

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Social Comparisson*

2.1.1 Teori *Social Comparisson*

Teori *social comparison* diperkenalkan oleh Leon Festinger, yang menyatakan bahwa manusia memiliki kecenderungan alami untuk menilai pendapat dan kemampuan diri mereka. Apabila standar objektif tidak ada, individu akan membandingkan diri dengan orang lain guna menilai kemampuan, sikap, serta posisi sosial mereka dalam kelompok (Garcia, S & Halldorsson, 2018).

Menurut teori ini, *social comparison* terjadi karena adanya kebutuhan dasar manusia untuk memperoleh evaluasi diri yang akurat. Individu biasanya memilih orang yang dianggap memiliki karakteristik yang relatif mirip untuk dibandingkan, sehingga hasil perbandingan dianggap lebih relevan. Dengan demikian, *social comparison* berfungsi sebagai sarana untuk memahami diri dan menentukan standar perilaku (Pfiffelmann, 2023)

2.1.2 Dimensi *Social Comparisson*

social comparison memiliki dua dimensi utama, yaitu: (Garcia, S & Halldorsson, 2018)

1. Pendapat (*opinion*)

Dimensi ini menunjukkan kecenderungan individu untuk membandingkan pendapat, keyakinan, nilai, atau cara berpikirnya dengan orang lain. Perbandingan ini bertujuan untuk memperoleh kepastian mengenai ketepatan pendapat atau pandangan yang dimiliki. Dalam penggunaan media sosial, individu dapat membandingkan opini yang dimilikinya dengan opini orang lain

melalui komentar, diskusi, maupun berbagai informasi yang beredar di platform media sosial.

2. Kemampuan (*ability*)

Dimensi ini menggambarkan kecenderungan individu untuk membandingkan kemampuan, prestasi, keterampilan, atau pencapaiannya dengan orang lain. Melalui perbandingan tersebut, individu berusaha mengetahui sejauh mana kemampuan yang dimilikinya dibandingkan dengan kemampuan orang lain. Pada era media sosial, perbandingan kemampuan sering muncul ketika individu melihat keberhasilan akademik, prestasi, penampilan, maupun gaya hidup orang lain yang ditampilkan melalui unggahan di media sosial.

2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Social Comparison*

Faktor yang mempengaruhi *social comparison* pada individu, yaitu: (Garcia, S & Halldorsson, 2018)

1. Evaluasi Diri (*self-evaluation*)

Evaluasi diri adalah kumpulan informasi tentang pengalaman hidup seseorang yang berkaitan dengan posisi sosial, karakteristik, keterampilan dan ekspektasi dalam lingkungan sosialnya. Festinger menjelaskan bahwa setiap orang cenderung membandingkan diri sendiri dengan orang lain sebagai bagian dari proses evaluasi diri

2. Perbaikan Diri (*self-enhancement*)

Peningkatan diri adalah motivasi seseorang untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya. Perbandingan sosial dapat memiliki pengaruh positif dengan menggunakan orang lain sebagai contoh atau Pelajaran untuk meningkatkan kemampuan sendiri

2.1.4 Dampak *Social Comparison*

1. Dampak Positif *Social Comparison*

Social comparison dapat memberikan dampak positif apabila individu menggunakan hasil perbandingan sebagai sumber informasi untuk pengembangan diri. Individu dapat memperoleh gambaran mengenai kemampuan yang perlu ditingkatkan, menetapkan tujuan yang lebih realistis, serta termotivasi untuk mencapai prestasi yang lebih baik (Qi et al, 2024)

2. Dampak Negatif *Social Comparison*

Individu yang terlalu sering melakukan social comparison berisiko mengalami ketidakpuasan terhadap diri, perasaan inferior, iri hati, serta penurunan harga diri. Ketika individu memandang adanya kesenjangan yang besar antara dirinya dengan target perbandingan, muncul evaluasi diri yang negatif sehingga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. (Philippe Verduyn et al, 2022)

3. Dampak *Social Comparison* terhadap penerimaan diri

Social comparison merupakan proses evaluasi diri yang dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif terhadap *self-acceptance*. Perbandingan dengan orang lain dapat mendorong individu untuk meningkatkan kualitas diri dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Di sisi lain, apabila individu menafsirkan hasil perbandingan secara negatif, hal tersebut dapat menimbulkan ketidakpuasan terhadap diri sendiri sehingga menghambat penerimaan diri. Oleh karena itu, pengaruh *social comparison* terhadap penerimaan diri tidak hanya ditentukan oleh proses perbandingan itu sendiri, tetapi juga oleh cara individu menginterpretasikan dan merespons hasil perbandingan tersebut.

2.2 Penerimaan Diri

2.2.1 Pengertian Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah cara seseorang menerima diri sendiri secara utuh, baik kelebihan maupun kekurangannya. Orang dengan penerimaan diri tinggi biasanya menilai diri sendiri secara positif dan lebih mampu menghadapi pengalaman hidup secara baik. Penerimaan diri juga menjadi bagian dari kesejahteraan psikologis yang menggambarkan tingkat penerimaan diri secara realistis. Orang yang memiliki penerimaan diri yang baik akan merasa bahagia dengan kehidupannya dan memiliki sikap yang baik terhadap dirinya sendiri (Carol D. Ryff, 2018)

2.2.2 Aspek Aspek Penerimaan Diri

Penerimaan diri terdiri dari beberapa aspek yaitu

1. Sikap positif terhadap diri sendiri

Bagian ini menggambarkan kemampuan seseorang untuk melihat dirinya dengan cara yang baik. Orang yang memiliki pandangan baik mengenai dirinya mampu menghargai diri sendiri, merasa puas dengan keberadaannya dan tidak selalu menganggap dirinya buruk meskipun memiliki kelemahan.

2. Penerimaan terhadap berbagai aspek kepribadian

Aspek ini mencerminkan kemampuan individu untuk menerima beragam karakteristik dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan. Orang dengan penerimaan diri yang baik tidak menolak bagian dari dirinya, melainkan bisa memahami dan menerima kepribadiannya secara realistis.

3. Kemampuan menerima pengalaman masa lalu.

Aspek ini berhubungan dengan kemampuan individu untuk menerima pengalaman hidup yang pernah dialaminya, pengalaman yang baik maupun tidak baik. Individu yang memiliki penerimaan diri tinggi tidak terus-menerus menyesali masa lalu, tetapi mampu melihat pengalaman tersebut sebagai bagian dari proses perkembangan dirinya.

Ketiga aspek itu mendukung individu dalam membentuk pandangan diri yang realistis dan sehat. Orang dengan penerimaan diri tinggi biasanya lebih tangguh menghadapi tekanan sosial serta memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik daripada mereka yang penerimaan dirinya rendah (Carol D. Ryff, 2018)

2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri

Penerimaan diri diakibatkan oleh berbagai penyebab seperti (Carol D. Ryff, 2018):

1. Pengalaman hidup

Pengalaman hidup yang dialami individu dapat mempengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri. Pengalaman positif dapat membantu individu membangun pandangan diri yang lebih baik, sedangkan pengalaman negatif dapat mempengaruhi tingkat penerimaan diri apabila individu tidak mampu mengelolanya dengan baik.

2. Dukungan sosial

Dukungan dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman sebaya, dan orang terdekat, dapat membuat individu merasa dihargai dan diterima. Dukungan sosial yang memadai mampu meningkatkan rasa percaya diri serta memudahkan individu untuk menerima diri sendiri.

3. Persepsi individu terhadap dirinya

Cara individu menilai dan memandang dirinya sendiri memainkan peran krusial dalam membentuk penerimaan diri. Orang dengan persepsi diri positif biasanya lebih mudah menerima kelebihan maupun kekurangannya

4. Paparan terhadap standar sosial yang tidak realistis

Paparan terhadap standar sosial yang tidak realistis seperti yang kerap tampil di media sosial juga bisa memengaruhi tingkat penerimaan diri seseorang (Verduyn et al., 2021).

1.2.4 Ciri Ciri Penerimaan Diri Positif

Tanda tanda utama seseorang yang memiliki penerimaan diri: (Carol D. Ryff, 2018)

1. Memandang diri sebagai pribadi yang bernilai dan setara dengan orang lain. Individu dengan penerimaan diri yang baik memiliki kepercayaan diri dan rasa aman dalam diri, serta menyadari bahwa individu memiliki keunikan masing masing.
2. Mampu menerima pujian dan kritik dengan bijak. Orang yang sudah bisa menerima dirinya sendiri tidak mudah malu atau tersinggung saat mendapat kritik, sebaliknya ia melihat diri sendiri dan berpikir bagaimana menyikapi kritik tersebut dengan tepat
3. Bisa menerima kekurangan tanpa menyalahkan diri, dan tetap menghargai kelebihan yang ada. Orang yang menerima diri menyadari batasannya tanpa merasa rendah diri, melainkan berupaya aktif mengembangkan potensinya secara maksimal.

2.2.5 Ciri Ciri Penerimaan Diri Negatif

Menurut (Carol D. Ryff, 2018) dalam bukunya yang berjudul *Positive Psychology* mengatakan ciri individu dengan penerimaan diri rendah meliputi:

1. Merasa tidak puas terhadap dirinya sendiri.
2. Sering merasa menyesal dengan hal-hal yang terjadi di masa lalu.
3. Sulit untuk terbuka kepada orang lain.
4. Cenderung menarik diri dan merasa frustrasi dalam hubungan dengan orang lain, sehingga kurang tertarik untuk menjaga atau melanjutkan hubungan.

2.3 Konsep Remaja

2.3.1 Definisi Remaja

Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, ditandai dengan berbagai perubahan fisik, mental, dan sosial, tahap ini biasanya dimulai sekitar usia 10 tahun hingga usia 18 tahun. Pada periode tersebut, individu mengalami pembentukan identitas diri yang sangat krusial, di mana remaja mulai mencari jati diri dan memahami posisi mereka dalam lingkungan sosial (Kemkes, 2021).

2.3.2 Karakteristik Perkembangan Remaja

Perkembangan remaja yang ditandai adanya perubahan fisik, pola pikir, serta kondisi sosial dan emosional (Santrock, 2021)

1. Perubahan biologis

Perubahan biologis pada masa remaja ditandai dengan terjadinya pubertas, yaitu proses perkembangan fisik yang menyebabkan kematangan organ reproduksi serta perubahan pada bentuk tubuh. Perubahan ini dipengaruhi oleh peningkatan hormon yang terjadi selama masa remaja.

2. Perubahan kognitif

Perubahan kognitif pada remaja terkait dengan peningkatan kemampuan berpikir abstrak dan logis. Remaja mulai bisa memahami konsep kompleks, mempertimbangkan berbagai kemungkinan, serta menyelesaikan masalah dengan pendekatan berpikir yang lebih matang daripada masa kanak-kanak.

3. Social emosional

Perubahan sosial emosional pada remaja berkaitan dengan perkembangan emosi serta hubungan sosial dengan orang lain. Pada masa ini remaja mulai lebih memperhatikan hubungan dengan teman sebaya, mencari identitas diri, serta menjadi lebih sensitif terhadap penilaian dari lingkungan sosial

Selain itu, remaja juga mulai lebih memperhatikan penilaian dari teman sebaya. Hal ini membuat mereka lebih rentan terhadap pengaruh sosial termasuk perbandingan sosial yang terjadi melalui interaksi langsung maupun melalui media sosial (Nesi et al., 2021)

2.4 Media Sosial

2.4.1 Definisi Media Sosial

Media sosial adalah platform online yang memungkinkan orang untuk berinteraksi, berbagi informasi, dan membangun hubungan dengan orang lain lewat konten yang mereka buat sendiri. Lewat media sosial, pengguna bisa berkomunikasi, membentuk komunitas, serta mengembangkan jaringan sosial secara online. Platform ini juga memfasilitasi kolaborasi dan partisipasi pengguna dalam menciptakan serta menyebarkan informasi kepada masyarakat yang lebih luas (Kabiru Jinjiri, 2024)

Selain itu, media sosial berperan sebagai wadah interaksi virtual bagi pengguna untuk mempublikasikan serta menyebarluaskan konten, serta memberikan tanggapan terhadap berbagai konten digital. Melalui fitur seperti komentar, berbagi konten, dan jaringan pertemanan, media sosial memungkinkan terbentuknya komunitas virtual yang memperkuat hubungan sosial antar pengguna di berbagai bidang kehidupan (Munar & Cai, 2025)

2.4.2 Karakteristik Media Sosial

Media sosial menjadi sarana digital bagi pengguna untuk membuat, menyebarkan, dan berinteraksi dengan berbagai konten di dunia maya. Menurut (Verduyn et al., 2021), media sosial memiliki karakteristik utama

1. Interaktivitas

Pengguna bisa saling berinteraksi secara dua arah. Lewat fitur seperti komentar, chat, dan like, orang bisa langsung merespons konten yang dibagikan pengguna lain.

2. Keterhubungan antar pengguna

Melalui media sosial, orang dapat terhubung dalam jaringan digital dan berinteraksi dengan siapa saja tanpa dibatasi jarak. Hal ini membuat individu dapat membangun relasi sosial yang lebih luas melalui platform digital.

3. Kemampuan untuk berbagi informasi secara cepat melalui jaringan digital.

Media sosial memungkinkan informasi disebarkan dengan sangat cepat kepada banyak orang sekaligus. Konten yang dibagikan oleh pengguna dapat dengan mudah dilihat, dibagikan kembali, atau disebarluaskan kepada pengguna lain melalui jaringan media sosial.

Karakteristik ini memungkinkan individu untuk berpartisipasi secara aktif dalam komunikasi online serta membangun hubungan sosial dengan pengguna lain melalui berbagai fitur seperti komentar, pesan, dan berbagi konten.

Media sosial menciptakan lingkungan komunikasi dinamis di mana pengguna bisa mengamati kehidupan orang lain secara langsung serta membandingkan pengalaman sosialnya dengan mereka. Dengan karakteristik tersebut, media sosial berperan tidak hanya sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai ruang sosial digital yang memengaruhi pandangan diri dan hubungan sosial pengguna (Selvanathan et al., 2020)

2.4.3 Platform Media Sosial Instagram

Instagram adalah media sosial yang menonjolkan konten visual berupa foto dan video, memungkinkan pengguna memamerkan beragam aspek kehidupan mereka kepada pengguna lain. Melalui fitur seperti *likes*, komentar, *stories*, dan *reels*, pengguna dapat berinteraksi serta berbagi pengalaman sehari-hari secara online. Instagram juga menyediakan berbagai fitur yang memungkinkan pengguna untuk menemukan konten dari orang lain sehingga memperluas interaksi sosial di dalam jaringan digital. Selain itu, Instagram dikenal sebagai media sosial yang menekankan pada tampilan visual yang menarik sehingga sering digunakan untuk menampilkan gaya hidup, aktivitas, maupun penampilan fisik pengguna. Penelitian mengungkapkan bahwa sifat visual Instagram menyebabkan pengguna lebih sering terpapar konten yang memamerkan kehidupan orang lain, Akibatnya, platform ini termasuk salah satu media sosial yang paling diminati, terutama oleh remaja (Faelens et al., 2021)

2.4.4 Media Sosial Sebagai Sarana *Social Comparison*

Media sosial sering digunakan sebagai sarana terjadinya *social comparison* karena pengguna dapat dengan mudah mengakses berbagai informasi mengenai kehidupan orang lain. Platform media sosial memungkinkan individu melihat berbagai konten yang menampilkan penampilan, aktivitas, dan pencapaian orang lain. Paparan terhadap konten tersebut dapat memicu seseorang untuk melakukan *self comparisson* sehingga meningkatkan kecenderungan melakukan *social comparison*. (Faelens et al., 2021)

Paparan terhadap konten media sosial yang menampilkan kehidupan ideal seseorang dapat meningkatkan kecenderungan pengguna melakukan *social comparison*. Ketika individu melihat orang lain yang dianggap lebih sukses atau lebih menarik, mereka cenderung melakukan evaluasi terhadap dirinya sendiri yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis serta persepsi diri pengguna media sosial (Qi et al., 2024)

2.5 Alat Ukur

2.5.1 Pengukuran *Social Comparisson*

Social comparisson diukur dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure* (INCOM) yang merupakan instrumen yang dikembangkan oleh (Gibbons, F. X., & Buunk, 1999; dalam Valkenburg, P. M., Meier, A., & Beyens, 2022) untuk mengukur kecenderungan individu dalam melakukan perbandingan sosial (*social comparison orientation*). Gibbons dan Buunk mengembangkan INCOM sebagai alat ukur untuk mengetahui sejauh mana individu memiliki kecenderungan memperhatikan informasi mengenai orang lain dan menggunakan informasi tersebut untuk mengevaluasi dirinya.

Instrumen ini terdiri dari 11 item yang terbagi dalam dua dimensi, yaitu *comparison of abilities* dan *comparison of opinions*. Dimensi *comparison of abilities* mengacu pada kecenderungan individu membandingkan kemampuan, prestasi, dan pencapaiannya dengan orang lain. Sementara itu, dimensi *comparison of opinions* berkaitan dengan kecenderungan individu membandingkan pendapat, keyakinan, dan pandangannya dengan orang lain untuk memperoleh kepastian atau validasi terhadap pemikirannya.

INCOM menggunakan skala Likert 5 poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Semakin tinggi skor total yang diperoleh, semakin tinggi kecenderungan individu untuk melakukan social comparison. Kelebihan instrumen INCOM adalah memiliki jumlah item yang relatif sedikit sehingga mudah dipahami dan dapat diisi dalam waktu yang singkat oleh responden. Selain itu, instrumen ini mampu mengukur kecenderungan individu dalam melakukan perbandingan sosial melalui aspek *comparison of abilities* dan *comparison of opinions*. Adapun kekurangan instrumen ini adalah menggunakan metode *self-report*, sehingga jawaban yang diberikan responden dapat dipengaruhi oleh persepsi pribadi maupun kecenderungan untuk memberikan jawaban yang sesuai dengan harapan sosial.

2.5.2 Pengukuran Penerimaan Diri

Penerimaan diri diukur dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner *Unconditional Self-Acceptance Questionnaire* (USAQ) merupakan instrumen yang dikembangkan oleh Chamberlain & Haaga untuk mengukur tingkat penerimaan diri tanpa syarat (*unconditional self-acceptance*). USAQ disusun berdasarkan konsep yang berakar dari pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) yang dikembangkan oleh Ellis, yang menekankan bahwa individu perlu menerima

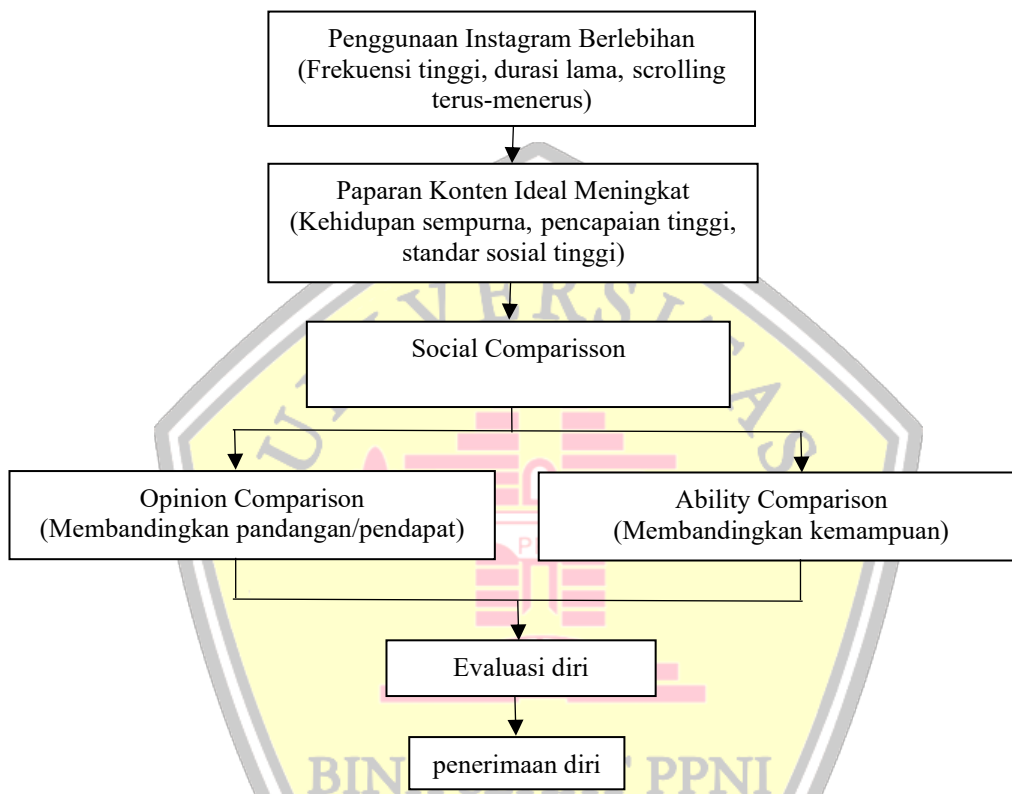
dirinya secara utuh tanpa memberikan penilaian bersyarat terhadap keberhargaan dirinya berdasarkan keberhasilan atau kegagalan yang dialami.

Chamberlain dan Haaga mengembangkan USAQ sebagai alat ukur untuk mengetahui sejauh mana individu mampu menerima dirinya secara utuh, termasuk kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, tanpa mengaitkan nilai diri dengan pencapaian atau evaluasi eksternal. Instrumen ini terdiri dari 21 item yang mencakup empat aspek utama, yaitu menerima kelebihan dan kekurangan diri, menyadari bahwa manusia memiliki keterbatasan, menyadari adanya sisi positif dan negatif dalam diri, serta menyadari diri sebagai pribadi yang tetap berharga dalam berbagai kondisi.

Kuesioner USAQ menggunakan skala Likert 4 poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 4 (sangat setuju). Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat penerimaan diri yang lebih tinggi pada individu. Kelebihan instrumen USAQ adalah mampu mengukur penerimaan diri secara menyeluruh, baik terhadap kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki individu. Selain itu, instrumen ini menekankan penerimaan diri tanpa bergantung pada pencapaian, penilaian orang lain, maupun kondisi tertentu, sehingga memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai penerimaan diri seseorang. Adapun kekurangan instrumen ini adalah menggunakan metode *self-report*, sehingga jawaban responden dapat dipengaruhi oleh persepsi pribadi serta kecenderungan untuk memberikan jawaban yang dianggap baik oleh lingkungan sosial.

2.6 Kerangka Teori

Kerangka teori ini menjelaskan hubungan antara *social comparison* dan penerimaan diri pada remaja. Paparan media sosial, khususnya Instagram, mendorong terjadinya perbandingan sosial yang mempengaruhi evaluasi diri dan berdampak pada tingkat penerimaan diri remaja.



Gambar 2 1 Kerangka Teori Hubungan Upward Social Comparison dengan Penerimaan Diri Remaja Pengguna Instagram di Desa Banjarejo Kecamatan Karangbinangun Lamongan

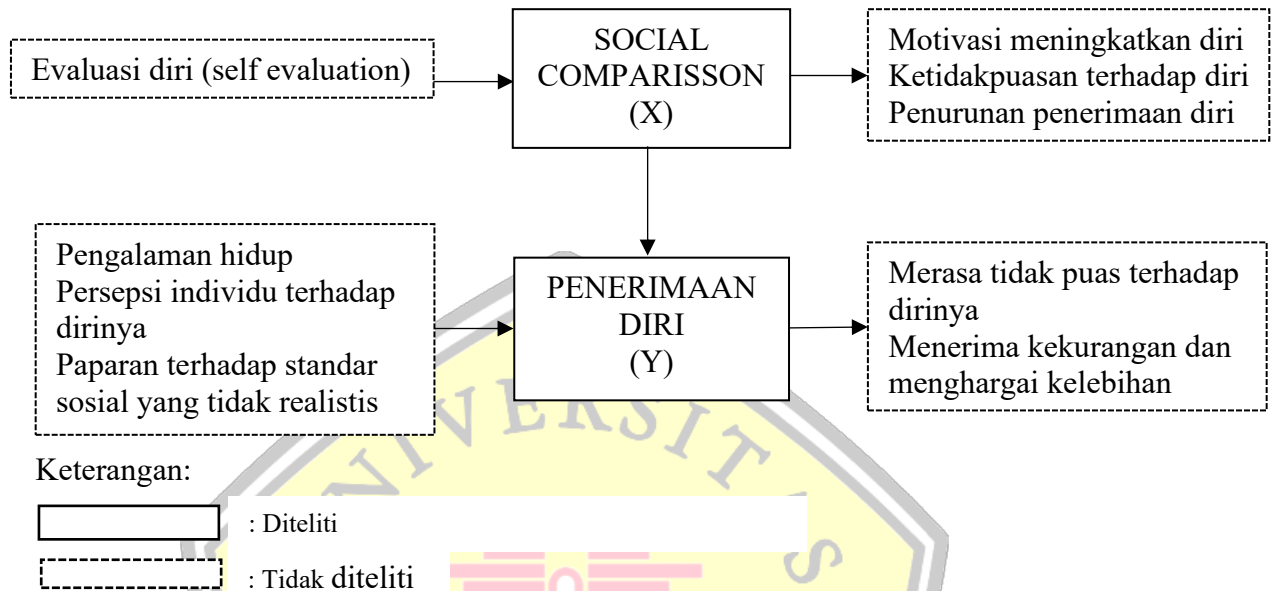
Keterangan Kerangka Teori:

Penggunaan Instagram yang berlebihan, seperti tingginya frekuensi penggunaan, lamanya durasi penggunaan, serta kebiasaan melakukan *scrolling* secara terus menerus, menyebabkan remaja semakin sering terpapar berbagai informasi mengenai kehidupan, pencapaian, penampilan, maupun pengalaman orang lain. Beragam konten tersebut sering kali menampilkan gambaran kehidupan yang dianggap ideal, sehingga menjadi acuan bagi remaja dalam menilai dirinya sendiri.

Paparan terhadap konten ideal tersebut mendorong munculnya *social comparison*, yaitu proses individu membandingkan dirinya dengan orang lain sebagai bagian dari evaluasi diri. *Social comparison* terdiri atas dua dimensi, yaitu *ability comparison* dan *opinion comparison*. *Ability comparison* merupakan kecenderungan individu membandingkan kemampuan, prestasi, atau pencapaiannya dengan orang lain, sedangkan *opinion comparison* merupakan kecenderungan individu membandingkan pendapat, pandangan, atau keyakinannya dengan orang lain. Kedua dimensi tersebut berperan dalam membantu individu mengevaluasi posisi dirinya di lingkungan sosial. Proses *social comparison* menjadi dasar bagi individu dalam melakukan evaluasi terhadap dirinya sendiri. Evaluasi diri yang dilakukan dapat menghasilkan penilaian positif maupun negatif. Apabila individu mampu mengevaluasi dirinya secara positif, maka individu akan lebih mudah mengenali, menghargai, dan menerima kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya sehingga penerimaan diri menjadi lebih baik. Sebaliknya, apabila hasil evaluasi diri bersifat negatif akibat sering membandingkan diri dengan orang lain yang dianggap lebih unggul, individu dapat merasa kurang puas terhadap dirinya, lebih fokus pada kekurangan yang dimiliki, serta mengalami kesulitan dalam menerima dirinya secara utuh.

2.7 Kerangka Konsep

Kerangka konsep ini menjelaskan hubungan antara *social comparison* (X) dan penerimaan diri (Y) pada remaja, di mana proses perbandingan sosial mempengaruhi evaluasi diri dan berdampak pada tingkat penerimaan diri



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Hubungan Upward Social Comparison dengan Penerimaan Diri Remaja Pengguna Instagram di Desa Banjarejo Kecamatan Karangbinangun Lamongan

2.8 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah pernyataan yang mengindikasikan hubungan antara dua variabel atau lebih dalam satu komponen atau masalah. Sebelum interpretasi dalam penelitian, hipotesis memberikan panduan untuk analisis, pengumpulan data, serta penyampaian pengetahuan tertentu melalui pengujian dan pernyataan tentang hubungan tersebut. Dengan demikian, uji hipotesis bertujuan menyampaikan pengetahuan spesifik mengenai hubungan yang telah terbentuk (Nursalam, 2022)

Berdasarkan kerangka konseptual, dalam penelitian ini, hipotesis yang diajukan adalah:

H1: Ada hubungan antara *social comparison* dengan penerimaan diri remaja pengguna instagram di desa banjarejo kecamatan karangbinangun lamongan.

2.9 Penelitian Relevan

No	Judul/Penulis/ Tahun	Desain Penelitian	Sample & Teknik Sampling	Variabel	Instrumen	Analisa Data	Hasil
1.	Gambaran Social Comparison pada Mahasiswa di Kota Makassar (Febriyanti Yauseph et al, 2025)	Kuantitatif deskriptif	402 mahasiswa dengan teknik nonprobability sampling.	X1: Social Comparison	Skala Social Comparison yang dikonstruksi oleh Budianto, Hamid, & Ridfah berdasarkan teori Jones	Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif	Hasil menunjukkan bahwa social comparison mahasiswa di Kota Makassar berada pada kategori rendah. Dari 402 responden, sebanyak 180 orang (44,8%) berada pada kategori rendah, 89 orang (21,4%) kategori tinggi, 19 orang (7,4%) sangat tinggi, 86 orang (22,1%) sedang, dan 28 orang (4,7%) sangat rendah. Peneliti menyimpulkan bahwa mahasiswa masih memiliki kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain, tetapi masih mampu mengendalikan kecenderungan tersebut.

No	Judul/Penulis/ Tahun	Desain Penelitian	Sample & Teknik Sampling	Variabel	Instrumen	Analisa Data	Hasil
2.	Efek Perbandingan Sosial terhadap Ketidakpuasan Tubuh di Kalangan Remaja Perempuan Pengguna Instagram (Sausan Thifaa Atiqah, Arie Gunawan H Zubair, 2025)	Kuantitatif dengan desain korelasional	Sampel berjumlah 464 dewasa madya dengan penentuan jumlah sampel mengacu pada tabel Isaac dan Michael (taraf kesalahan 5%)	Variabel X = social comparison Variabel Y = Gratitude	<i>social comparison diukur menggunakan Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)</i> Variabel gratitude diukur menggunakan Gratitude Resentment and Appreciation Scale (GRAT)	uji korelasi Pearson Product-Moment	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat <i>social comparison</i> responden sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 166 responden (35,8%). Selanjutnya, kategori tinggi sebanyak 133 responden (28,7%), kategori rendah sebanyak 106 responden (22,8%), kategori sangat rendah sebanyak 46 responden (9,9%), dan kategori sangat tinggi sebanyak 13 responden (2,8%).
3.	The Development of Self Acceptance in Adolescents	Kuantitatif	Partisipan berjumlah 381 siswa kelas XI SMA, terdiri dari 233 perempuan dan	Variabel tunggal yaitu penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>)	Instrumen penerimaan diri dikembangkan	Analisis deskriptif	Hasil menunjukkan bahwa 259 siswa (67,98%) memiliki tingkat penerimaan diri kategori sedang, 66 siswa (17,32%) kategori tinggi, dan 56

No	Judul/Penulis/ Tahun	Desain Penelitian	Sample & Teknik Sampling	Variabel	Instrumen	Analisa Data	Hasil
	(Azrina Abharini, Nandang Rusmana, 2023)		148 laki-laki dengan		berdasarkan teori Ellis		siswa (14,70%) kategori rendah. Rata-rata skor penerimaan diri adalah 173,15 dengan simpangan baku 14,286. Peneliti menyimpulkan bahwa sebagian besar siswa belum sepenuhnya mampu menerima dirinya sehingga diperlukan layanan bimbingan untuk meningkatkan penerimaan diri.
4.	Gambaran Social Comparison Pengguna Fitur Instastory pada Aplikasi Instagram di Kalangan Mahasiswa (Sudjarwo et al., 2024)	metode kuantitatif dengan analisis deskriptif	mahasiswa pengguna fitur Instastory Instagram di Kabupaten Jember sebanyak 349 mahasiswa dengan teknik purposive sampling	Variabel tunggal yaitu Social Comparison	Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) yang dikembangkan oleh Frederick X Gibbons dan Bram P Buunk	Analisis deskriptif	Sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat <i>social comparison</i> yang tinggi (52%), sementara 48% berada pada kategori rendah. Mahasiswa lebih sering membandingkan dirinya dengan teman sebaya melalui <i>Instagram Story</i> , terutama dalam hal pencapaian, kekayaan, gaya hidup, kemampuan, dan penampilan.

No	Judul/Penulis/ Tahun	Desain Penelitian	Sample & Teknik Sampling	Variabel	Instrumen	Analisa Data	Hasil
5.	Self-acceptance of high school students in Indonesia Refnadi (Refnadi et al., 2021)	Penelitian deskriptif (descriptive research)	251 siswa SMA, terdiri dari 79 laki-laki dan 172 perempuan,	Variabel tunggal yaitu Penerimaan Diri (Self-Acceptance)	Kuesioner Self-Acceptance yang diadaptasi dari penelitian Maryam & Ifdil	Menggunakan Model Rasch dengan tiga analisis: 1) Variable Maps 2) Subtotal Specification 3) Differential Item Functioning (DIF)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah. Sebanyak 45,4% siswa berada pada kategori rendah, 36,6% pada kategori sedang, dan 18,3% pada kategori tinggi. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa siswa laki-laki cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan. Selain itu, siswa yang tinggal di daerah pedesaan memiliki tingkat penerimaan diri yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang berasal dari kota besar maupun kota kecil. Semakin banyak akun media sosial dan jumlah

No	Judul/Penulis/ Tahun	Desain Penelitian	Sample & Teknik Sampling	Variabel	Instrumen	Analisa Data	Hasil
							pertemanan yang dimiliki siswa, tingkat penerimaan dirinya juga cenderung semakin rendah.
6.	Penerimaan Diri Remaja Pengguna Media Sosial: Menelisik Peran Kebersyukuran (Permadi, 2023)	kuantitatif korelasional	Populasi penelitian adalah remaja pengguna media sosial yang berusia 14–20 tahun dan berdomisili di Banyu Urip Kidul, Surabaya. Sampel penelitian berjumlah 115 remaja. Dengan menggunakan teknik purposive sampling	Variabel X : Kebersyukuran (Gratitude) Variabel Y : Penerimaan Diri (Self-Acceptance)	Skala Penerimaan Diri berdasarkan teori Shereer Skala Kebersyukuran berdasarkan teori Robert Emmons McCullough	uji korelasi Pearson Product Moment	Penelitian yang dilakukan oleh Agatha Adinda Lovita Permadi dkk. (2023) menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada remaja pengguna media sosial. Penelitian ini melibatkan 115 remaja berusia 14–20 tahun yang dipilih menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . Data dikumpulkan melalui skala kebersyukuran dan skala penerimaan diri, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi <i>Pearson Product Moment</i> . Hasil penelitian

No	Judul/Penulis/ Tahun	Desain Penelitian	Sample & Teknik Sampling	Variabel	Instrumen	Analisa Data	Hasil
							menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,032$ dengan nilai $p = 0,734$ ($p > 0,05$), sehingga tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada remaja pengguna media sosial. Selain itu, sebagian besar responden memiliki tingkat penerimaan diri pada kategori sedang, yaitu sebesar 97,4%.