

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang dalam kehidupannya memerlukan interaksi sosial dengan orang lain (Swari & Tobing, 2024). Di era sekarang, media sosial atau *platform* digital memudahkan individu untuk melakukan interaksi sosial dan bertukar informasi dalam berbagai bentuk, seperti gambar, video, teks maupun suara (Widirahayu & Husna, 2024). Penggunaan media sosial juga dapat dikatakan sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan individu.

Dari banyaknya jenis media sosial yang ada, diketahui tiga peringkat tertinggi yang digemari oleh masyarakat di Indonesia, yakni Youtube, Whatsapp, dan Instagram. Instagram menempati posisi ketiga sebagai *platform* media sosial dengan jumlah pengguna terbanyak (Panjaitan & Rahmasari, 2021). Beberapa faktor yang menjadikan instagram populer di Indonesia antara lain karena pengguna dapat mengamati kehidupan orang lain, mencari hiburan, mengisi waktu luang, mengekspresikan diri, mendokumentasikan kehidupan, berbagi informasi serta melakukan interaksi sosial (Panjaitan & Rahmasari, 2021).

Banyaknya informasi yang didapatkan dari Instagram terkait kehidupan penggunanya membuat berbagai macam perspektif yang baik maupun yang kurang baik. Perspektif yang kurang baik yang ditimbulkan yakni individu kerap membandingkan pendapat, pemikirannya, kemampuan dirinya, serta penampilannya dengan orang lain sehingga berpotensi mempengaruhi bagaimana individu menilai kehidupannya dan membentuk persepsi terhadap kepuasan hidupnya (Swari & Tobing, 2024).

Fenomena terkait kepuasan hidup ini ditemukan pada mahasantri di Pondok Pesantren Al-Faqih Dua Bandung. Mahasantri berada pada fase perkembangan yang ditandai dengan proses eksplorasi diri, pencarian identitas, serta penyesuaian terhadap berbagai tuntutan akademik dan sosial. Di sisi lain, mahasantri menjalani dua lingkungan secara bersamaan, yaitu sebagai mahasiswa yang menghadapi tuntutan perkuliahan dan sebagai santri yang menjalani kehidupan serta aturan di lingkungan pesantren. Kondisi tersebut membuat mahasantri berhadapan dengan berbagai standar dan tuntutan dalam menilai dirinya maupun kehidupannya. Dalam konteks ini, keberadaan Instagram dapat memperluas sumber pembandingan karena mahasantri dapat melihat pencapaian akademik, aktivitas organisasi, kehidupan sosial, hingga kehidupan pribadi pengguna lain.

Berdasarkan pengamatan peneliti, kondisi tersebut tampak dalam curahan hati beberapa mahasantri yang merasa kurang puas terhadap kehidupannya setelah melihat

kehidupan orang lain, baik melalui interaksi tatap muka maupun Instagram. Mahasantri mengungkapkan bahwa ketika melihat pencapaian akademik, aktivitas organisasi, maupun kehidupan pribadi pengguna Instagram lainnya, mereka cenderung menilai kehidupan sendiri sebagai kurang memuaskan. Maraknya personal branding di media sosial juga membuat mahasiswa semakin mudah menemukan gambaran kehidupan yang tampak ideal dan menjadikannya sebagai standar dalam menilai kehidupannya sendiri (Rahmad & Kirana, 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa karakteristik perkembangan mahasiswa yang sedang berada dalam proses pencarian dan evaluasi diri, ditambah dengan paparan terhadap kehidupan orang lain di Instagram, dapat menjadi konteks yang relevan untuk memahami munculnya ketidakpuasan terhadap kehidupan.

Rendahnya *life satisfaction* seseorang dapat menjadikannya lebih rentan mengalami stres, rasa tidak bahagia, dan gangguan kesehatan mental yang berkepanjangan. Ketidakpuasan yang terjadi pada aspek tertentu, misalnya dalam kesehatan atau pekerjaan, dapat memperburuk kesejahteraan psikologis dan menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan. Pada akhirnya, ketidakpuasan ini akan menghambat individu dalam menjalani kehidupan yang bermakna (Malvaso & Kang, 2022).

Ketidakpuasan hidup juga membuat individu memiliki energi yang lebih rendah dalam menjalani fase-fase kehidupan. Hal ini akan membuat individu kurang mampu beradaptasi dengan tantangan yang dihadapi dan mudah merasa kewalahan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa individu yang kurang puas dengan kehidupannya cenderung memiliki risiko kematian yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang memiliki kepuasan hidup yang baik (Hudomiet et al., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yulianti (2024), pada mahasiswa Hukum Universitas Lampung pada tahun 2023, diperoleh gambaran bahwa sekitar 66,7% mahasiswa mengaku belum merasakan kepuasan hidup karena merasa belum mampu mencapai hal-hal yang mereka inginkan. Sementara itu, sebanyak 33,3% mahasiswa menyatakan bahwa mereka sudah merasa cukup puas dengan keadaan yang dimilikinya saat ini. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini berada pada kondisi kepuasan hidup yang relatif rendah.

Responden pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmad & Kirana (2023) juga menunjukkan bahwa mereka kurang puas dengan kehidupan yang sedang dijalani. Kondisi ini muncul karena para responden merasa belum mampu mencapai tujuan atau target hidup yang mereka harapkan, sehingga muncul perasaan belum berhasil memenuhi hal-hal yang dianggap penting dalam hidupnya. Temuan ini mengindikasikan bahwa rendahnya

pencapaian personal yang dirasakan responden berkontribusi terhadap menurunnya tingkat kepuasan hidup mereka.

Studi awal pun peneliti lakukan di Pesantren Al-Faqih Dua Bandung menunjukkan bahwa 93% mahasantri pernah merasa hidupnya kurang baik atau kurang memuaskan setelah melihat pencapaian, fisik, atau kehidupan pengguna instagram lainnya. Hal ini tampak dari beberapa pernyataan mahasantri yang merasa pencapaian diri dan kondisi hidup mereka tidak sebaik yang ditampilkan orang lain sehingga menimbulkan perasaan tidak aman dan mempengaruhi cara mereka menilai kualitas hidupnya.

Mahasantri juga mengaku merasakan dampak negatif yang berkaitan dengan rendahnya kepuasan hidup, seperti stres (7,9%), ketidakpuasan terhadap diri sendiri (21,1%), iri (7,9%), merasa rendah diri (13,1%), rasa *insecure* (39,4%), kecemasan sosial (5,3%) bahkan merasa kehilangan jati diri (5,3%). Dampak-dampak ini menunjukkan bahwa ketika mahasantri tidak merasa cukup dengan diri dan kehidupannya, persepsi terhadap *life satisfaction* turut menurun. Seperti yang diungkapkan dua mahasantri

“Tentu saja, karena aku jadi jadi ngerasa kurang puas sama kehidupan, ngerasa kecil, gak percaya diri, bahkan hampir aja kehilangan jati diri.”

“Iya tentu saja. Dampak negatif yang aku rasakan yaitu kurang puas sama kondisi diri sendiri, selain itu overthinking yang tak bisa terkendali.”

Faktor internal yang berkontribusi pada turunnya kepuasan hidup mahasantri tampak dari kecenderungan membandingkan diri (37,5%). Ketika mahasantri sering membandingkan diri dengan orang lain dan menilai hidupnya tidak seideal kehidupan yang dilihat di Instagram, hal tersebut membuat mereka merasa kurang puas terhadap diri sendiri dan terhadap kehidupan yang dijalani. Dua pernyataan mahasantri berikut menggambarkan bagaimana proses membandingkan diri ini berpengaruh pada penilaian mereka terhadap kualitas hidup

“Ketika seseorang terus-menerus membandingkan dirinya dengan orang lain yang dianggap lebih sukses atau lebih baik, itu bisa membuatnya merasa kurang atau tidak cukup baik.”

“Membandingkan diri membuat saya semakin terpuruk dengan kekurangan yang saya miliki, kadang juga merasa cape melihat postingan orang lain yang membuat saya insecure sehingga saya pernah mengistirahatkan diri dengan deactivate Instagram..”

Selain itu, faktor penyebab lainnya yang juga muncul adalah perasaan *insecure* (27,5%), terlalu fokus pada orang lain (15,0%), keinginan untuk menjadi sempurna 5,0%, motivasi untuk berkembang (5,0%), serta faktor-faktor seperti spiritualitas (2,5%), ekspektasi diri (2,5%), kurangnya kesadaran diri (2,5%), dan tidak bersyukur (2,5%).

Di sisi lain, terdapat pula faktor eksternal yang mempengaruhi turunnya *life satisfaction* mahasiswa. Tekanan sosial berupa standar atau ekspektasi yang dibentuk oleh masyarakat menjadi faktor eksternal yang paling kuat, dirasakan oleh 28,6% mahasiswa. Tekanan ini membuat mahasiswa merasa hidupnya tidak memenuhi standar tertentu sehingga menurunkan kepuasan hidupnya. Selain itu, algoritma instagram yang menampilkan konten kehidupan yang tampak sempurna dan ideal, yang juga disebutkan oleh 28,6% mahasiswa membuat mereka merasa kehidupan sendiri kurang baik dibandingkan apa yang mereka lihat. Hal ini tergambarkan dari pernyataan dua mahasiswa,

“Mungkin tekanan sosial, misal mereka memiliki standar tertentu lalu ketika kita tidak dapat mencapai itu membuat kita menjadi membandingkan diri kita dengan orang lain.”

“Algoritma media sosial, karena dari algoritma tersebut menampilkan konten yang disukai atau populer, termasuk foto atau video yang menunjukkan sisi terbaik kehidupan orang lain.”

Faktor-faktor lain seperti luka pengasuhan (3,5%), kebutuhan akan validasi dari orang lain (10,7%), lingkungan sekitar (14,3%) dan tingginya durasi penggunaan media sosial (14,3%) juga berkontribusi pada menurunnya kepuasan hidup mahasiswa.

Walaupun mahasiswa kerap merasa hidupnya kurang memuaskan ketika melihat kehidupan orang lain di Instagram, terdapat sejumlah faktor yang dapat membantu meningkatkan *life satisfaction*. Dari sisi internal, kesadaran diri menjadi faktor yang paling dominan, disebutkan oleh 29,7% mahasiswa. Kesadaran ini mencakup pemahaman bahwa setiap individu memiliki jalan hidup yang berbeda, serta pengakuan bahwa diri sendiri sudah cukup dan berharga. Salah satu mahasiswa mengungkapkan

“Kesadaran diri dan rasa syukur, dengan menyadari bahwa apa yang ada di sosial media bukan cerminan utuh dari kehidupan yang sebenarnya, serta dengan rasa syukur dapat membuat seseorang untuk fokus pada diri sendiri dan menghargai setiap hal kecil yang ada pada diri sendiri.”

Mahasiswa lain menambahkan

“Dengan menerima kekurangan diri, menerima semua yg ada pada kita, mencintai diri kita, menerima yang sudah ada dan terus meningkatkan kualitas diri”

Selain itu, faktor-faktor lain seperti rasa syukur (24,3%), *self-love* (18,9%), kepercayaan diri (10,9%), penerimaan diri (8,1%), regulasi emosi (5,4%), hingga penguatan nilai-nilai keagamaan (2,7%) juga berperan dalam meningkatkan *life satisfaction*.

Selain faktor dari dalam diri, terdapat pula faktor eksternal yang dapat membantu meningkatkan kepuasan hidup. Lingkungan sosial yang sehat menjadi faktor eksternal yang paling banyak disebut oleh mahasiswa, yaitu sebanyak 31,3%. Dua mahasiswa menyatakan,

“Milih pergaulan, yang bisa membuat kita jadi diri sendiri. Support dari teman dan juga orang tua tentunya.”

“Faktor eksternalnya yg membantu, kaya membatasi waktu buat main ig, mengikuti akun² yg bisa memberikan dampak positif, contohnya kaya motivasi" hidup gitu, dan dukungan dari teman² jg sangat membantu sih”

Selain lingkungan, dukungan sosial juga menjadi faktor penting lainnya yang disebut oleh 28,1% mahasantri. Memfilter konten yang dikonsumsi di (21,9%) dan mengurangi *screen time* (18,7%) juga menjadi upaya penting dalam meningkatkan kepuasan hidup dengan mengurangi paparan terhadap standar hidup ideal yang tidak realistis.

Hasil studi awal di atas menunjukkan adanya kecenderungan mahasantri merasa kurang puas terhadap kehidupannya atau disebut dengan *life satisfaction*. Temuan studi awal tersebut menunjukkan bahwa *life satisfaction* menjadi aspek yang penting untuk diperhatikan pada mahasantri pengguna Instagram. *Life satisfaction* merupakan evaluasi kognitif individu mengenai seberapa baik dan memuaskan kehidupannya secara keseluruhan, yang mencakup berbagai aspek kehidupan seperti hubungan sosial, kesehatan, pekerjaan, pendapatan, spiritualitas, dan aktivitas rekreasi. Tingkat *life satisfaction* dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain interaksi sosial, kondisi pekerjaan, kekayaan, kesehatan, pendidikan, sumber daya finansial, dukungan sosial, serta keterlibatan dalam aktivitas rekreasi (Muchtar & Sihombing, 2024; Malvaso & Kang, 2022; Hudomiet et al., 2021). Dengan demikian, *life satisfaction* tidak hanya berkaitan dengan terpenuhinya kebutuhan tertentu, tetapi juga dengan bagaimana individu secara keseluruhan mengevaluasi kehidupannya.

Pada konteks mahasantri, penilaian terhadap kehidupan tersebut menjadi penting karena mereka berada pada fase eksplorasi dan pencarian jati diri (Susanti et al., 2025). Berbagai tuntutan akademik, sosial, dan kehidupan pesantren dapat menjadi bagian dari evaluasi individu terhadap kehidupannya. Hasil studi awal menunjukkan bahwa ketika mahasantri melihat pencapaian, penampilan, maupun kehidupan pengguna Instagram lainnya, sebagian dari mereka menilai kondisi kehidupannya sendiri secara lebih negatif. Hal ini menunjukkan bahwa selain faktor-faktor seperti dukungan sosial, kondisi finansial, dan kesehatan, proses evaluasi diri melalui perbandingan dengan orang lain juga perlu diperhatikan dalam memahami *life satisfaction* mahasantri.

Salah satu faktor psikologis yang terlihat dalam studi awal dan berkaitan dengan penilaian negatif terhadap kehidupan adalah *inferiority feeling*. Berdasarkan hasil studi awal, mahasantri mengungkapkan merasa rendah diri setelah melihat kehidupan pengguna Instagram lainnya. Perasaan tersebut muncul bersama dengan ketidakpuasan terhadap diri

sendiri, rasa insecure, stres, dan kecemasan sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengalaman membandingkan diri dengan orang lain tidak hanya berkaitan dengan bagaimana individu menilai kehidupannya, tetapi juga dapat berkaitan dengan munculnya perasaan bahwa dirinya kurang baik atau kurang berharga dibandingkan orang lain.

Life satisfaction memiliki hubungan yang signifikan dengan perasaan inferior atau *Inferiority feeling* (Diener et al., 2003). Ketika individu sering merasa tidak cukup baik atau kurang berharga, penilaian positif terhadap hidup menjadi sulit terbentuk sehingga tingkat kepuasan hidup cenderung menurun. *Inferiority feeling* ini umumnya muncul dalam bentuk harga diri yang rapuh atau malu, dimana kedua emosi tersebut telah terbukti berdampak buruk terhadap kesejahteraan subjektif (Tracy et al., 2007).

Studi sebelumnya yang dilakukan oleh Zeigler-Hill (2011) juga menunjukkan bahwa perasaan inferior berhubungan dengan rendahnya *life satisfaction*. Hal ini ditandai dengan harga diri yang tidak stabil dan kebutuhan akan validasi eksternal. Dengan demikian, temuan studi awal mengenai munculnya rasa rendah diri pada mahasiswa setelah melihat kehidupan orang lain memberikan dasar empiris untuk mempertimbangkan *inferiority feeling* sebagai salah satu faktor yang berkaitan dengan *life satisfaction*.

Penelitian sebelumnya yang secara eksplisit mengaitkan antara *life satisfaction* dengan *Inferiority feeling* juga masih sangat terbatas. Kebanyakan studi hanya membahas salah satu variabel atau mengaitkan *Inferiority feeling* dengan dengan faktor lain seperti *body image* dan *self compassion* (Athiyah, 2025), konsep diri dan dukungan sosial (Noviekayati et al., 2021), perfeksionisme (Bahtiyar & Yondem, 2023), manajemen diri (Kartika & Nurihsan, 2016), agresivitas (Putri, 2018), dan lain-lain.

Selain *inferiority feeling*, hasil studi awal juga menunjukkan bahwa *social comparison* menjadi salah satu faktor internal yang muncul ketika mahasiswa menjelaskan kondisi yang membuat kepuasan hidupnya menurun. Mahasiswa menyebutkan kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain sebagai salah satu faktor yang berkaitan dengan rendahnya *life satisfaction*. Beberapa mahasiswa mengungkapkan bahwa melihat orang lain yang dianggap lebih sukses atau lebih baik membuat mereka merasa kurang dan tidak cukup baik. Salah satu mahasiswa menyatakan bahwa terus-menerus membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap lebih sukses atau lebih baik dapat membuat dirinya merasa kurang baik, sementara mahasiswa lainnya mengungkapkan bahwa melihat unggahan orang lain membuat dirinya semakin merasa insecure hingga memilih untuk menonaktifkan Instagram. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *social comparison* menjadi pengalaman yang relevan dalam proses penilaian kehidupan mahasiswa.

Secara teoritis, *social comparison* merupakan proses ketika individu mengevaluasi dirinya dengan membandingkan kemampuan, pendapat, atau kondisi dirinya dengan orang lain. Dalam konteks media sosial, proses tersebut menjadi semakin mudah dilakukan karena individu dapat memperoleh informasi mengenai kehidupan orang lain secara terus-menerus. Perbandingan dapat dilakukan dengan individu yang dipersepsikan memiliki kondisi lebih baik (*upward comparison*) maupun individu yang dipersepsikan memiliki kondisi lebih rendah (*downward comparison*). Kedua arah perbandingan tersebut dapat memberikan konsekuensi psikologis yang berbeda terhadap individu. *Upward comparison* dapat mendorong individu untuk berkembang, tetapi juga dapat menimbulkan perasaan inferior dan ketidakpuasan apabila individu memandang dirinya berada di bawah standar orang lain. Sementara itu, *downward comparison* dapat membantu individu mempertahankan evaluasi diri yang lebih positif karena melihat dirinya berada dalam kondisi yang relatif lebih baik.

Hubungan antara *social comparison* dan *life satisfaction* juga telah ditemukan dalam beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian Rahmad & Kirana (2023) kepada 140 responden di Tangerang juga menunjukkan bahwa *Social comparison* memiliki keterkaitan dengan *life satisfaction* seseorang. Individu dengan tingkat *Social comparison* tinggi memiliki tingkat *life satisfaction* yang rendah (Rahmad & Kirana, 2023). Temuan ini didukung dengan hasil penelitian dari Olivos et al. (2020) yang menunjukkan bahwa *life satisfaction* seseorang dipengaruhi oleh *Social comparison*. Studi lain menunjukkan bahwa *Social comparison* memiliki peran mediasi dalam meningkatkan dampak negatif penggunaan media sosial terhadap *life satisfaction* seseorang (Abdellatif, 2022).

Meskipun banyak studi yang sudah menunjukkan adanya keterkaitan antara *Social comparison* dengan *life satisfaction*, terdapat pula temuan yang menunjukkan hasil yang berlawanan. Misalnya, penelitian Dewi & Ningsih (2023) menemukan bahwa *life satisfaction* pengguna media sosial instagram tidak memiliki keterkaitan dengan *Social comparison*. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amelia (2019) bahwa rendahnya *life satisfaction* seseorang tidak selalu disebabkan oleh *Social comparison*. Dalam penelitian Sim & Prihadi (2020) mengungkapkan bahwa *Social comparison* saja tidak cukup kuat untuk memprediksi *life satisfaction* dan agar *Social comparison* dapat mempengaruhi *life satisfaction*, maka *Social comparison* ini harus terlebih dahulu mempengaruhi *self esteem* individu.

Selain ketidakkonsistenan temuan tersebut, sejumlah penelitian sebelumnya memiliki keterbatasan ukuran sampel yang digunakan. Misalnya Chhetri & Bhargava (2024) hanya melibatkan 120 orang dewasa muda di India. Jumlah partisipan tersebut belum cukup untuk

mewakili keragaman lingkungan sosial negara tersebut. Keterbatasan sampel yang serupa juga ditemukan dalam penelitian Putri (2018) yang hanya melibatkan 150 wanita yang bekerja dari wilayah Gresik, Sidoarjo dan Surabaya. Peneliti tersebut sendiri merekomendasikan agar penelitian selanjutnya menggunakan jumlah sampel yang lebih besar agar hasil penelitian dapat lebih mencerminkan gambaran *life satisfaction* secara menyeluruh dalam suatu populasi.

Di samping itu, partisipan dalam beberapa penelitian sebelumnya berasal dari kelompok generasi yang berbeda seperti dalam penelitian Sim & Prihadi (2020). Keberagaman generasi dalam sampel penelitian ini memunculkan variasi dalam persepsi terhadap *Social comparison* dan *life satisfaction*, sehingga hasil penelitian menjadi kurang representatif untuk kelompok generasi tertentu (Sim & Prihadi, 2020).

Kondisi yang telah dipaparkan sebelumnya memperkuat urgensi diperlukannya penelitian mengenai *life satisfaction* pada mahasiswa. Penelitian ini penting untuk dilakukan sebagai langkah untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap naik-turunnya *life satisfaction*, khususnya dalam konteks mahasiswa yang berada di masa eksplorasi dan pencarian jati diri (Susanti et al., 2025). Sayangnya, penelitian-penelitian sebelumnya yang secara spesifik mengkaji bagaimana *Social comparison* dan *Inferiority feeling* berperan dalam mempengaruhi *life satisfaction* pada kelompok ini masih sangat terbatas. Padahal, pemahaman mendalam mengenai hubungan ketiga variabel tersebut penting agar dapat memperkaya literatur ilmiah sekaligus memberikan gambaran empiris tentang dinamika *Social comparison*, *Inferiority feeling* dan *life satisfaction* sebagai upaya pencegahan dampak negatif dari fenomena tersebut.

Penelitian ini menawarkan beberapa kebaruan penting. Pertama, subjek penelitian ini berfokus pada mahasiswa, yaitu mahasiswa yang bukan hanya menimba ilmu di bangku perkuliahan tetapi juga menimba ilmu di pondok pesantren (Alfinnas, 2018). Subjek ini belum banyak diteliti studi terdahulu dimana sebagian besar hanya terfokus pada populasi umum. Kebaruan penelitian yang kedua, adalah penelitian ini akan menggunakan ukuran sampel yang lebih besar dibandingkan dengan studi-studi sebelumnya, sehingga diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih representatif.

Kebaruan penelitian yang ketiga yaitu mengkaji *Social comparison* dan *Inferiority feeling*, sesuatu yang masih belum banyak dilakukan karena sebagian besar penelitian sebelumnya hanya menyoroti hubungan antara *life satisfaction* dan salah satu dari kedua variabel tersebut secara terpisah, atau hanya mengaitkan *Inferiority feeling* dengan variabel lain yang tidak melibatkan *life satisfaction* secara langsung. Keempat, penelitian ini juga

hadir untuk mengisi kekosongan literatur terkait ketidakkonsistenan temuan dalam kaitan antara *life satisfaction* dan *Social comparison*, dengan menjadikan *Inferiority feeling* sebagai faktor yang juga diperhitungkan.

Disamping kebaharuan yang ditawarkan, alasan dilakukannya penelitian ini juga berakar pada kondisi nyata yang peneliti temukan dalam konteks kehidupan mahasantri sehari-hari. Penelitian ini dilakukan karena adanya fenomena yang diamati secara langsung di lingkungan Pesantren Al-Faqih Dua Bandung, dimana sebagian besar mahasantri menunjukkan tanda-tanda ketidakpuasan terhadap kehidupannya setelah melihat kehidupan orang lain di instagram. Fenomena ini tampak dalam bentuk percakapan informal atau curahan hati antar mahasantri. Bukan hanya itu, fenomena ini juga diperkuat oleh hasil studi awal yang menunjukkan bahwa mahasantri merasa kepuasan hidupnya menurun ketika membandingkan pencapaian, penampilan fisik, gaya hidup hingga kondisi sosial ekonomi dengan pengguna instagram lainnya. Oleh karena itu, peneliti terdorong untuk meneliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat *life satisfaction* mahasantri, khususnya peran *Social comparison* dan *Inferiority feeling*, dengan harapan dapat memberikan kontribusi ilmiah sekaligus masukan praktis dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasantri di era digital. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Social comparison* dan *Inferiority feeling* terhadap *Life satisfaction* Mahasantri Pengguna Instagram di Pondok Pesantren Al Faqih Dua Bandung.”

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka didapat rumusan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh *Social comparison* terhadap *life satisfaction* mahasantri pengguna instagram di Pondok Pesantren Al Faqih Dua Bandung?
2. Apakah terdapat pengaruh *Inferiority feeling* terhadap *life satisfaction* mahasantri pengguna instagram di Pondok Pesantren Al Faqih Dua Bandung?
3. Apakah terdapat pengaruh *Social comparison* dan *Inferiority feeling* terhadap *life satisfaction* mahasantri pengguna instagram di Pondok Pesantren Al Faqih Dua Bandung?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diketahui, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh *Social comparison* terhadap *life satisfaction* mahasantri pengguna instagram di Pondok Pesantren Al Faqih Dua Bandung.
2. Untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh *Inferiority feeling* terhadap *life satisfaction* mahasantri pengguna instagram di Pondok Pesantren Al Faqih Dua Bandung.
3. Untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh *Social comparison* dan *Inferiority feeling* terhadap *life satisfaction* mahasantri pengguna instagram di Pondok Pesantren Al Faqih Dua Bandung.

Kegunaan Penelitian

Dalam penelitian ini di harapkan akan memberikan manfaat baik secara praktis maupun akademis, sebagai berikut:

Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah dalam bidang psikologi sosial, khususnya mengenai dinamika *social comparison*, *inferiority feeling*, dan *life satisfaction* pada kalangan mahasantri. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya yang membahas faktor-faktor lain yang memengaruhi tingkat *life satisfaction* mahasantri.

Kegunaan Praktis

Peneliti berharap dengan dilaksanakannya penelitian ini dapat memberikan manfaat praktis diantaranya:

- a. Bagi lembaga pesantren dan institusi pendidikan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang program pembinaan dan pendampingan psikologis bagi mahasantri agar lebih adaptif dalam menggunakan media sosial serta mampu mengelola *Social comparison* dan *Inferiority feeling* yang berpotensi menurunkan kepuasan hidupnya.
- b. Bagi konselor atau pendamping psikologis. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam memahami bagaimana *Social comparison* dan *Inferiority feeling* berperan dalam mempengaruhi *life satisfaction*, sehingga dapat digunakan dalam penyusunan intervensi seperti konseling, psikoedukasi, dan lain-lain.
- c. Bagi mahasantri dan masyarakat umum. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengelolaan diri dalam menggunakan media sosial, serta membantu mereka untuk lebih fokus pada potensi dan pencapaian diri sendiri agar dapat meningkatkan kepuasan hidup tanpa harus terjebak dalam perbandingan sosial yang negatif.

- d. Bagi peneliti selanjutnya. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan bahan kajian dalam pengembangan penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *life satisfaction* mahasiswa.

