

HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN PERBANDINGAN SOSIAL PADA MAHASISWA PENGGUNA MEDIA SOSIAL *INSTAGRAM*

Shafina Hasna Yustianita¹, Kartika Sari Dewi¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

shafinahasna@gmail.com

Abstrak

Penggunaan *Instagram* seringkali menyebabkan mahasiswa membandingkan diri dengan orang lain yang dilihatnya di *Instagram*, yang dapat memicu perasaan rendah diri dan tidak puas dengan kehidupan yang dimiliki. Kebersyukuran dapat membantu menyadari berbagai kebaikan yang telah singgah sehingga mengalihkan perhatian dari hal-hal yang tidak dimiliki. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara kebersyukuran dengan perbandingan sosial pada mahasiswa pengguna media sosial *Instagram*. Partisipan dalam penelitian sebanyak 120 mahasiswa pengguna *Instagram* di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang diperoleh dengan teknik *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measurement* (INCOM) (9 aitem, $\alpha = 0,846$) adaptasi bahasa Indonesia dan Skala Bersyukur versi Indonesia (22 aitem, $\alpha = 0,919$). Pengujian hipotesis dilakukan dengan korelasi *Spearman's Rank* menunjukkan hasil koefisien korelasi $r_s = -0,373$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kebersyukuran dengan perbandingan sosial pada mahasiswa pengguna media sosial *Instagram*. Semakin tinggi kebersyukuran maka semakin rendah perbandingan sosial, begitu pula sebaliknya, semakin rendah kebersyukuran maka semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan.

Kata kunci: kebersyukuran; perbandingan sosial; mahasiswa; *instagram*

THE RELATIONSHIP BETWEEN GRATITUDE AND SOCIAL COMPARISON AMONG STUDENT USERS OF SOCIAL MEDIA INSTAGRAM

Shafina Hasna Yustianita¹, Kartika Sari Dewi¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

shafinahasna@gmail.com

Abstract

The use of Instagram often causes students to compare themselves with others they have seen on Instagram, making them feel insecure and unsatisfied with their lives. Gratitude can help them in realizing many good things they had that can distract their minds from stuff they do not own. This research aimed to explore the relationship between gratitude and social comparison among college student users of social media Instagram. The participants in this research were 120 student users of Instagram in the Faculty of Psychology at Universitas Diponegoro obtained from convenience sampling technique. The measuring tools used were the Indonesian language adaptation of Iowa Netherlands Comparison Orientation Measurement (INCOM) scale (9 items, $\alpha = 0.846$) and the Indonesian version of the Gratitude Scale (22 items, $\alpha = 0.919$). Hypothesis testing conducted with Spearman's Rank correlation showed the results of the correlation coefficient $r_s = 0.373$ with a significance of 0.000 ($p < 0.05$). The analysis results showed that there was a significant negative relationship between gratitude and social comparison among student users of social media Instagram. This means that the higher the gratitude, the lower the social comparison, and vice versa; the lower the gratitude, the higher the social comparison among student users of social media Instagram.

Keywords: gratitude; social comparison; student; instagram.