

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Perkembangan teknologi pada masa kini berlangsung pesat, salah satunya yaitu ditandai dengan adanya platform media sosial seperti TikTok yang tidak lepas digunakan dalam kehidupan sehari-hari. TikTok diluncurkan pertama kali di Cina dengan nama *Douyin* oleh Zhang Yi Ming pada September 2016. Aplikasi TikTok menyediakan wadah bagi penggunanya dalam pembuatan *music video* dengan durasi singkat. Sepanjang kuartal pertama, TikTok mengukuhkan diri sebagai aplikasi yang paling banyak diunduh yaitu sebanyak 45,8 juta kali. Angka tersebut berhasil mengalahkan aplikasi-aplikasi populer lain seperti, YouTube, Whatsapp, Facebook Messenger, dan Instagram (Bulele dan Wibowo 2020:566). Per-September 2020, TikTok tersedia di 154 negara dan mempunyai 850 juta pengguna aktif (Putri dan Azeharie 2021:281).

Menurut Omar dan Dequan, terdapat beberapa alasan setiap individu dalam menggunakan aplikasi TikTok, yaitu untuk mengekspresikan diri mereka dengan cara mengunggah video-video pendek dan untuk *peeking* atau melihat video-video keseharian yang diunggah oleh orang lain (Omar dan Dequan 2020:125). Berdasarkan dengan data yang didapatkan, pengguna TikTok di Indonesia mencapai 73,5% dari jumlah populasi (Andi 2024). Data terbaru menunjukkan bahwa pada Februari 2025 Indonesia merupakan pengguna TikTok terbesar kedua setelah Amerika dengan jumlah sebanyak 107.7 juta pengguna (Statista 2025). Kemudian Indonesia memiliki rata-rata penggunaan aplikasi TikTok selama 41 jam 35 menit per-bulan (Fabio 2024), rata-rata usia pengguna TikTok di Indonesia yaitu 18-24 tahun, yang mana pada usia tersebut termasuk pada kategori usia mahasiswa pada umumnya (Desy, Nurmayasari, dan Saripah 2023:2241).

Mahasiswa tergolong pada kategori remaja akhir menuju dewasa awal, tepatnya pada kisaran usia 18 sampai 24 tahun (Hurlock 1980:246). Menurut Hurlock, pada masa tersebut memiliki karakteristik khusus, yaitu adanya keinginan untuk diakui dan ingin menunjukkan diri. Maka, dengan adanya aplikasi TikTok menjadi salah satu wadah bagi para remaja akhir ini untuk menuangkan dan

menunjukkan suatu hal yang dianggap menarik. Fenomena tersebut terkadang mengakibatkan adanya kecemburuan bagi penggunanya sehingga menimbulkan adanya perbandingan sosial antara individu dengan pengguna lain dalam beberapa aspek, seperti fisik, kemampuan diri, penampilan, ataupun pencapaian (Saputra 2024:944). Penelitian lain juga menyebutkan dalam penggunaan media sosial, seseorang menampilkan sesuatu yang bukan gambaran lengkap dari kehidupannya, karena dalam bermedia sosial, seseorang cenderung menunjukkan sisi terbaik dari diri mereka. Dengan demikian, ketika pengguna melihat dan mengamati keadaan orang lain yang hanya ditampilkan dalam media sosial, maka pengguna akan membandingkan kehidupan nyatanya dengan kehidupan pengguna lain di media sosial (Qiu 2024:2).

Menurut penelitian terdahulu, media sosial yang menyediakan fitur menampilkan foto dan video, contohnya aplikasi TikTok ini memungkinkan pengguna menunjukkan atau mengekspresikan diri mereka yang pada akhirnya menimbulkan adanya perbandingan sosial (Yulianto dan Virlia 2023:230). Selain itu, media sosial juga menyediakan metrik seperti dalam jumlah *followers*, *like*, dan *viewers* yang mana hal tersebut dapat menjadi tolak ukur dalam melakukan perbandingan sosial. Pengguna dapat membandingkan jumlah *followers*, *like*, dan *viewers* yang ia miliki dengan orang lain, sehingga jika terdapat perbedaan antara keduanya hal tersebut dapat mengarah kepada masalah harga diri dan persaingan, sehingga keadaan tersebut dapat memicu adanya perbandingan sosial.

Platform media sosial, dalam menampilkan konten tidak terlepas dengan adanya algoritma. Algoritma media sosial berperan sebagai sutradara panggung digital, menampilkan konten yang dianggap menarik dan menyembunyikan konten yang kurang menarik. Algoritma didesain untuk menunjukkan kepada pengguna tanpa pengguna tersebut menyadari bagaimana algoritma bekerja, pengguna akan terlibat dalam perbandingan sosial tanpa memahami kenapa pengguna melihat konten-konten tertentu. Contohnya, algoritma TikTok menampilkan konten yang sedang tren berdasarkan seberapa banyak keterlibatan jumlah *like*, *comment*, dan *share* di platform. Ketika platform dengan konsisten menunjukkan atau menampilkan konten yang menerima atas dasar keterlibatan yang tinggi, hal ini

dapat membentuk persepsi yang miring mengenai realitas. Pengguna mungkin percaya atas apa yang mereka lihat di platform berdasarkan algoritma yang ditampilkan bahwasannya kehidupan orang lain lebih menarik atau lebih sukses, pada akhirnya hal tersebut menimbulkan perasaan tidak mampu ataupun tidak puas atas kehidupan pribadinya. Memahami kemampuan dan desain umum pada platform media sosial memberikan kerangka kerja yang penting dalam memahami logika perbandingan sosial (Qiu 2024:2).

Pengguna media sosial, dalam melakukan perbandingan tidak hanya karena mengonsumsi konten yang ditampilkan, akan tetapi pengguna tersebut terlibat dengan sistem yang telah diatur atau dirancang, dengan maksud untuk menarik perhatian pengguna dalam melakukan perbandingan sosial. Ketika pengguna melihat konten yang menyebabkan keterlibatan dalam perbandingan, maka algoritma platform akan memproses dan belajar yang kemudian akan menampilkan lebih banyak lagi konten yang serupa, sehingga perbandingan sosial pun akan semakin intensif terjadi. Maka dari itu, kecenderungan dalam melakukan perbandingan sosial tidak hanya diakibatkan dari interaksi pengguna, akan tetapi terlibat pula oleh fenomena yang terhubung secara rumit ke dalam struktur platform ini (Qiu 2024: 3).

Bersumber pada konsep perbandingan sosial, seorang individu mendapatkan informasi dari media sosial dimaksudkan agar dapat memahami dan mengevaluasi keadaan diri sendiri. Informasi yang didapatkan oleh individu mengenai kehidupan orang lain pada saat ini justru menjadi bahan dalam membandingkan dirinya dengan orang lain. Apalagi pada penggunaan platform media sosial yang dengan mudahnya seorang individu dapat melihat kehidupan orang lain, pada akhirnya penggunaan media sosial ini menjadi peluang dalam melakukan proses perbandingan sosial (Swari dan Tobing 2024:854).

Fenomena di atas dalam psikologi disebut dengan istilah *social comparison*. *Social Comparison* pertama kali dikenalkan oleh Leon Festinger. Menurut Festinger, setiap individu memiliki dorongan untuk membandingkan dirinya dengan orang lain dengan tujuan agar individu dapat mengevaluasi diri, yang pada akhirnya akan membentuk karakteristik umum manusia. Akan tetapi, terdapat

penelitian yang menyebutkan bahwa aspek evaluatif inilah yang justru menjadi sebuah permasalahan. Dalam proses evaluasi tersebut, individu cenderung melihat ke luar dalam diri mereka, seharusnya dalam proses evaluasi, individu melihat ke dalam diri sendiri. Ketika individu melihat informasi mengenai kemampuan dan kehidupan ideal yang dimiliki orang lain. Maka, individu akan memiliki kecenderungan untuk selalu menghubungkan segala hal yang dimiliki orang lain dengan apa-apa yang dimilikinya sendiri (White dkk. 2006:37).

Proses *social comparison* terjadi pada dua kecenderungan, yaitu perbandingan ke atas, perbandingan ini dilakukan oleh individu terhadap individu lain yang dianggap lebih unggul, kemudian perbandingan ke bawah, perbandingan ini dilakukan oleh individu terhadap individu lain yang dianggap kurang beruntung (Guyer dan Vaughan-Johnston 2018:2-3). Kecenderungan dalam membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang lebih unggul terlebih pada media sosial dapat menimbulkan hal negatif, seperti adanya penurunan harga diri, menimbulkan kecemasan, dan tidak puas atas apa yang dimiliki. Kecenderungan dalam membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap kurang beruntung, akan menimbulkan peningkatan rasa syukur pada individu, akan tetapi dampak tersebut tidak sebesar dampak negatif yang ditimbulkan oleh perbandingan sosial ke atas (Pratiwi 2024).

Motif perbandingan sosial yaitu agar seorang individu dapat mengevaluasi dan mendefinisikan diri sendiri ketika telah membandingkan dirinya dengan orang lain (Leon 1954:117), akan tetapi saat ini kecenderungan dalam membandingkan diri dalam hal prestasi akademik, penampilan fisik, atau kepuasan hidup secara umum mengakibatkan kesulitan emosional dan masalah kesehatan mental, hal tersebut dapat terjadi apabila seorang individu tidak memiliki kemampuan dalam penerimaan diri (Kam dan Prihadi 2021:442). Menurut (Ruan dkk. 2023:2) faktor terjadinya perbandingan sosial yaitu penerimaan diri, ketika seseorang tidak dapat menerima apa yang menjadi kekurangan ataupun kelebihan pada dirinya, maka seseorang tersebut memiliki kecenderungan dalam melakukan perbandingan sosial. Perbandingan sosial yang dilakukan secara berlebihan dapat mengakibatkan rusaknya rasa puas dan cukup bagi individu. Oleh karena itu, agar tidak terjadi

adanya dampak negatif dari perbandingan sosial ini, perlu adanya penerimaan diri dan rasa cukup atas apa yang dimiliki.

Penerimaan diri merupakan bagian dari kajian *qana'ah* (Permatasari dan Gamayanti 2016:145), yang mana *qana'ah* mempresentasikan sikap penerimaan terhadap segala sesuatu yang diberikan Allah SWT dengan merasa cukup dan puas terhadap apa yang dimilikinya. Menurut Sosusa dan Lyubomirsky dalam (Achmad 2024:64) penerimaan diri menunjukkan pada kepuasan hidup. Individu akan merasa puas dalam hidupnya ketika individu tersebut dapat menerima keadaan hidupnya serta dapat menerima segala kekurangan beserta kelebihan yang dimilikinya. Kepuasan dan penerimaan itu sendiri diraih ketika individu dapat mengevaluasi secara positif atas apa-apa yang sudah didapatkan dan hal-hal yang sudah terjadi pada hidupnya. *Qana'ah* merupakan sebuah konsep penerimaan diri yang menyertakan peran Allah SWT serta memberikan pemahaman kepada manusia agar dapat menerima apa yang ada atau yang telah diberikan. *Qana'ah* memiliki fungsi sebagai pengendali dan penyemangat bagi manusia khususnya seorang muslim. Karena dengan seseorang memiliki sikap *qana'ah* akan selalu berlapang dada menerima segala hal yang dimiliki, berhati tentram, dan merasa cukup (Fabriar 2020:232).

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon. Berdasarkan penelitian sebelumnya, dinyatakan bahwa di Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon terdapat beberapa platform media sosial yang digunakan oleh mahasiswanya, salah satunya yaitu adalah TikTok (Nurfalah dkk. 2024). Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan wawancara kepada beberapa mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon, pada tanggal 23 Oktober 2024, didapatkan hasil bahwa mereka seringkali membandingkan kelebihan orang lain terhadap dirinya ketika menggunakan media sosial, khususnya TikTok. Mereka membandingkan dirinya dengan individu lain di Tiktok dikarenakan adanya ketidakpuasan dan penerimaan atas apa yang mereka miliki. Contoh perbandingan yang dialami, yaitu mereka kerap membandingkan diri sendiri dari segi kecantikan, gaya hidup, dan pencapaian karir, khususnya untuk menjadi seorang guru yang

memiliki proses dan tahapan-tahapan yang tidak mudah akan tetapi harus tetap dilalui oleh mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar. Pada akhirnya perbandingan tersebut mengakibatkan adanya perasaan rendah diri, kurangnya penerimaan dan tidak merasa cukup atas apa yang dimiliki pada mahasiswa tersebut.

Pernyataan pencapaian karir ini merujuk pada pencapaian karir sebagai guru profesional. Untuk mencapai hal ini, mahasiswa menghadapi beban akademik multidisiplin yang mengharuskan mereka menguasai berbagai mata pelajaran. Selain itu, mereka dituntut memiliki kompetensi pedagogik dan profesionalisme yang meliputi kemampuan mengelola kelas, merancang pembelajaran, hingga memahami psikologi perkembangan anak. Di sisi lain, penggunaan media sosial seperti TikTok dapat memaparkan mahasiswa pada berbagai representasi pencapaian dan standar hidup, yang berpotensi memicu perbandingan sosial. (Saputra 2024).

Untuk memperkuat alasan pemilihan subjek penelitian, peneliti melakukan studi pendahuluan dengan wawancara kepada beberapa mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Islamiyah Universitas Sunan Gunung Djati Bandung pada Februari 2025. Adapun hasil yang didapatkan adalah “Mereka terkadang membandingkan diri mereka dengan orang lain di TikTok, seperti halnya gaya hidup ataupun pencapaian akan sesuatu yang orang lain capai, akan tetapi hal tersebut tidak menurunkan kepercayaan diri dan rasa ketidakpuasan terhadap diri, melainkan dapat memotivasi diri sehingga menjadikan diri mereka semangat dalam mencapai apa yang diinginkan”. Maka dari itu, subjek penelitian ditetapkan pada mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon karena berdasarkan hasil studi pendahuluan, mahasiswa di lingkungan ini menunjukkan kecenderungan mengalami perbandingan sosial yang berdampak pada rendahnya penerimaan diri dan ketidakpuasan hidup. Kondisi ini sesuai dengan fokus penelitian, sehingga pemilihan subjek dinilai tepat dan relevan untuk mencapai tujuan penelitian.

Dari pemaparan di atas, penelitian ini hadir sebagai bentuk dalam melihat gambaran mengenai hubungan antara *Qana'ah* dengan *Social Comparison* pada

mahasiswa pengguna TikTok. Segala sesuatu yang dibandingkan antara individu dengan individu lain khususnya di media sosial TikTok akan mengakibatkan suatu hal yang negatif jika diproyeksikan dalam konteks negatif. Hal tersebut akan berdampak pada penerimaan dan berkecukupan pada diri. Berdasarkan uraian maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan *Qana’ah* dengan *Social Comparison* pada Mahasiswa Pengguna TikTok Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon”**.

B. Rumusan Masalah

Adapun untuk rumusan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *Qana’ah* pada mahasiswa pengguna TikTok Program Studi PGSD Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon?
2. Bagaimana gambaran *Social Comparison* pada mahasiswa pengguna TikTok Program Studi PGSD Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon?
3. Bagaimana hubungan antara *Qana’ah* dengan *Social Comparison* pada mahasiswa pengguna TikTok Program Studi PGSD Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut, diantaranya:

1. Untuk mengetahui gambaran *Qana’ah* pada Mahasiswa pengguna TikTok Program Studi PGSD Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.
2. Untuk mengetahui gambaran *Social Comparison* pada Mahasiswa pengguna TikTok Program Studi PGSD Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.
3. Untuk mengetahui hubungan *Qana’ah* dengan *Social Comparison* pada Mahasiswa pengguna TikTok Program Studi PGSD Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, peneliti berharap temuan penelitian ini akan bermanfaat bagi pembaca. Adapun manfaat yang diperoleh yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis yaitu untuk menambah kajian keilmuan di bidang Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya dalam kajian *Qana'ah* dengan *Social Comparison* pada Mahasiswa pengguna TikTok Program Studi PGSD Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.

2. Manfaat Praktis

Dalam penelitian ini secara praktis semoga dapat memperluas kepustakaan dan menjadi refleksi bagi mahasiswa atau pembaca untuk senantiasa merasa *qana'ah* dan tidak terus-menerus membandingkan diri dengan individu lain.

E. Kerangka Berpikir

Penggunaan media sosial khususnya aplikasi TikTok pada mahasiswa mengakibatkan adanya fenomena *social comparison*. Aplikasi TikTok merupakan sebuah platform dengan ciri khas fitur yaitu menampilkan visual, interaktif, kemudian personalisasi konten melalui algoritma dengan durasi video pendek inilah yang mengakibatkan seorang individu dapat melihat lebih luas bagaimana kehidupan individu lain mengenai gaya hidup, kecantikan, fisik, atau pencapaian karir. Sehingga hal tersebut menimbulkan adanya perbandingan antara individu dengan individu lain yang dilihat di TikTok tersebut.

Menurut Festinger, *Social comparison* adalah sebuah dorongan yang dimiliki oleh setiap individu dengan maksud untuk mengevaluasi opini dan kemampuan diri dibandingkan dengan orang lain. Fenomena *social comparison* melibatkan perbandingan yang berfokus pada aspek kemampuan (*ability*) dan pendapat atau pandangan (*opinion*) (Leon 1954:117). Dalam proses perbandingan sosial, dibagi menjadi dua macam yaitu perbandingan sosial ke bawah (*downward social comparison*) dan perbandingan sosial ke atas (*upward social comparison*). *Downward social comparison* yaitu seorang individu membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap lebih bawah atau kurang beruntung. Sedangkan *upward social comparison* yaitu ketika seorang individu membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap lebih unggul.

Tujuan dalam *social comparison* yaitu menilai diri untuk menjadi lebih baik. Akan tetapi, jika ditinjau lebih lanjut, penilaian diri yang dilakukan dalam *social comparison* ini dapat menimbulkan dampak yang negatif, contohnya diungkapkan dalam sebuah penelitian yang mana menjelaskan bahwasannya banyak individu cenderung merasa tidak bahagia ketika melakukan *social comparison* (White dkk. 2006:37). Proses perbandingan yang dilakukan oleh seorang individu dapat mengakibatkan rusaknya rasa puas dan cukup atas apa yang dimiliki. Adapun faktor perbandingan sosial yaitu penerimaan diri. Ketika seseorang tidak dapat menerima apa yang menjadi kekurangan ataupun kelebihan pada dirinya, maka seseorang tersebut memiliki kecenderungan dalam melakukan perbandingan sosial. Maka dari itu, perlu adanya sikap penerimaan diri agar tidak terjadi kecenderungan untuk melakukan perbandingan sosial (Suls, Martin, dan Wheeler 2000:219).

Penerimaan diri dalam konteks agama Islam merupakan pembahasan dari sikap *qana'ah*, yang mana sikap *qana'ah* merupakan penggambaran sikap penerimaan atas apa yang telah diberikan oleh Allah SWT dan keadaan ketika seseorang merasa cukup dan puas atas apa yang dimiliki. Sikap *qana'ah* dapat menunjang kehidupan sosial agar seorang individu dapat fokus terhadap dirinya sendiri, dalam artian tidak berlebihan dalam membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang pada akhirnya akan mengakibatkan hal negatif. *Qana'ah* dapat diartikan dengan menerima apa adanya atau bisa dikatakan dengan tidak serakah. Hamka menegaskan bahwa *qana'ah* adalah merasa cukup, akan tetapi bukan berarti individu itu tidak berusaha atau bermalas-malasan kemudian menyebutkan bahwa dirinya adalah diri yang *qana'ah* (Hamka 2015:268). *Qana'ah* harus diiringi dengan usaha dan menerima dengan lapang atas apa yang telah diusahakan. Dalam Qur'an surat al-Isra' ayat 66:

رَبُّكُمُ الَّذِي يُرْجِي لَكُمْ الْفُلْكَ فِي الْبَحْرِ لِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ إِنَّهُ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا

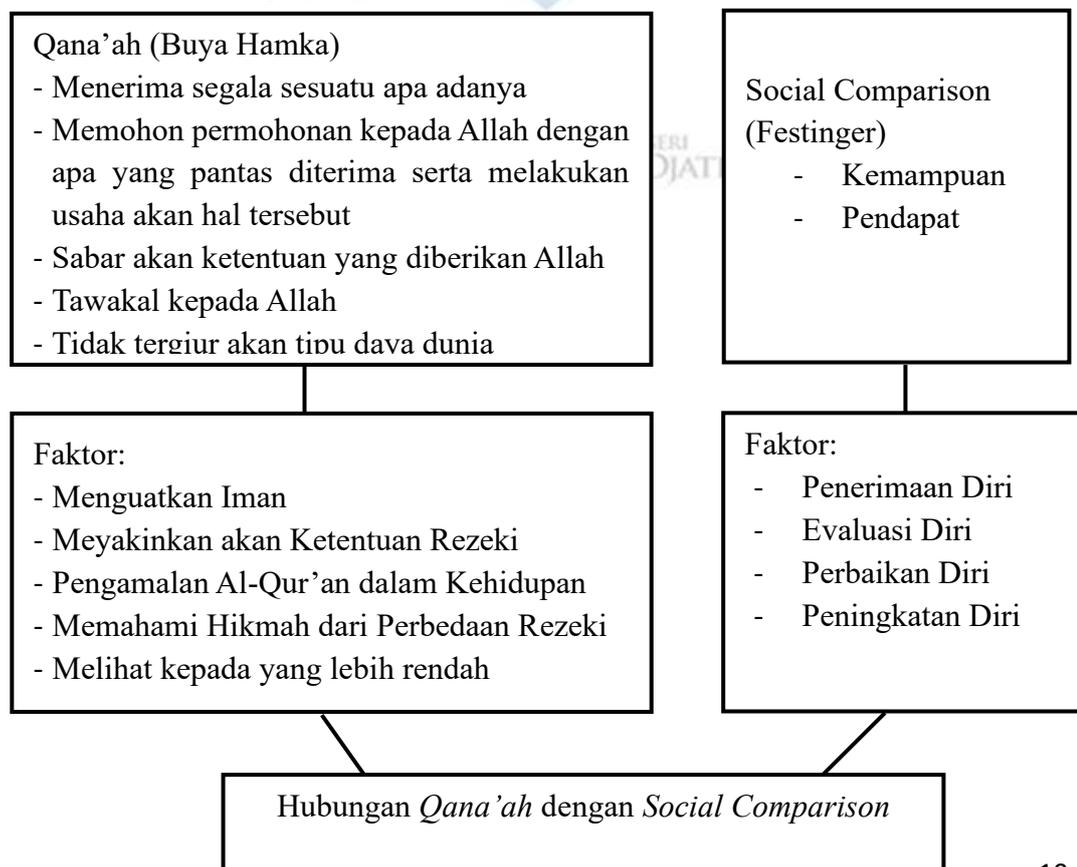
Artinya: *Tuhanmulah yang melayarkan kapal-kapal di lautan untukmu, agar kamu mencari karunia-Nya. Sungguh, Dia Maha Penyayang terhadapmu.*

Ayat tersebut menjelaskan bahwasannya manusia diperintahkan untuk tidak bermalas-malasan dan tidak berpangku tangan. Manusia diperintahkan untuk

mencari karunia Allah SWT dengan kata lain yaitu mencari rezeki yang telah dianugerahkan atau dicurahkan oleh Allah SWT (Abdusshomad 2020:26). Penjelasan tersebut menggambarkan konsep dari *qana'ah* itu sendiri, yaitu menerimanya hati terhadap apa yang dimiliki dengan bersifat aktif dan tidak pasif, dalam artian *qana'ah* harus senantiasa diiringi oleh ikhtiar, tidak hanya pasrah dan hanya berdiam diri menerima keadaan.

Menurut Hamka, *qana'ah* memiliki beberapa aspek yang perlu diperhatikan, yaitu menerima segala sesuatu dengan apa adanya, memohon permohonan kepada Allah dengan apa yang pantas diterima serta melakukan usaha akan hal tersebut, sabar akan ketentuan yang diberikan Allah, tawakal kepada Allah, dan tidak tergiur akan tipu daya dunia (Hamka 2015:267).

Penyikapan setiap individu dalam membandingkan diri sendiri dengan orang lain sebagian besar menjadi negatif seperti kurangnya penerimaan diri dan merasa tidak cukup atas apa yang dimiliki dan diberikan oleh Allah SWT. Akan tetapi dengan adanya sikap *qana'ah*, individu tidak akan terlalu larut dalam membandingkan diri karena sikap *qana'ah* akan membuat individu merasa cukup dan menerima atas apa yang dimiliki.



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

F. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban atau dugaan sementara terhadap permasalahan penelitian (Sugiyono 2019:99). Adapun hipotesis pada penelitian ini yaitu:

1. H_0 : Tidak terdapat hubungan antara *qana'ah* dengan *social comparison* pada mahasiswa pengguna TikTok Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.
2. H_a : Terdapat hubungan antara *qana'ah* dengan *social comparison* pada mahasiswa pengguna TikTok Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.

Adapun hipotesis yang diajukan peneliti pada penelitian ini yaitu “terdapat hubungan antara *qana'ah* dengan *social comparison* pada mahasiswa pengguna TikTok Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon”.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

- 1) Artikel Jurnal Intan Verutika Priscilla Baun dan Maria Nugraheni Mardi Rahayu, 2023 dengan judul “*Hubungan Social Comparison Dengan Self Esteem Pada Emerging Adult Di Kota Kupang Yang Mengakses Media Sosial*”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian ini menggunakan teknik *insidental sampling*. Partisipan pada penelitian ini adalah 208 dewasa awak berusia 18-25 tahun pengguna media sosial di Kota Kupang. Alat ukur yang digunakan yaitu *Iowa- Netherlands Comparison Orientation Scale (INCOM)* dan *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)* yang diterjemahkan oleh Maroqi (2018). Hasil uji korelasi pearson product moment diperoleh nilai $r = -0.332$ dan $P = 0.000$ ($p < 0.05$) yang menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara *social comparison* dengan *self esteem*, dalam hal ini maka berarti semakin tinggi *social comparison* maka akan semakin rendah *self esteem* yang dimiliki (Baun dan Rahayu 2023:378).

- 2) Artikel Jurnal Rahayu Intan Dinata dan Mario Pratama, 2022 dengan judul “*Hubungan Antara Social Comparison Dengan Body Image Dewasa Awal Pengguna Media Sosial TikTok*”. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan analisis bivariate untuk mengetahui hubungan antar variable. Pada uji hipotesis mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan positif antara perbandingan sosial dan citra tubuh ($r_{xy}=0.167$, $p<0.05$). Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan signifikan positif antara *social comparison* dengan *body image* (Intan Dinata dan Pratama 2022:217).

