</i> pada <i>Emerging Adulthood</i> Pengguna Instagram	2022	Teori <i>Self-esteem</i> Rosenberg (1965), Murk (2006), Kemis (2003). Teori FoMo dari Przybylski et al (2013).	Kuantitatif Kausalitas	Gibbons & Buunk (1999). Alat ukur harga diri yaitu <i>Self-esteem Scale</i> (RSES) dari Rosenberg(1965) dan dimodifikasi oleh Maroqi Nolen (2019). Alat ukur FoMo yaitu adaptasi dari Azmi (2019) menggunakan FOMO Scale dari Przybylski et al (2013).	Subjek penelitian ini adalah individu pengguna aktif Instagram minimal satu jam perhari sebanyak 196 orang yang berada di masa <i>emerging adulthood</i> di Kota Bandung.	Hasil menunjukkan bahwa secara signifikan <i>self-esteem</i> (p>0.05) di mana berpengaruh pada FoMo seseorang.
6	Yongzhan Li	<i>Upward Social Comparison and Depression in Social</i>	2018	Teori perbandingan sosial ke atas dari Feinstein	Kuantitatif	Alat ukur menggunakan <i>upward social comparison</i>	Subjek penelitian berjumlah 980 siswa SMA.	Terdapat kecemburuan antara hubungan

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
		<i>Network Settings</i>		et al (2013) dan Vogel et al (2015), Appel et al (2015) dan Sloman et al (2003), Dunn et al., 2012).		<i>scale</i> (Bai et al, 2013) di mana diadaptasi dari Gibbons and Buunk (1999) <i>lowa-Netherlands Comparison Orientation Measure.</i>	Lokasi Penelitian di China.	perbandingan sosial ke atas pada <i>sosial network sites</i> (SNSs) dengan gejala depresi.
				Teori depresi dari Peres et al (2017), Laura dan Owens (2015).		Alat ukur depresi menggunakan <i>Studies Depression Scale</i> (Wang et al, 1999).		
				Teori <i>self-efficacy</i> Luthans, et al. (2007), Ebstrup, et al. (2011), Bandura (1997).		Pengukuran efikasi diri diukur menggunakan <i>General Self-Efficacy Scale</i> (GSES) dari Cina.		

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
7	Johan Satria Putra	Peran Syukur sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap <i>Self-esteem</i> pada Remaja Pengguna Media Sosial	2018	Teori Perbandingan Sosial dari Festinger (dalam Baumeister & Fingkel, 2010). Teori <i>Self-esteem</i> dari Damian & Robins (2010)	Kuantitatif	Perbandingan sosial menggunakan alat ukur <i>lowa-Netherlands Comaprison Orientation Scale</i> (INCOM) diadaptasi oleh Schneider & Schupp (2014) ke dalam bahasa Indonesia.	Penelitian ini menggunakan subjek dari pelajar mahasiswa yang masih berada di masa remaja yang berusia sekitar 14-19 tahun dengan jumlah 200 orang remaja yang mempengaruhi pengguna aktif media sosial yaitu Facebook atau Instagram.	Menunjukkan hasil bahwa media sosial yang ada pada subjek remaja mempengaruhi perbandingan sosial dengan <i>self-esteem</i> .

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
8	Desiree Schmuck, Kathrin Karsay, Jorg Matthes, Anja Stevic	"Looking Up and Feeling Down". The influence of mobile social networking site use on upward social comparison, self-esteem, and well-being of adult smartphone users	2019	Teori perbandingan dri ke atas dari Vogel et al., (2014), Buunk dan Gibbons (2005)	Kuantitatif two-wave panel survey dengan data longitudinal.	Perbandingan sosial ke atas menggunakan alat ukur skala likert yang terdiri dari 5 poin dari lee	Subjek pada penelitian ini berjumlah 833 orang dewasa yang memiliki internet di ponselnya. Lokasinya berada di Jerman.	Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan Facebook dapat menyebabkan perbandingan sosial ke atas di mana harga diri dan kesejahteraan pada individu dapat berubah menjadi tidak baik seiring waktu. Sedangkan dalam menggunakan Instagram dapat berpengaruh negatif pada kesejahteraan

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
								bagi penggunanya.
9	Pie Liu, Jinglun He, Aimei Li	<i>Upward social comparison on social network sites and impulse buying: A moderated mediation model of negative affect and rumination</i>	2019	Teori perbandingan sosial ke atas dari Vogel et al (2014). Teori <i>impulse buying</i> dari Book (1987), Verplanken et al (2005).	Kuantitatif	Alat ukur perbandingan sosial ke atas menggunakan kuesioner. <i>Impulse buying</i> menggunakan alat ukur <i>Impluse Buying Tendency Scale</i> (IBT, Verpanken & Harabadi, 2001).	Subjek penelitian ini adalah mahasiswa sebanyak 430 yang berusia antara 17-24 tahun. Lokasinya berada di Universitas yang ada di China.	Menunjukkan bahwa dengan perbandingan sosial ke atas dalam <i>sosial network sites</i> (SNSs) menimbulkan efek negative karena menyebabkan individu dewasa awal melakukan <i>impulse buying</i> .

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
10	Hidayati, Fivi Nurwianti	Efektivitas <i>Cognitive Behavioral Group Therapy</i> berbasis Daring dalam Meningkatkan <i>Self Esteem</i> pada Mahasiswa yang Mengalami Kecemasan dalam <i>Upward Social Comparison</i>	2020	Teori perbandingan sosial ke atas dari Festinger (1954). Teori Kecemasan dari Kring et al (2012)	Kuantitatif Pre-post Design dan kualitatif	Menggunakan <i>pre-test, pertengahan sesi, post-test</i> dan sesi follow up. Alat ukur kecemasan menggunakan <i>State Trait Anxiety Inventory (STAI)</i>	Subjek penelitian ini berjumlah dua laki-laki dan empat perempuan mahasiswa sarjana fakultas psikologi di Universitas X yang berusia 18-21 tahun. Alat untuk mengukur tingkat afek positif dan negative yang terjadi dalam	Hasil dari kuantitatif CBT menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pada <i>self esteem</i> yang diikuti oleh tiga partisipan dengan memiliki gejala cemas. Sedangkan hasil dari kualitatif menunjukkan bahwa terdapat perubahan dalam cara memandang suatu masalah yang dimiliki yang mana lebih adaptif dari pada

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
						<p>satu waktu yaitu <i>Positive Affect Negative Affect Scale</i> (PANAS) yang terdiri dari 20 item (Watson, Clark, & Tellegen, 1988).</p>		<p>sebelum mengikuti terapi.</p>
						<p>Alat ukur <i>Rosenberg Self Esteem Scale</i> (RSES) dari Morris Rosenberg (1965) yang terdiri dari 10 aitem.</p>		

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
11	Jaeyoung Park, Beomsoo Kim and Sunhee Park	<i>Understanding the Behavioral Consequences of Upward Social Comparison on Social Networking Sites: The Mediating Role of Emotions</i>	2021	Teori perbandingan diri ke atas Smith, R.H. (2000), Meier et al (2020). Teori emosi Perbandingan ke atas dari Smith (2000)	Kuantitatif	Alat ukur untuk perbandingan sosial ke atas dan emosi perbandingan sosial ke atas masing-masing menggunakan skal likert 5 poin.	Subjek pengguna aktif pada Instagram yang berusia antara 20-49 tahun berjumlah 330 orang.	Menunjukkan hasil ($\beta = 0,703, P=0,000$) pada perbandingan sosial ke atas di Instagram memiliki hubungan yang positif dengan emosi, di mana dalam menggunakan Instagram dapat memicu kemarahan, depresi dan iri hati jika melakukan perbandingan sosial ke atas.

1. Keaslian Topik

Beberapa penelitian terdahulu sudah ada yang meneliti kedua variabel yang diteliti dalam penelitian ini yaitu harga diri dan perbandingan sosial ke atas, sehingga dari segi variabel penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya.

2. Keaslian Teori

Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu harga diri dan perbandingan sosial ke atas. Peneliti mengacu pada teori aspek harga diri milik Rosenberg (1979) (Cast & Burke, 2002). Kemudian teori yang digunakan oleh peneliti pada variabel bebas yaitu perbandingan sosial ke atas di penelitian ini adalah teori dari Gibbons & Buunk (1999) (dalam Schneider & Schupp, 2014). Dari segi teori yang digunakan, maka penelitian ini menggunakan teori yang sama dengan teori yang diacu penelitian-penelitian sebelumnya, seperti pada penelitian Schmuck et al., (2019).

3. Keaslian Alat Ukur

Dalam penelitian ini, untuk mengukur variabel harga diri, peneliti menggunakan alat ukur adopsi *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dari Rosenberg (1979) (Ciarrochi & Bilich, 2006) mengacu pada teori aspek harga diri dari Rosenberg (1979) (dalam Cast & Burke, 2002).

Kemudian, variabel perbandingan sosial ke atas peneliti menggunakan skala Orientasi Perbandingan Sosial (*the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure*, INCOM) versi adopsi yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari Gibbons & Buunk (1999) (dalam Schneider & Schupp, 2014).

4. Keaslian Sebjek Penelitian

Karakteristik subjek penelitian ini adalah dewasa awal pengguna Instagram. Penelitian sebelumnya telah meneliti dua variebel tersebut terkait pada subjek remaja, mahasiswa, dan dewasa secara umum. Jadi, dari segi karakteristik subjek penelitian ini sama dengan salah satu penelitian sebelumnya yaitu penelitian dari Hasanati & Aviani (2020) di mana penelitian tersebut menggunakan subjek dewasa awal pengguna Instagram.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Terdapat hubungan (korelasi) yang negatif antara perbandingan sosial ke atas dengan harga diri dewasa awal pengguna Instagram. Semakin tinggi perbandingan sosial ke atas, maka semakin rendah harga diri yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah perbandingan sosial ke atas terhadap orang lain yang dilihat di Instagram, maka semakin tinggi pula harga diri yang dimiliki.
2. Berdasarkan jenis kelamin, variabel harga diri menghasilkan nilai $0,285 > 0,05$ yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Sedangkan pada variabel perbandingan sosial ke atas menghasilkan nilai $0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan.
3. Kontribusi perbandingan sosial ke atas terhadap harga diri pengguna Instagram sebesar 10,6%.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukkan untuk kedepannya:

1. Bagi Pengguna Instagram

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi para pengguna Instagram untuk lebih menghargai diri sendiri dengan apa yang sudah dimiliki dan memiliki pandangan yang positif dalam menyikapi perbandingan diri dengan individu yang lebih baik darinya. Mengusahakan menjadi versi terbaik dari diri sendiri, bukan pada versi orang lain. Mengurangi aktivitas bermain Instagram. Khususnya bagi dewasa awal pengguna Instagram untuk lebih fokus menggali potensi diri sehingga bisa lebih memiliki penilaian atau keberhargaan diri yang lebih baik, sehingga tidak terjebak pada perilaku perbandingan sosial ke atas.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan dan referensi tambahan terkait topik perbandingan sosial ke atas dan harga diri dewasa awal pengguna Instagram. Kemudian bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan pengembangan dengan meneliti variabel bebas lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Contohnya yaitu variabel kepribadian, pola asuh, kelekatan terhadap orang tua, trauma masa lalu, citra tubuh, kepuasan hidup, dan kecerdasan emosi.

3. Bagi Masyarakat Umum

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi masyarakat umum agar memiliki kewaspadaan atau kesadaran terkait harga diri dan perbandingan sosial ke atas. Contohnya lebih mengenal diri sendiri dengan fokus mengembangkan sikap positif.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H., & Oktaviani, Y. (2019). Pengaruh Teknik Self Instruction Terhadap Harga Diri Pada Siswa Kelas XI di SMK NEGERI 1 LINGSAR KABUPATEN LOMBOK BARAT. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v4i2.2162>
- Amalia, A., Utami Sumaryanti Prodi Psikologi, I., Psikologi, F., & Islam Bandung, U. (2022). Pengaruh Self-esteem terhadap Fear of Missing Out pada Emerging Adulthood Pengguna Instagram. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(2), 252–260. <https://doi.org/10.29313/bcpsps.v2i3.2972>
- Angelina, P., Christanti, F., & Mulya, H. (2021). Gambaran Self Esteem Remaja Perempuan Yang Merasa Imperfect Akibat Body Shaming. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 94–103. <https://doi.org/10.33508/exp.v9i2.2889>
- Annur, C. (2023, May). *Jumlah Pengguna Instagram Indonesia Terbanyak ke-4 di Dunia*. Databoks.
- Appel, H., Gerlach, A., & Crusius, J. (2016). The interplay between Facebook use, social comparison, envy, and depression. In *Current Opinion in Psychology* (Vol. 9, pp. 44–49). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.10.006>
- Aslan, S., & Demir, A. (2023). Testing the Effects of Ability-Based and Opinion-Based Social Comparisons on Interpersonal Problems through the Mediating Roles of Self-Esteem and Difficulties in Emotion Regulation. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 1289–1319.
- Asih, A. T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan antara kontrol diri dengan kecemasan jauh dari smartphone (nomophobia) pada mahasiswa jurusan ilmu komunikasi fakultas ilmu sosial dan politik Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 6(2), 15-20.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (4th ed.). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Baun, I., & Rahayu, M. (2023). Hubungan Social Comparison Dengan Self Esteem Dewasa Awal di KOTA KUPANG Yang Mengakses Media Sosial . *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 377. <https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v8i1.3545>

- Bergagna, E., & Tartaglia, S. (2018). Self-esteem, social comparison, and facebook use. *Europe's Journal of Psychology*, 14(4), 831–845. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1592>
- Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A Theory of Self-Esteem. *Social Forces*, 80(3), 1041–1068. <https://doi.org/10.1353/sof.2002.0003>
- Ciarrochi, J & Bilich, L. (2006). Acceptance and Commitment Therapy. Measures Package Process measures of potential relevance to ACT. School of Psychology University of Wollongong. Document Package
- Engko, C. (2008). Pengaruh Kepuasan Kerja terhadap Kinerja Individu dengan Self Esteem dan Self Efficacy sebagai Variabel Intervening. *Jurnal Bisnis Dan Akuntansi*, 10(1), 1–12.
- Evelin, & Adishesa, M. (2020). Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram dan Self -Esteem pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 11(1), 26–36.
- Fagundes, L., Marot, T., & Natividade, J. (2020). Use of Instagram, Social Comparison, and Personality as Predictors of Self-Esteem. *Psico-USF*, 25(4), 711–724. <https://doi.org/10.1590/1413/>
- Fauziah, S., Hacantya, B. B., Paramita, A. W., & Saliha, W. M. (2020). Kontribusi penggunaan media sosial dalam perbandingan sosial pada anak-anak akhir. *Psycho Idea*, 18(2), 91-103.
- Febrianthi, A. N. A., & Supriyadi, S. (2020). Apakah Perbandingan Sosial dalam Menggunakan Instagram Berperan terhadap Kebahagian Remaja?. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(2), 126-137.
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariative Dengan Program IBM SPSS* 25 (9th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Greenberger, E., Chen, C., Dmitrieva, J., & Farruggia, S. P. (2003). Item-wording and the dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale: Do they matter?. *Personality and individual differences*, 35(6), 1241-1254.
- Guyer, J., & Vaughan-Johnston, T. (2018). Social Comparisons (Upward and Downward). In *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (pp. 1–5). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1912-1

- Hasanati, U., & Aviani, Y. (2020a). Hubungan Social Comparison dengan Self-Esteem pada Pengguna Instagram. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 2391–2399.
- Hasiolan, M. I. S., & Sutejo, S. (2015). Efek Dukungan Emosional Keluarga pada Harga Diri Remaja: Pilot Study. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(2), 67–71. <https://doi.org/10.7454/jki.v18i2.400>
- Hasiolan, M. I. S., & Sutejo, S. (2015). Efek dukungan emosional keluarga pada harga diri remaja: Pilot study. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(2), 67–71.
- Heatherton, T., & Polivy, J. (1991). Development and Validation of a Scale for Measuring State Self-Esteem. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 60, Issue 6).
- Heriansyah, M. (2019). Efektivitas konseling kelompok kognitif behavioral untuk meningkatkan kesadaran akademik mahasiswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(2), 96-101.
- Hidayati, H., & Nurwianti, F. (2021). Efektivitas Cognitive Behavioral Group Therapy berbasis Daring dalam Meningkatkan Self-Esteem pada Mahasiswa yang Mengalami Kecemasan dalam Upward Social Comparison. *Journal Psikogenesis*, 8(2), 183–195. <https://doi.org/10.24854/jps.v8i2.1501>
- Husnaniyah, D., Lukman, M., & Susanti, R. D. (2017). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Harga Diri (Self Esteem) Penderita Tuberkulosis Paru Di Wilayah Eks Kawedanan Indramayu. *The Indonesian Journal of Health Science*, 9(1).
- Ibrahim, R. (2019). Pengetahuan Guru Perdana Terhadap Program Pendidikan Inklusif. In *Special Education International Conference (SEIC)*. Marriott Hotel.
- 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), 205630512091248. <https://doi.org/10.1177/2056305120912488>
- Julius N. (2024, September 17). Data Jumlah Pengguna Instagram di Indonesia 2024. <https://upgraded.id/data-jumlah-pengguna-instagram-di-indonesia>
- Julius, N. (2024, June). *Data Jumlah Pengguna Instagram di Indonesia 2024*. Upgraded.Id.

- Kernis, M. (2003). Optimal self-esteem and authenticity: Separating fantasy from reality. In *Psychological Inquiry* (Vol. 14, Issue 1, pp. 83–89). Lawrence Erlbaum Associates Inc. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1401_03
- Kernis, M. H. (2003). Optimal self-esteem and authenticity: Separating fantasy from reality-Author's response. *Psychological Inquiry*, 14(1), 83-89.
- Kusumasari, H., & Hidayati, D. S. (2014). Rasa malu dan presentasi diri remaja di media sosial. *Jurnal psikologi teori dan terapan*, 4(2), 91-105.
- Laeli, A. N., Sartika, E., Rahman, F. N., & Fatchurrahmi, R. (2018). Hubungan Kontrol Diri dan Harga Diri Terhadap Kecendrungan Narsistik pada Mahasiswa Semester Awal Pengguna Instagram. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(1), 27–40. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss1.art3>
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. In *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 32, pp. 1–62). [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(00\)80003-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(00)80003-9)
- Lestari, E. G., Masturi, M., & Lestari, I. (2020). Penerapan Rational Emotive Behavior Therapy Teknik Assertif Trainning Untuk Mengatasi Self-Esteem Rendah. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 3(1). <https://doi.org/10.24176/jpp.v3i1.5152>
- Li, Y. (2019). Upward social comparison and depression in social network settings. *Internet Research*, 29(1), 46–59. <https://doi.org/10.1108/IntR-09-2017-0358>
- Liu, P., He, J., & Li, A. (2019). Upward social comparison on social network sites and impulse buying: A moderated mediation model of negative affect and rumination. *Computers in Human Behavior*, 96, 133–140. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.02.003>
- Locke, K. (2005). Connecting the horizontal dimension of social comparison with self-worth and self-confidence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(6), 795–803. <https://doi.org/10.1177/0146167204271634>
- Lumbanraja, C. C. B. , & Hariadi, Lucy. (2023). Self Esteem Ditinjau Dengan Perilaku Asertif Pada Siswa SMAN 9 BEKASI. *Jurnal IMAGE* , 03(1), 38–54.
- Mariska, I. (2017). Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kontrol Diri Pada Mahasiswa di Universitas Gunadarma. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 112–120.
- Masselink, M., Van Roekel, E., & Oldehinkel, A. J. (2018). Self-esteem in early adolescence as predictor of depressive symptoms in late adolescence and

- early adulthood: The mediating role of motivational and social factors. *Journal of youth and adolescence*, 47(5), 932-946.
- Maulana, L. H., & Mutiara, M. (2020, January). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Penderita Pada Kepatuhan Minum Obat Anti Tuberculosis Paru Di Rsud Brebes. In *Wijayakusuma Prosiding Seminar Nasional* (Vol. 1, No. 1, pp. 86-91).
- Maurilla, T., & Suarya, L. (2020). Peran intensitas komunikasi di Instagram dan perbandingan sosial terhadap ketidakpuasan tubuh pada perempuan remaja akhir. *Jurnal Psikologi Udayana*, 109–119.
- Millenia, A., & Kurniawan, A. (2022). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Sikap Perempuan terhadap Perilaku Diet. *Berajah Journal*, 2(2), 305–314. <https://doi.org/10.47353/bj.v2i2.93>
- Misrawati, D., Mariyam, R. R., & Deviana, D. (2019). Dampak adiksi media sosial terhadap penerimaan diri dan kelekatan dalam relasi sosial (Adult Attachment).
- Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem*. Springer.
- Nafeesa, & Novita, E. (2021). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Impulsive Buying Pada Remaja Penggemar K-Pop. *Cakrawala - Jurnal Humaniora*, 19(2), 79–86.
- Nahak, A., & Subarjo. (2023). Pengaruh Influencer, Brand Image dan Kepuasan Pelanggan terhadap Pengambilan Keputusan Pembelian Skincare MS GLOW. *Journal of Comprehensive Science*, 2(7), 2180–2187.
- Nellitawati, N., & Yurmanita, Y. (2019). Hubungan komunikasi interpersonal dengan kepuasan kerja pegawai di dinas pendidikan. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(1), 35-39.
- Nizam, M. F., Mufidah, E., & Fibriyani, V. (2020). Pengaruh Orientasi Kewirausahaan Inovasi Produk Dan Keunggulan Bersaing Terhadap Pemasaran Umkm. *Jurnal EMA*, 5(2), 100-109.
- Nora, M. (2015). Pengaruh Kelekatan dan Harga Diri terhadap Kemampuan Bersosialisasi Anak. *JURNAL PENDIDIKAN USIA DINI*, 9(2), 379–388.
- Nurdin, M. N. H., & Piara, M. R. (2024). Hubungan antara Perbandingan Sosial dan Harga Diri Pengguna Instagram Dewasa Awal di Kota Makassar. *Flourishing Journal*, 4(3), 111-118.
- Oktaviani, A. M. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram . *Psikoborneo*, 7(4), 549–556

- Orive, R. (1988). Social projection and social comparison of opinions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 953.
- Orth, U., Trzesniewski, K., & Robins, R. (2010). Self-Esteem Development From Young Adulthood to Old Age: A Cohort-Sequential Longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(4), 645–658. <https://doi.org/10.1037/a0018769>
- Park, J., Kim, B., & Park, S. (2021). Understanding the Behavioral Consequences of Upward Social Comparison on Social Networking Sites: The Mediating Role of Emotions. *Sustainability*, 13(11), 5781. <https://doi.org/10.3390/su13115781>
- Populix. (2023). Wawancara Kognitif: Pengertian, Ciri-Ciri, hingga Pentingnya. Diakses pada 20 Oktober 2024, dari <https://info.populix.co/articles/wawancara-kognitif/#:~:text=Melansir%20lamana%20Research%20Connections%2C%20wawancara,atau%20item%20wawancara%20pada%20kuesioner>.
- Purwanto, A., & Sarah, A. (2020). Resiliensi Dan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Pada Polisi Lalu Lintas. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(3), 260–266.
- Purwasih R, & Susilowati Y. (2016). Penatalaksanaan Pasien Gangguan Jiwa dengan Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah di Ruang Gathotkoco RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 3(2), 44–50.
- Putra, J. (2018). Peran Syukur sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Self-esteem pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2650>
- Quatman, T., & Watson, C. (2001). Gender differences in adolescent self-esteem: An exploration of domains. *Journal of Genetic Psychology*, 162(1), 93–117. <https://doi.org/10.1080/00221320109597883>
- Refnadi, R. (2018). Konsep self-esteem serta implikasinya pada siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 16. <https://doi.org/10.29210/120182133>
- Riyanto, A. (2023). *Hootsuite (We are Social): Indonesian Digital Report 2023*. Andi Link.
- Rizaty, M. A. (2024, April). *Data Jumlah Pengguna Media Sosial di Indonesia pada 2024*. Dataindonesia.Id.

- Rosalinda, I., & Michael, T. (2019). Pengaruh Harga Diri terhadap Prefenrensi Pemilihan Pasangan Hidup pada Wanitas Dewasa Awal yang Mengalami Quarter-Life Crisis . *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 8(1), 20–26. <https://doi.org/10.21009/JPPP.081.03>
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the Self*. New York: Basic Books.
- Rozika, L., & Ramdhani, N. (2016). Hubungan antara Harga Diri dan Body Image dengan Online Self-Presentation pada Pengguna Instagram. *JOURNAL OF PSYCHOLOGY*, 2(3), 172–183.
- Sari, R. N., & Siswono, T. Y. E. (2020). The Development of Mathematic Learning Media Based on Social Media Instagram on Circle Mathematic in Junior High School. *MATHEdunesa*, 9(1), 120-127.
- Sari, A., & Mulawarman, M. (2021). Kontribusi harga diri dan motivasi berprestasi terhadap perbandingan sosial pada siswa pengguna media sosial. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 225–236. <https://doi.org/10.26539/teraputik.52732>
- Schmuck, D., Karsay, K., Matthes, J., & Stevic, A. (2019). “Looking Up and Feeling Down”. The influence of mobile social networking site use on upward social comparison, self-esteem, and well-being of adult smartphone users. *Telematics and Informatics*, 42, 101240. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2019.101240>
- Schneider, S., & Schupp, J. (2014). Individual differences in social comparison and its consequences for life satisfaction: Introducing a short scale of the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure. *Social Indicators Research*, 115(2), 767–789. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0227-1>
- Setyo Agung Wicaksono. (2022). Pengaruh Gaya Kepemimpinan, Stres Kerja Dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan PT. Merak Oxygen Indonesia. *OPTIMAL: Jurnal Ekonomi Dan Manajemen*, 2(2), 135–154. <https://doi.org/10.55606/optimal.v2i2.477>
- Srisayekti, W., & Setiady, D. (2015). Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar. *JURNAL PSIKOLOGI*, 42(2), 141–156.
- Suci, V. O. R., Melisa, M., & Hamdunah, H. (2022). Hubungan Kepercayaan Diri Siswa dengan Pemahaman Konsep Matematis Siswa Kelas XI MIA 1 SMAN 3 Lubuk Basung Kabupaten Agam. *Jurnal Horizon Pendidikan*, 1(4), 698-711.
- Swarjana, I. (2022). *Populasi-Sampel, Teknik Sampling & Bias dalam Penelitian* (E. Risanto, Ed.). Penerbit ANDI.

- Thejasukmana, V., & Sugiharto, S. (2014). Analisis Pengaruh Experiential Marketing Terhadap Pembelian Ulang Konsumen The Vinnette (House of Bovin and Lynette) Surabaya. *Jurnal Manajemen Pemasaran Petra*, 2(1), 1–14.
- Tileng, K. (2015). Penerapan Technology Acceptance Model pada Aplikasi Edmodo di Universitas Ciputra Surabaya menggunakan Analisis Jalur. *JUISI*, 01(01), 28–37.
- Trzesniewski, K., Donnellan, M., Moffitt, T., Robins, R., Poulton, R., & Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*, 42(2), 381–390. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.381>
- Vogel, E., Rose, J., Roberts, L., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206–222. <https://doi.org/10.1037/ppm0000047>
- Wahyuni, F., Widyastuti, & Nurdin, M. (2022). Hubungan antara Harga Diri dan Kecenderungan Perilaku Narsistik Pengguna Instagram pada Dewasa Awal. *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 1(6), 639–653.
- Wang, R., Yang, F., & Haigh, M. (2017). Let me take a selfie: Exploring the psychological effects of posting and viewing selfies and groupies on social media. *Telematics and Informatics*, 34(4), 274–283. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2016.07.004>
- Woods, H., & Scott, H. (2016). #Sleepyteen: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41–49. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>
- Wicaksono, S. A. (2022). Pengaruh Gaya Kepemimpinan, Stres Kerja Dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan PT. Merak Oxygen Indonesia. *OPTIMAL Jurnal Ekonomi dan Manajemen*, 2(2), 135-154.
- Yam, J., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>
- Yang, C. (2016). Instagram Use, Loneliness, and Social Comparison Orientation: Interact and Browse on Social Media, but Don't Compare. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(12), 703–708. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0201>

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*, 47, 2114-2128.

Yollanda, E., & Barus, G. (2023). Menakar Level Self-esteem pada Mahasiswa Pengguna Tinder. *Solusi : Jurnal Konseling Dan Pengembangan Pribadi*, 5(1), 1–6.

Zulpani, T., Ramadoni, & Zelitri, A. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri Siswa dengan Pemahaman Konsep Matematis pada Kelas XI. *Theorema: The Journal Education of Mathematics*, 4(1), 9–19.

