

**HUBUNGAN *ONLINE SOCIAL COMPARISON*
DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA *EMERGING*
ADULTHOOD PENGGUNA *INSTAGRAM***

SKRIPSI



Oleh:

Livia Jessalyn Anggono

7103022045

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA
2025**

**HUBUNGAN *ONLINE SOCIAL COMPARISON*
DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA *EMERGING*
ADULTHOOD PENGGUNA *INSTAGRAM***

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Untuk memenuhi persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi

Oleh:



Livia Jessalyn Anggono

7103022045

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
SURABAYA**

2025

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Livia Jessalyn Anggono

NRP : 7103022045

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN *ONLINE SOCIAL COMPARISON* DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA *EMERGING ADULTHOOD* PENGGUNA *INSTAGRAM*

Benar-benar pekerjaan saya sendiri dan tidak ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila selanjutnya terdapat tanda-tanda bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiarisme atau manipulasi data, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar dan gelar yang diperoleh, serta menyampaikan permintaan maaf pada pihak-pihak yang bersangkutan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 07 November 2025

Yang membuat pernyataan,



Livia Jessalyn Anggono

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang ada, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Livia Jessalyn Anggono

NRP : 7103022045

Menyetujui skripsi/karya Ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN *ONLINE SOCIAL COMPARISON* DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA *EMERGING ADULTHOOD* PENGGUNA *INSTAGRAM*

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 07 November 2025

Yang membuat pernyataan,



Livia Jessalyn Anggono

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *ONLINE SOCIAL COMPARISON* DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA *EMERGING ADULthood* PENGGUNA *INSTAGRAM*

Oleh:

Livia Jessalyn Anggono

NRP. 7103022045

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi.

Pembimbing Utama : Elisabet W. Hapsari, M. Psi., Psikolog
NIDN : 0704118303
Email : elisabet_hapsari@ukwms.ac.id



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan *Online Social Comparison* Dengan *Self-Esteem* Pada *Emerging Adulthood* Pengguna *Instagram*” oleh Livia Jessalyn Anggono (7103022045) telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 07 November 2025

Mengesahkan
Fakultas Psikologi,



(Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog)

Dewan penguji:

1. Ketua : Happy Cahaya Mulya, M. Psi., Psikolog

2. Sekretaris : Angelina Kartini Agung I., M.Psi., Psikolog

3. Anggota : Dr. Ermida L. Simanjuntak, M.Sc., M. Psi., Psikolog

4. Anggota : Elisabet W. Hapsari, M. Psi., Psikolog

NIDN : 0704118303

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk:

Tuhan Yesus Kristus, Mom, Cici, Dosen Pembimbing, Dosen Pendamping Akademik, Sahabat, dan semua yang telah membantu serta mendukung saya dalam perkuliahan dan pengerjaan skripsi dari awal hingga akhir.

HALAMAN MOTTO

“Ayo semangat nak, pasti sanggup dan bisa” – Mom

Never lost hope. Just when you think it's over, God will make a way for you.

----- Isaiah 43:19

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih karunia dan berkat-Nya sehingga penelitian yang berjudul *Hubungan Online Social Comparison Dengan Self-Esteem Pada Emerging Adulthood Pengguna Instagram* dapat terselesaikan tepat waktu. Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan doa, semangat, dukungan dan bantuan sehingga penelitian ini dapat selesai. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. **Ibu Agnes Maria Sumargi, Grad.Dip.Ed., Ph.D., Psikolog** selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. **Ibu Elisabet W. Hapsari, M.Psi., Psikolog** selaku dosen pembimbing saya, yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing saya sejak pemilihan topik hingga selesainya penelitian ini, memberikan saya saran dan masukan, serta jawaban atas kebingungan saya selama mengerjakan skripsi.
3. **Bapak Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog**, selaku ketua penguji skripsi saya, yang telah memberikan banyak masukan dan saran untuk perbaikan dari naskah skripsi ini sehingga dapat menjadi lebih baik.
4. **Ibu Ermida L. Simanjuntak, M.Sc., M.Psi., Psikolog**, selaku anggota penguji skripsi saya, yang telah memberikan banyak masukan dan saran untuk perbaikan dari naskah skripsi ini sehingga dapat menjadi lebih baik.
5. **Ibu Desak Nyoman Arista R.D., M.Psi., Psikolog**, selaku dosen pendamping akademik yang telah membantu peneliti dari awal masuk perkuliahan hingga saat ini, terima kasih kepada beliau karena sudah membantu peneliti untuk memberi masukan selama perkuliahan.
6. **Seluruh dosen dan staf Fakultas Psikologi UKWMS**, yang telah membantu peneliti sepanjang proses perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
7. **Orang tua peneliti**, yang selalu memberikan dukungan, semangat kepada peneliti dan meyakinkan peneliti bahwa peneliti mampu untuk menyelesaikan skripsi ini serta mendukung peneliti baik secara material.

8. **Seluruh responden penelitian**, yang berkenan untuk mengisi kuesioner penelitian bahkan membantu menyebarkan kuesioner penelitian hingga penelitian ini dapat selesai tepat waktu.
9. **Cici**, selaku saudara peneliti yang menemani peneliti dan memberikan dukungan dengan cara mengajak peneliti jalan-jalan ketika merasa suntuk dan memberikan perhatian dan dukungan baik secara material kepada peneliti selama ini.
10. **404**, selaku teman dekat peneliti yang sudah mendengarkan keluh kesah cerita peneliti dalam hidup dan mendukung peneliti selama ini, terima kasih sudah meluangkan waktu untuk bertemu ditengah kesibukan kuliah dan kerja.
11. **CSM**, selaku teman dekat peneliti yang memberikan dukungan dengan cara mengajak peneliti untuk bermain *game* atau jalan-jalan ketika bosan, terima kasih sudah meluangkan waktu di tengah kesibukan kerja untuk bertemu dengan peneliti.
12. **Seluruh teman-teman**, yang telah mendukung, menemani dan membantu peneliti selama perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
UNGKAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Batasan Masalah	10
1.3 Rumusan Masalah.....	11
1.4 Tujuan Penelitian	11
1.5 Manfaat Penelitian	11
1.5.1 Manfaat teoritis	11
1.5.2 Manfaat praktis.....	11
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
2.1 <i>Self-Esteem</i>	13
2.1.1 Definisi <i>Self-Esteem</i>	13
2.1.2 Aspek <i>Self-Esteem</i>	13

2.1.3	Faktor-faktor <i>Self-Esteem</i>	14
2.2	<i>Online Social Comparison</i>	15
2.2.1	Definisi <i>Online Social Comparison</i>	15
2.2.2	Aspek <i>Online Social Comparison</i>	15
2.2	<i>Emerging Adulthood</i> Pengguna <i>Instagram</i>	16
2.3	Hubungan antara <i>Online Social Comparison</i> dengan <i>Self-Esteem</i> pada <i>Emerging Adulthood</i> Pengguna <i>Instagram</i>	17
2.4	Hipotesis Penelitian	19
BAB III METODE PENELITIAN.....		20
3.1	Identifikasi Variabel Penelitian.....	20
3.2	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	20
3.3	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	20
3.3.1	Populasi	20
3.3.2	Teknik Pengambilan Sampel.....	21
3.4	Metode Pengumpulan Data.....	21
3.4.1	Skala <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> (RSE)	22
3.4.2	Skala <i>Iowa-Netherlands Comparison Orentations Measure</i> (INCOM).....	22
3.5	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	23
3.5.1	Validitas Alat Ukur.....	23
3.5.2	Reliabilitas Alat Ukur.....	23
3.6	Teknik Analisis Data.....	24
3.7	Etika Penelitian.....	25
BAB IV PEMBAHASAN.....		26
4.1	Orientasi Kancan Penelitian	26
4.2	Persiapan Penelitian.....	27
4.2.1	Perizinan Peminjaman Alat Ukur.....	27
4.2.2	Persiapan Alat Ukur	27
4.2.3	Persiapan Pengambilan Data.....	28
4.3	Pelaksanaan Penelitian.....	28
4.4	Hasil Penelitian.....	29

4.4.1	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	29
4.4.2	Deskripsi Identitas Responden.....	30
4.4.3	Deskripsi Data Variabel Penelitian.....	32
4.4.4	Hasil Uji Asumsi	37
4.4.5	Hasil Uji Hipotesis	38
BAB V PENUTUP.....		39
5.1	Pembahasan	39
5.2	Kesimpulan.....	43
5.3	Saran	43
LAMPIRAN.....		54

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Aitem Skala <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> (RSE)	21
Tabel 3.2 Skor Aitem Skala <i>Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure</i> (INCOM).....	22
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Aitem Skala <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> (RSE).....	22
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Aitem Skala <i>Iowa–Netherlands Comparison Orientation Measure</i> (INCOM).....	23
Tabel 4.1 Distribusi Usia Responden	30
Tabel 4.2 Distribusi Jenis Kelamin Responden.....	30
Tabel 4.3 Distribusi Durasi Bermain <i>Instagram</i> Responden	31
Tabel 4.4 Distribusi Lama Bermain <i>Instagram</i> Responden	31
Tabel 4.5 Kategorisasi Skor <i>Self-Esteem</i> Responden.....	33
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor <i>Online Social Comparison</i> Responden	34
Tabel 4.7 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dan <i>Self-Esteem</i> Responden	34
Tabel 4.8 Tabulasi Silang Rata-Rata Durasi dan <i>Self-Esteem</i> Responden	35
Tabel 4.9 Tabulasi Silang <i>Self-Esteem</i> dan <i>Online Social Comparison</i>	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 <i>Pie Chart Preliminary Self-Esteem</i>	5
Gambar 1.2 <i>Pie Chart Preliminary Self-Esteem</i>	6
Gambar 1.3 <i>Pie Chart Preliminary Self-Esteem</i>	6
Gambar 1.4 <i>Pie Chart Preliminary Self-Esteem</i>	8

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A: Coding Skala <i>Self-Esteem</i>	54
Lampiran B: Coding Skala <i>Online Social Comparison</i>	60
Lampiran C: Validitas dan Reliabilitas <i>Self-Esteem</i>	66
Lampiran D: Validitas dan Reliabilitas <i>Online Social Comparison</i>	67
Lampiran E: Uji Asumsi Normalitas.....	67
Lampiran F: Uji Asumsi Linearitas.....	68
Lampiran G: Uji Hipotesis <i>Kendall's Tau-B</i>	68
Lampiran H: Bentuk Kuesioner (<i>Google Form</i>).....	69
Lampiran I: Persetujuan Peminjaman Alat Ukur	73

Livia Jessalyn Anggono (2025) “Hubungan *Online Social Comparison* dengan *Self-Esteem* pada *Emerging Adulthood* Pengguna *Instagram*”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Perkembangan teknologi komunikasi yang pesat menjadikan media sosial, khususnya *Instagram*, sebagai bagian penting dalam kehidupan masyarakat modern. Pengguna media sosial *Instagram* didominasi oleh individu yang berada pada masa *emerging adulthood* untuk membangun relasi dengan orang lain. Namun, aktivitas di media sosial juga memunculkan fenomena *online social comparison*, yaitu kecenderungan individu membandingkan dirinya dengan orang lain. Perbandingan sosial yang terjadi di dunia maya dapat berpengaruh terhadap *self-esteem* atau penilaian diri individu. *Instagram* menjadi salah satu penyebab individu memiliki *self-esteem* yang rendah dan faktor utama yang memengaruhinya adalah *online social comparison*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *online social comparison* dan *self-esteem* pada *emerging adulthood* pengguna *Instagram*. Pengambilan data dilakukan dengan metode *accidental sampling* dan terdapat 270 pengguna yang menjadi responden dalam penelitian ini yang terdiri dari 99 laki-laki dan 171 perempuan. Variabel *self-esteem* diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem* (RSE) disusun oleh Rosenberg (1965) sedangkan variabel *online social comparison* diukur menggunakan *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure* (INCOM) disusun oleh Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Kedua alat ukur diadaptasi ke Bahasa Indonesia untuk menyesuaikan konteks penelitian ini. Berdasarkan uji reliabilitas *Rosenberg Self-Esteem* (RSE) mendapatkan nilai *Alpha Cronbach's* sebesar 0,837 dan *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure* (INCOM) mendapatkan nilai *Alpha Cronbach's* sebesar 0,791. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji statistik non-parametrik *Kendall's Tau-B* yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara *online social comparison* dengan *self-esteem* pada *emerging adulthood* pengguna *Instagram* ($r = 0,253$; $p < 0,05$). Hubungan korelasi positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *online social comparison* yang dilakukan, semakin tinggi *self-esteem* pengguna, begitu juga sebaliknya. Pengguna media sosial yang memiliki *self-esteem* yang tinggi cenderung melakukan *online social comparison* terhadap pengguna yang dipandang inferior. Hal tersebut menjelaskan alasan mengapa *online social comparison* dengan *self-esteem* memiliki korelasi positif.

Kata Kunci: *online social comparison, self-esteem, emerging adulthood, Instagram*

Livia Jessalyn Anggono (2025) “*The Relationship Between Online Social Comparison and Self-Esteem Among Emerging Adulthood Instagram Users*”. **Undergraduate Thesis 1**. Faculty of Psychology, Widya Mandala Surabaya Catholic University.

ABSTRACT

Rapid developments in communication technology have made social media, especially Instagram, an important part of modern society. Instagram users are predominantly individuals in emerging adulthood who use the platform to build relationships with others. However, social media activity also gives rise to the phenomenon of online social comparison, which is the tendency for individuals to compare themselves with others. Social comparisons that occur in the virtual world can affect an individual's self-esteem or self-assessment. Instagram is one of the causes of low self-esteem among individuals, and the main factor influencing this is online social comparison. This study aims to determine the relationship between online social comparison and self-esteem in emerging adulthood among Instagram users. Data collection was conducted using accidental sampling, and there were 270 users who became respondents in this study, consisting of 99 males and 171 females. The self-esteem variable was measured using the Rosenberg Self-Esteem (RSE) developed by Rosenberg (1965), while the online social comparison variable was measured using the Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) developed by Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Both measurement tools were adapted into Indonesian to suit the context of this study. Based on the reliability test, the Rosenberg Self-Esteem (RSE) obtained a Cronbach's Alpha value of 0.837 and the Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) obtained a Cronbach's Alpha value of 0.791. The results of the hypothesis testing in this study used Kendall's Tau-B non-parametric statistical test, which showed a significant relationship between online social comparison and self-esteem in emerging adulthood among Instagram users ($r = 0.253$; $p < 0.05$). The positive correlation shows that the higher the online social comparison, the higher the self-esteem of users, and vice versa. Social media users with high self-esteem tend to engage in online social comparison with users who are perceived as inferior. This explains why online social comparison and self-esteem have a positive correlation.

Keywords: *online social comparison, self-esteem, emerging adulthood, Instagram*