

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penggunaan Instagram di era digital tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi dan berbagi informasi, tetapi juga menjadi ruang yang memperkuat proses perbandingan sosial di kalangan remaja (Burke, 2018). *Social comparison* adalah kecenderungan individu untuk melakukan evaluasi terhadap dirinya melalui proses membandingkan kemampuan, karakteristik, penampilan, gaya hidup, atau pencapaiannya dengan orang lain sebagai dasar dalam membentuk penilaian diri. (Pfiffelmann, 2023). *Social comparisson* ini dapat mengganggu penerimaan diri, terlebih karena remaja sering dihadapkan pada tekanan sosial dan standar ideal yang tidak realistis (Neff, 2023). Akibatnya, banyak remaja mengalami kesulitan dalam menerima dirinya secara positif (Vandenbosch, L., Fardouly, J., 2022).

Social comparison yang dilakukan remaja dapat menyebabkan ketidakpuasan terhadap diri sendiri serta rendahnya penerimaan diri. Perilaku perbandingan sosial pada remaja di Indonesia tergolong cukup banyak dipengaruhi oleh penggunaan media sosial (Vandenbosch, L., Fardouly, J., 2022). Penelitian penerimaan diri pengguna instagram di Indonesia ditemukan bahwa 36.6% remaja memiliki tingkat penerimaan diri kategori sedang dan 45.4% remaja memiliki tingkat penerimaan diri kategori rendah (Refnadi et al., 2021). Penelitian lain tentang penerimaan juga menunjukkan bahwa 97,4% remaja memiliki tingkat penerimaan diri kategori sedang (Permadi, 2023). Penelitian terkait *social comparisson* pengguna instagram menunjukkan bahwa remaja pengguna media sosial Instagram cenderung melakukan *social comparison* (Sudjarwo et al., 2024). Penelitian lain tentang *social*

comparison pada pengguna instagram menunjukkan hasil bahwa remaja cenderung melakukan social comparison baik dalam kehidupan nyata maupun media sosial (Nafis & Kasturi, 2023). Sejalan dengan itu, terdapat penelitian menunjukkan yang bahwa *social comparison* mempengaruhi penerimaan diri, remaja pengguna Instagram cenderung melakukan *social comparison* sehingga memiliki tingkat penerimaan diri yang lebih rendah yaitu 50,7% (Amelia, 2022). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *social comparison* berhubungan negatif dengan *subjective well-being*, yang mencakup aspek penerimaan diri (Situmorang, 2024). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan April 2026 terhadap 15 remaja pengguna Instagram di Desa Banjarejo, ditemukan bahwa 12 responden sering melakukan *social comparison* dan 11 responden memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa masih terdapat remaja yang mengalami penerimaan diri yang belum optimal. Oleh karena itu penelitian ini penting untuk menggambarkan kondisi remaja secara lebih spesifik di lingkungan tersebut.

Fenomena *Social comparison* membuat remaja membandingkan diri nyata dengan standar ideal yang terbentuk dari media sosial. Paparan konten ideal secara terus-menerus menimbulkan kesenjangan antara diri nyata dan diri ideal, sehingga memicu penilaian diri negatif (Taylor & Armes, 2024). Kesenjangan ini menimbulkan konflik emosional seperti rasa tidak puas, kurang percaya diri, dan merasa tidak mampu mencapai standar tersebut. Pada remaja yang sedang dalam tahap pencarian identitas (Santrock, 2021). Kondisi ini mudah membuat remaja mulai memandang dirinya secara negatif yang akibatnya, individu semakin sulit menerima kelebihan dan kekurangannya secara utuh, sehingga penerimaan diri

menurun (Twenge, 2017). Jika berlangsung dalam jangka panjang, kondisi ini dapat berkembang menjadi masalah psikologis seperti kecemasan, rendahnya harga diri, hingga penurunan kesejahteraan psikologis (Carol D. Ryff, 2018).

Strategi yang dapat ditempuh untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu melalui literasi digital, yang membantu remaja memahami bahwa konten di media sosial tidak selalu mencerminkan realitas yang sebenarnya (Hobbs, 2017). Selain itu, penguatan penerimaan diri dapat ditingkatkan dengan sikap kasih sayang terhadap diri sendiri, sehingga remaja lebih mampu menerima dirinya secara utuh dan meningkatkan kesehatan psikologis (Neff, 2023). Oleh karena itu, pemahaman mengenai hubungan penting untuk dilakukan penelitian sebagai dasar menentukan upaya yang tepat dan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan *social comparison* dengan penerimaan diri remaja pengguna instagram masih terbatas. Dengan demikian, pelaksanaan penelitian ini penting untuk memperluas kajian terkait *social comparisson* dengan penerimaan diri pada remaja

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *social comparison* dengan Penerimaan Diri Remaja Pengguna Instagram di Desa Banjarejo Kecamatan Karangbinangun Lamongan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan penerimaan diri remaja pengguna instagram di Desa Banjarejo Kecamatan Karangbinangun Lamongan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat *social comparison* pada remaja di Desa Banjarejo Kecamatan Karangbinangun Lamongan.
2. Mengidentifikasi tingkat penerimaan diri pada remaja di Desa Banjarejo Kecamatan Karangbinangun Lamongan.
3. Menganalisa hubungan antara *social comparison* dengan penerimaan diri remaja pengguna instagram di Desa Banjarejo Kecamatan Karangbinangun Lamongan.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta menjadi kontribusi dalam pengembangan ilmu, khususnya di bidang keperawatan jiwa dan psikologi perkembangan remaja terkait *social comparison* dan penerimaan diri di era digital.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja

Sebagai bahan edukasi bagi remaja agar lebih bijak dalam menggunakan Instagram agar tidak mudah membandingkan diri dengan orang lain.

2. Bagi Orang Tua

Sebagai bahan informasi dan edukasi bagi orang tua mengenai pentingnya memberikan dukungan emosional, membangun komunikasi yang terbuka, serta mendampingi remaja dalam menggunakan media sosial guna membantu meningkatkan penerimaan diri dan mengurangi kecenderungan melakukan *social comparison*.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai dasar dalam memberikan intervensi atau edukasi terkait peningkatan penerimaan diri pada remaja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai acuan dan bahan kajian untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *social comparison* dan penerimaan diri.

