

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Social Comparison*

2.1.1 Pengertian *Social Comparison*

Social comparison merupakan suatu proses bagaimana kita menggunakan individu lain untuk memahami diri kita sendiri dan dunia sosial kita, yang menjadi fokus manusia (Buunk dan Gibbons, 2006). Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa *social comparison* merupakan proses individu dalam membandingkan dirinya dengan individu lain.

Festinger (sebagaimana dikutip dalam Sarwono, 2013) turut mengatakan bahwa seseorang hanya terdorong untuk membandingkan dirinya dengan individu lain yang memiliki kemiripan dengan dirinya, sehingga ia tidak akan terdorong untuk membandingkan dirinya dengan individu lain yang tidak mirip dengan dirinya. Festinger (sebagaimana dikutip dalam Sarwono, 2013) juga menjelaskan bahwa *social comparison* adalah sebuah proses evaluasi, dengan tujuan mengetahui standar dari luar diri mereka yang digunakan untuk menilai pendapat dan kemampuan mereka. Hal tersebut dikarenakan tidak adanya standar ukuran dalam meyakinkan dirinya sendiri, sehingga menjadikan individu lain sebagai target perbandingannya.

Social comparison merupakan sistem psikologis mendasar yang memengaruhi penilaian, perilaku dan pengalaman individu. Individu yang menerima informasi tentang individu lain akan menghubungkan informasi tersebut dengan keadaan diri mereka sendiri. Individu terkadang tidak mencari umpan balik yang akurat tapi berusaha untuk menjaga *image* diri yang positif (Corcoran, et al., 2011).

Proses *social comparison* yaitu *upward social comparison* dan *downward social comparison*. Festinger (sebagaimana dikutip dalam Sarwono, 2013) menyatakan bahwa seseorang lebih cenderung untuk melakukan proses *upward*. Berikut adalah penjelasan mengenai *upward* dan *downward social comparison*, yaitu:

a. *Upward social comparison* merupakan keadaan dimana kita membandingkan diri kita dengan orang lain yang lebih unggul dalam segi positif dari diri kita. Fungsi dari *upward social comparison* yaitu dapat menjadikan target yang lebih baik sebagai inspirasi oleh seseorang untuk kemajuan dirinya. Keadaan ini sering dilakukan seseorang ketika ia merasa memerlukan konfirmasi mengenai keadaan dirinya, seperti seberapa sukses pencapaian karir seseorang dapat dilihat dari tingginya jabatan yang diduduki selama bekerja atau tingginya tingkat popularitas yang dimiliki seseorang. Namun melakukan *upward social comparison* juga tidak jarang menyebabkan seseorang merasa memiliki *self-evaluation* yang lebih buruk dan mengalami efek-efek negatif seperti memiliki perasaan kecewa, tidak percaya diri, dan tidak puas dengan keadaan dirinya sendiri (Pyszczynski, et al., 2014).

b. *Downward social comparison* yaitu keadaan ketika kita membandingkan diri kita dengan individu lain yang tampilan atau keadaannya lebih rendah dari diri kita. Wills (dalam Suls, et al., 2002) mengungkapkan bahwa seseorang dengan *self-esteem* yang terancam cenderung akan membandingkan dirinya dengan individu lain yang lebih buruk dari dirinya dibandingkan dengan individu lain yang lebih baik dari dirinya dan efek yang dihasilkan melalui proses ini dapat meningkatkan *self-esteem*. Namun, proses *downward social comparison* tidak selalu menguntungkan bagi kehidupan seseorang, terkadang melakukan

downward social comparison bisa membuat seseorang merasa negatif karena menjadi sadar bagaimana keadaan bisa berubah menjadi lebih buruk.

2.1.2 Dimensi *Social Comparison*

Social comparison memiliki dua dimensi yang dievaluasi oleh seseorang yaitu pendapat (*opinions*) dan kemampuan (*abilities*). Kedua dimensi tersebut bertindak secara bersamaan yang akan mempengaruhi perilaku seseorang (Festinger dalam Sarwono, 2013). Selanjutnya kedua dimensi *social comparison* yaitu pendapat dan kemampuan akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Pendapat (*opinion*)

Pendapat merupakan kognisi seseorang mengenai situasi yang sedang ia hadapi. Dalam hal ini, pendapat menjadi tolak ukur dalam prosesnya perbandingan. Pendapat seseorang cenderung digunakan dalam perbandingan sosial ketika tidak ada ukuran yang objektif dalam penilaian sesuatu. Adanya tingkatan aspirasi (*level of aspiration*) juga mempengaruhi pendapat seseorang, pendapat seseorang dapat berfluktuasi sebelum ada pendapat individu lain sebagai target perbandingannya. Namun, apabila pendapat seseorang berbeda dengan pendapat target perbandingan, hal ini dapat memiliki kecenderungan bagi individu tersebut untuk merubah pendapatnya sehingga mendekati pendapat target atau melakukan sebaliknya. Perbandingan pendapat dapat bersifat dua arah (Festinger dalam Sarwono, 2013).

b. Kemampuan (*abilities*)

Kemampuan merupakan hasil dari performa yang dapat dilakukan atau telah dicapai oleh seorang individu dalam kemampuan tertentu. Kemampuan seseorang dapat diperoleh berdasarkan performa individu yang sudah ia lakukan sebelumnya. Festinger (sebagaimana dikutip dalam Sarwono, 2013) mengajukan bahwa membandingkan kemampuan

memiliki desakan untuk perubahan ke satu arah, yaitu ke arah kemampuan yang lebih tinggi atau baik saja. Apabila kemampuan seorang individu berbeda dengan target yang dijadikan pembandingan, maka individu tersebut cenderung memiliki dorongan untuk melatih kemampuannya hingga bisa mencapai keadaan dimana perbedaan diantara keduanya menjadi lebih sedikit, sehingga dalam keadaan ini tidak terjadi lagi dorongan untuk berubah.

Festinger mempunyai hipotesis bahwa setiap individu mempunyai dorongan (*drive*) untuk menilai pendapat dan kemampuannya sendiri dengan cara membandingkannya dengan pendapat atau kemampuan orang lain. Dengan cara itulah individu bisa mengetahui bahwa pendapatnya benar atau tidak dan seberapa jauh kemampuan yang dimilikinya (Sarwono, 2014). Akan tetapi Festinger memperingatkan bahwa dalam menilai kemampuan ada dua macam situasi. Situasi pertama adalah dimana kemampuan individu dinilai berdasarkan ukuran yang objektif. Situasi kedua adalah situasi dimana kemampuan dinilai berdasarkan pendapat (Sarwono, 2014).

2.1.3 Faktor – Faktor yang Memengaruhi *Social Comparison*

Faktor yang mempengaruhi *social comparison* menurut Buunk dan Gibbons (2006) antara lain:

- a. Faktor lingkungan, adanya lingkungan yang secara tidak langsung memberikan peluang untuk bersosialisasi menjadikan individu dapat melakukan perbandingan atas dirinya dengan orang lain.
- b. Faktor disposisional yang merupakan gabungan dari faktor internal individu dan faktor biologis serta kepribadiannya.

Selain itu faktor – faktor yang memengaruhi *social comparison* menurut Garcia, et al., (2013) antara lain:

- a. Faktor individu adalah faktor yang berbeda dari orang ke orang: relevansi dimensi kinerja, kesamaan saingan, dan kedekatan hubungan mereka dengan individu, serta berbagai perbedaan individu yang berkaitan dengan perbandingan sosial secara lebih umum.
- b. Faktor situasional, merupakan faktor – faktor pada lanskap *social comparison* yang mempengaruhi individu dengan posisi serupa seperti: kedekatan dengan standar (yaitu, dekat peringkat nomor 1 vs. jauh), jumlah pesaing (yaitu, sedikit vs. banyak), garis kesalahan kategori sosial (yaitu, perselisihan antar vs. dalam kategori sosial), dan lain sebagainya. Jika individu ingin merasa lebih baik tentang diri mereka sendiri, mereka dapat memilih individu yang menurutnya lebih buruk di domain spesifik perbandingan. Sebaliknya, individu dapat memilih target yang lebih tinggi jika mereka mau untuk memperbaiki diri (Lockwood, et al., 2004).

2.1.4 Dampak *Social Comparison*

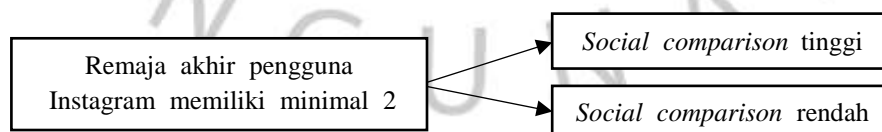
Social comparison sebagai salah satu proses manusia untuk mengevaluasi diri dapat menghasilkan dampak dari proses perbandingan yang dilakukan, baik dampak positif maupun dampak negatif. Individu yang sering melakukan *social comparison* juga bisa merasakan ketidakbahagiaan dan ketidakpuasan dalam dirinya (Lyubomirsky & Rose dalam White, et al., 2006). Jika hasil perbandingan dirinya tidak cocok, maka individu tersebut tidak akan puas dan mengalami perasaan sedih atau cemas (Buunk dan Gibbons, 1997). Individu yang terlalu sering melakukan *upward social comparison* juga memiliki kecenderungan untuk merasakan efek negatif, seperti perasaan kurang puas akan dirinya (Cramer, et al., 2016). Oleh sebab itu, dampak positif atau negatif yang dirasakan seseorang setelah melakukan

social comparison juga bergantung pada bagaimana kita memandang diri kita sebagai seseorang yang individu yang berharga atau tidak.

2.2 Kerangka Berpikir

Salah satu media sosial terpopuler di dunia adalah Instagram. Pengguna Instagram terbanyak di Indonesia merupakan kelompok usia remaja akhir. Di Instagram, remaja akhir selalu menuliskan komentar dan menandai teman-teman mereka di dalam unggahan orang lain. Selain mengikuti akun teman sebayanya, remaja perempuan cenderung untuk mengikuti *influencer* dan akun yang berhubungan dengan kecantikan, sedangkan remaja laki-laki cenderung untuk mengikuti akun otomotif dan selebgram perempuan yang mereka anggap menarik (Mahendra, 2017). Seiring dengan berkembang pesatnya teknologi informasi, remaja akhir cenderung melakukan *social comparison* di media sosial Instagram, khususnya ketika melihat foto dan unggahan orang lain (Lee, 2014).

Social comparison merupakan keadaan dimana individu cenderung untuk membandingkan dirinya dengan individu lain sebagai target pembandingan (Festinger dalam Sarwono, 2013). Moningga (2017) juga mengemukakan proses *social comparison* di media sosial membuat individu ingin menampilkan dirinya dengan baik. Akun yang pertama yaitu akun yang menampilkan *image* yang ideal yang ingin mereka bangun. Sedangkan akun kedua adalah akun yang menggambarkan tentang keadaan diri mereka yang sebenarnya. Hal ini menunjukkan bahwa remaja akhir melakukan proses *social comparison* di Instagram.



Gambar 2.1 Kerangka berpikir

2.3 Hipotesis

H₀: Remaja pengguna Instagram cenderung memiliki *social comparison* yang tidak tinggi.

H₁: Remaja pengguna Instagram cenderung memiliki *social comparison* yang tinggi.

