

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Beberapa puluh tahun belakangan, dunia kerja mengalami perkembangan yang pesat. Berdasar dari catatan Badan Pusat Statistik dalam survei Angkatan Kerja Nasional, Jumlah angkatan pekerja mengalami kenaikan sebesar 2,76 juta orang dari bulan Februari 2023 sampai dengan bulan Februari 2024 yang berjumlah 149,38 juta orang, maka dapat disimpulkan jika kontribusi angkatan kerja mengalami kenaikan senilai 0,50% dibandingkan dengan Februari 2023.¹ Persoalan berikut menunjukkan tingkat partisipasi angkatan kerja di tahun 2024 lebih baik atau naik dari tahun 2023 atau semenjak pandemi 2020.²

Klinik Pratama Jimbun Medika sebagai sebuah fasilitas umum yang memiliki kedudukan untuk menyediakan jasa layanan kesehatan kepada masyarakat, tidak terlepas dari tantangan untuk memastikan kualitas pelayanan yang optimal. Sebagaimana dikutip oleh Apriyanti, untuk mencapai kinerja yang optimal diperlukan kemampuan serta pengetahuan sumber daya manusia yang memadai.³ Dalam lingkungan pekerjaan, karyawan klinik dituntut untuk terus memperbarui pengetahuan serta mengasah kemampuan yang ada agar relevan dengan teknologi bidang kesehatan yang terus berinovasi secara pesat serta dapat memaparkan

¹ Badan Pusat Statistik. (6 Mei 2024). BPS: Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) senilai 4,82 persen serta Rata-rata upah buruh senilai 3,04 juta rupiah per bulan. Diakses dari <https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2024/05/06/2372/tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--senilai-4-82-persen-serta-rata-rata-upah-buruh-senilai-3-04-juta-rupiah-per-bulan.html>

² Imamatul Silvia, (2023, Mei 5). ANTARA. *BPS: Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja Februari 2023 Lebih Baik*. Diakses dari <https://www.antaraneews.com/berita/3522840/bps-tingkat-partisipasi-angkatan-kerja-februari-2023-lebih-baik>.

³ Apriyanti, *Skripsi: Analisis Kinerja Staf Dalam Memberikan Pelayanan Administrasi Kepada Masyarakat Desa Lamantu, Kabupaten Kepulauan Selayar*, 2023.

pelayanan terbaik terhadap pasien. Tuntutan untuk terus memperbaharui kemampuan meningkatkan tekanan serta tantangan dalam pekerjaan yang berimbas pada kesejahteraan psikologis individu.⁴ Menurut Ryff serta Keyes sebagaimana tertera dalam *Handbook Of Positive Psychology* individu dinyatakan sejahtera secara psikologis jika memenuhi beberapa aspek yaitu: keadaan individu yang dapat menciptakan perilaku positif pada diri sendiri serta dapat membangun relasi positif bersama individu lain, menyadari potensi yang dimiliki serta mengembangkannya, dapat membuat keputusan dalam hidup, dapat beradaptasi bersama lingkungan, memiliki tujuan hidup serta mampu menjadikannya bermakna.⁵

Kesejahteraan psikologis yang ada pada karyawan berada dalam level yang berbeda, bergantung bagaimana cara individu menanggapi sebuah permasalahan. Berdasar permasalahan psikologis di bawah ini membuktikan jika karyawan klinik tersebut berada dalam kondisi yang sejahtera serta tidak sejahtera. Dalam konteks pembaruan kemampuan serta pengetahuan yang dimiliki pada kenyataan di lapangan, seorang karyawan berinisial JC mengaku tidak hanya mengandalkan pendidikan formal saja namun atasan serta rekan kerja menjadi pilihan karyawan untuk bertukar pengalaman yang dapat meningkatkan keterampilan individu.⁶ Dalam tahap bertukar pengalaman tersebut, karyawan secara tidak langsung melihat kinerja serta kemampuan yang dimiliki oleh rekan kerja yang lebih unggul

⁴ Cito Meriko serta Olivia Hadiwirawan, *Kesejahteraan Psikologis Perempuan Yang Berperan Ganda*, Jurnal Psikologi Unsyiah, Vol 2, No. 1, Januari 2019, hal 71.

⁵ C.R. Synder & Shane J. Lopez, *Handbook Of Positive Psychology*, (Oxford University: Oxford University Press Inc, 2002), hal 543.

⁶ Deppy Fitria Marisya, *Pengaruh Individual Attitude serta Management Support Terhadap Knowledge Sharing Pada Karyawan Bank Kalbar Cabang Ngabang*, Proceeding Seminar Bisnis Seri V 2021.

dibandingkan diri-sendiri. Persoalan tersebut dapat membawa dampak positif jika diarahkan pada tujuan yang baik.⁷ Sebaliknya, Karyawan yang merasa tertinggal dibandingkan dengan rekan yang dianggap lebih unggul akan mengalami penurunan motivasi untuk meningkatkan kinerja.

Pada lingkungan kerja yang kompetitif, seorang karyawan berinisial DS merasa tertekan untuk menyesuaikan gaya hidup mereka dengan standar yang ditetapkan oleh lingkungan sosial. Hal ini dapat menciptakan ketegangan terhadap keinginan untuk menjaga identitas serta nilai-nilai pribadi mereka dengan kebutuhan untuk merasa diterima serta diakui oleh kelompok sosial mereka. Apabila diarahkan pada tujuan yang positif akan memberikan inspirasi, bahkan merasa cukup atas segala hal yang ada dalam hidup. Namun jika merasa tertinggal atau tidak sebanding dengan gaya hidup yang terlihat dari individu lain, dapat mendorong perilaku konsumtif yang tidak sehat seperti membeli barang mewah atau menghabiskan uang lebih dari yang mereka mampu hanya untuk dipuji oleh individu lain. Sehingga ketidaksesuaian pada gaya hidup dengan perilaku konsumtif kelamaan akan menimbulkan permasalahan yang lebih kompleks sampai mengakibatkan stress.⁸

Selain itu karyawan klinik kesehatan berinisial OV mengaku sering kali tertekan oleh tuntutan jam kerja yang panjang dan intensitas pekerjaan yang tinggi. Jam kerja yang berlebihan dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental, mengurangi waktu untuk beristirahat, serta membatasi kesempatan bagi karyawan

⁷ Cherry, K, (2020), Citation: *Social Comparison Theory in Psychology*, Diperoleh dari <https://www.verywellmind.com/what-is-the-social-comparison-process-2795872>.

⁸ Observasi di Klinik Jimbun Medika, 5 Juni 2024.

untuk menjalani kehidupan pribadi yang seimbang.⁹ Situasi seperti pengambilan keputusan yang cepat dan tepat terutama dalam kondisi darurat atau saat menangani pasien dengan kebutuhan medis yang mendesak juga sering dilakukan oleh karyawan instansi kesehatan. Tekanan untuk membuat keputusan yang cepat dan akurat dapat meningkatkan tingkat stres dan kecemasan, yang pada akhirnya berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka.¹⁰ Apabila tidak dikelola dengan baik, kombinasi antara jam kerja yang panjang dan tuntutan untuk pengambilan keputusan yang cepat ini dapat menurunkan motivasi, produktivitas dan kualitas hidup karyawan, serta berpotensi meningkatkan risiko burnout dan gangguan kesehatan mental lainnya.¹¹ Pada Penelitian Vandiya serta Etikariena disebutkan jika lingkungan kerja yang penuh stress serta tekanan akan menurunkan kesejahteraan karyawan.¹² Maka dari itu kesejahteraan psikologis sangat penting bagi karyawan fasilitas kesehatan karena berada pada lingkungan kerja yang seringkali penuh banyak tekanan, tanggung jawab berat, serta situasi yang emosional.¹³

Berdasar dari observasi serta paparan fenomena di lokasi penelitian di atas, permasalahan tersebut diduga disebabkan oleh proses perbandingan sosial. Didukung oleh Penelitian dari Jin Kyun lee, perbandingan sosial dapat

⁹ Goh, J., Pfeffer, J., & Zenios, S. A. (2015). The Relationship Between Workplace Stressors and Mortality and Health Costs in the United States. *Management Science*, Hal 608-628.

¹⁰ West, C. P., Dyrbye, L. N., & Shanafelt, T. D. (2018). Physician burnout: contributors, consequences, and solutions. *Journal of Internal Medicine*, hal 283.

¹¹ Shanafelt, T. D., Goh, J., & Sinsky, C. (2019). The Business Case for Investing in Physician Well-being. *JAMA Internal Medicine*, Hal 1628-1632.

¹² Vissy Vandiya serta Arum Etikariena, *Stress Kerja serta Keterikatan Kerja Pada Karyawan Swasta: Peran Mediasi Kesejahteraan Karyawan Ditempat Kerja*, Jurnal Psikogenesis, Volume 6, No.1, Juni 2018, hal 22.

¹³ Nadya Indah Fauzia serta Megawati Batubara, *Gambaran Psychological Well-Being Pada Perawat Kesehatan Jiwa Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat*, Vol. 11, No. 2, Juni 2022: 105 – 113.

menimbulkan emosi negative yang dapat menurunkan persepsi dukungan sosial, harga diri serta kesejahteraan psikologis.¹⁴

Pada sebuah organisasi atau perusahaan, perbandingan sosial ialah hal yang tidak dapat dihindarkan. Kecenderungan individu untuk membandingkan diri dengan individu lain biasa dilakukan dengan tujuan evaluasi diri, perbaikan diri serta peningkatan diri.¹⁵ Sebagaimana dikutip Maryam pada buku ajar psikologi sosial, Leon Festinger berpendapat *Social comparison* ialah tahap ketika individu melakukan perbandingan diri bersama individu lain.¹⁶ Yang terbagi menjadi dua macam yakni *upward social comparison* serta *downward social comparison*.¹⁷ *Upward social comparison* ialah ketika individu berusaha membandingkan kemampuan, pendapat, pencapaian dengan individu lain yang ditinjau lebih baik. Sedangkan *downward social comparison* ialah situasi dimana individu berusaha membandingkan kemampuan, pendapat atau pencapaian yang ada bersama individu lain yang ditinjau tidak sebaik dirinya.¹⁸

Penelitian berikut terfokus pada sebuah jenis *social comparison*, ialah *upward social comparison*. Menurut Eddleston perbandingan sosial ke atas terjadi jika seseorang berusaha memadankan ataupun mencocokkan atribut pada diri mereka

¹⁴ Jin Kyun Lee, *The Effect Of Social Comparison Orientation On psychological Well-Being in Social Networking Sites: Serial Mediation Of Perceived Social Support And Self Esteem*, National Library Of Medicine: National Center For Biotechnology Information, PMC: PubMed Central, 2020.

¹⁵ Jerry Suls, et al, *Social Comparison; Why, With Whom and With What Effect?*, Volume 11 issue 5 (2002).

¹⁶ Effy Wardati Maryam, S.Psi.,M.Si, *Buku Adjar: Psikologi Sosial* (Sidoarjo: Umsida Press:2018). hal 48.

¹⁷ Joshua J Guyer & Thomas I. 2018. *Upward and Downward Comparison: A brief Historical Overview*. Departement of Psychology Universidad Autonoma de Madrid Spain & Queen's University Kingston Canada. Persoalan 4.

¹⁸ Aronson, E., et al. 2014. *Social Psychology* (8th Ed), New Jersey: Pearson Education, Inc. hal 145.

dengan orang-orang yang dianggap lebih dalam segala hal.¹⁹ Perbandingan sosial ke atas juga dapat menghadirkan pengaruh berupa dorongan positif jika diarahkan pada aspirasi serta tujuan yang sehat. Seseorang membandingkan dengan individu lain yang dirasa lebih baik dari dirinya agar memperoleh inspirasi untuk berinovasi serta bertumbuh menjadi lebih baik.²⁰ Sebaliknya, karyawan yang merasa tertinggal atau kurang berhasil dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang dianggap lebih unggul mungkin mengalami penurunan motivasi, rasa kurang percaya diri, kecemasan serta konflik lain mengenai pencapaian pribadi rekan lain sehingga merugikan produktivitas dan kualitas pekerjaan.²¹

Upward social comparison pada karyawan klinik kesehatan menarik untuk diteliti karena lingkungan kerja di klinik kesehatan sering kali penuh dengan dinamika sosial yang kompleks dan kompetitif. Karyawan cenderung membandingkan diri mereka dengan rekan kerja yang dianggap memiliki keterampilan lebih tinggi yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Dalam konteks klinik kesehatan, di mana tekanan kerja tinggi dan keputusan harus diambil dengan cepat dan tepat, perbandingan sosial ke atas dapat menjadi sumber motivasi untuk meningkatkan kinerja dan keterampilan.²² Namun, jika tidak dikelola dengan baik, perbandingan ini juga dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri atau pekerjaan mereka.²³

¹⁹ Eddleston, K.A. 2009. *The Effects of Social Comparisons on Managerial Career Satisfaction And Turnover Intentions*. Career Development International.

²⁰ Cherry, K. (2020), Citation: *Social Comparison Theory in Psychology*, Diperoleh dari <https://www.verywellmind.com/what-is-the-social-comparison-process-2795872>.

²¹ Krismena Tovalini, *Manajemen Konflik: Suatu Peluang Dalam Meningkatkan Produktivitas Dalam Organisasi Publik*, Jurnal JIPS (Jurnal Ilmiah Pendidikan Scholastic) Vol.3 No. 3 (2019).

²² Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.

²³ Buunk, B. P., & Gibbons, F. X. (2007). Social Comparison: The End of a Theory and the Emergence of a Field. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 102(1), 3-21.

Perbandingan sosial ke atas yang dijalankan pada sebuah organisasi membawa dampak positif, terutama pada kepuasan serta motivasi individu yang memiliki orientasi perbandingan yang tinggi.²⁴ *Upward sosial comparison* juga memberi dampak kesehatan mental seseorang melalui kepuasan hidup, harga diri serta kinerja memakai motif peningkatan diri, perbaikan diri serta identifikasi diri.²⁵ Dalam Penelitian berbasis dukungan online, perbandingan sosial ke atas memberi dampak individu untuk berperilaku positif serta meningkatkan harga diri.²⁶ Disisi lain perbandingan sosial pada aspek pendapat dapat meningkatkan kognisi sosial pada orang dewasa khususnya lanjut usia, yang berpotensi memaparkan manfaat pada kesejahteraan seseorang.²⁷

Persoalan tersebut selaras dengan observasi oleh pengamat kepada karyawan Klinik Jimbun Medika. Karyawan pertama berinisial D berjenis kelamin laki-laki yang sudah berdinis sebagai perawat di klinik tersebut selama 2 tahun yang mengaku membandingkan diri dengan rekan kerja yang ada kemampuan lebih baik dengan tujuan untuk mengevaluasi diri terkait kinerja yang telah dijalankan. Persoalan tersebut menjadikan responden lebih mengenali diri serta memiliki keinginan untuk meningkatkan kinerja. Responden juga berfikir di usia yang sudah matang, melaksanakan perbandingan sosial ke atas akan membawa dampak yang baik jika tidak dijalankan secara berlebihan.

²⁴ Liu,, Jin. (2022). *Social Comparison in Organizations*. Oxford Research Encyclopedia of Psychology, doi: 10.1093/acrefore/9780190236557.013.554.

²⁵ M., Joseph, Sirgy. (2021). *Effects of Social Comparisons on Wellbeing*. 321-338. doi: 10.1007/978-3-030-71888-6_15.

²⁶ Yining, Z, Malloch., Jingwen, Zhang., Sijia, Qian. (2023). *Effects of social comparison direction, comparison distance, and message framing on health behavioral intention in online support groups*. *Cyberpsychology*, 17(3) doi: 10.5817/cp2023-3-10.

²⁷ Janelle, N., Beadle. (2022). *Investigating the neural bases of social comparison in aging*. *Social Neuroscience*, 17:568-569. doi: 10.1080/17470919.2023.2192959.

Karyawan kedua berinisial J berjenis kelamin wanita yang telah berdinasi sebagai staf administrasi di klinik tersebut selama 3 tahun yang mengaku membandingkan diri dengan rekan kerja yang memiliki gaya hidup lebih teratur dengan tujuan untuk peningkatan diri. Hal menjadikan individu terinspirasi untuk memperbaiki gaya hidup yang kurang sehat. Responden merasa jika membandingkan diri secara terus-menerus akan menciptakan ketidakseimbangan pada kehidupan kerja dan kehidupan pribadi. Responden melakukan perbandingan sosial dengan alasan lingkungan kerja sangat kompetitif serta ambisius.

Karyawan ketiga berinisial S berjenis kelamin wanita yang telah berdinasi di sebagai perawat di klinik tersebut selama 3,5 tahun yang mengaku membandingkan diri dengan rekan kerja dengan tujuan untuk mengevaluasi diri terkait penampilan fisik, individu merasa tubuhnya terlalu gemuk jadi kurang percaya diri. Namun karena fasilitas kesehatan memiliki standar kerapian serta kebersihan tersendiri yang tidak melulu menjurus pada keindahan fisik, jadi responden dapat berfikir mampu memenuhi standar tersebut hingga dapat menerima diri.

Karyawan keempat berinisial B berjenis kelamin laki-laki yang telah berdinasi sebagai perawat di klinik tersebut selama 3 tahun yang mengaku membandingkan diri dengan rekan kerja yang memiliki gaya hidup yang dipenuhi kemewahan. Hal tersebut menjadikan individu untuk mengikuti gaya hidup yang terlalu berlebihan hanya untuk memperoleh pengakuan dari lingkungan. Namun tindakan tersebut membuat responden terlibat pada masalah baru yang timbul dari perilaku konsumtifnya yakni menghabiskan uang lebih dari yang mereka mampu serta

menjadikan pikiran lebih rentan terkena stress dikarenakan adanya cicilan, kredit, dsb.²⁸

Dari observasi yang telah dijalankan memperoleh hasil kesejahteraan psikologis di kalangan karyawan Klinik Jimbun Medika diduga mendapat pengaruh dari perbandingan sosial ke atas. Yang menunjukkan jika perbandingan sosial memengaruhi aspek-aspek tertentu pada kehidupan psikologis Karyawan, dampak positif serta buruk yang ditimbulkan dari permasalahan di atas akan berpengaruh terhadap keadaan kesejahteraan psikologis karyawan, namun tetap bergantung pada bagaimana individu merespon serta menanggapi perbandingan tersebut.

Menurut studi oleh Nopiati Arifin, Bastid serta Faradillah Firdaus yang berjudul “Hubungan pada perbandingan sosial serta kepuasan hidup pada remaja”. Penelitian tersebut menunjukkan korelasi yang bersifat negatif pada variabel perbandingan sosial dengan kepuasan hidup pada responden remaja. Dapat dianalogikan jika makin tinggi perbandingan sosial, makin rendah pula tingkat kepuasan hidup pada remaja. Sehingga dapat disimpulkan jika *social comparison* berampak terhadap kepuasan psikologis individu yang membuktikan jika seseorang yang membandingkan diri mereka dengan individu lain dan merasa kalah pada perbandingan memiliki tingkat kepuasan psikologis yang lebih rendah.²⁹ Oleh karena itu, korelasi pada *upward social comparison* dengan kesejahteraan psikologis Karyawan ialah topik yang menarik untuk diteliti lebih lanjut.

Berdasar pada paparan fakta serta data di atas pengamat berhasil menarik kesimpulan jika karyawan ialah seorang yang bekerja pada suatu perusahaan atau

²⁸ Eka Sadna. 2023. “Fenomena *Perbandingan Sosial Karyawati di Klinik Jimbun Medika*”. Hasil wawancara pribadi serta kuesioner: 5 Juni 2024, Klinik Jimbun Medika.

²⁹ Nopiati Arifin, Bastid serta Faradillah Firdaus, *Hubungan Antara Perbandingan Sosial Dan Kepuasan Hidup Pada Remaja*, Vol. 2 No. 3 Juli 2022, page 351-357.

organisasi. Dalam konteks Penelitian, karyawan fasilitas kesehatan mengalami tuntutan untuk terus memperbarui kemampuan serta pengetahuan pada bidang kesehatan. Karyawan seringkali meminta bantuan serta berbagi pengetahuan dengan rekan kerja atau atasan, namun dalam tahap tersebut individu dapat melihat kemampuan rekan kerja yang lebih unggul. Proses tersebut memberikan dorongan positif yang dapat meningkatkan motivasi karyawan untuk mengejar ketertinggalan serta memaksimalkan potensi yang ada. Salah satu sebab yang diduga dapat memberi dampak kesejahteraan karyawan ialah *upward social comparison* atau perbandingan sosial ke atas. Penelitian berikut mengangkat topik karyawan yang melaksanakan perbandingan sosial, terutama pada perbandingan sosial ke atas dengan rekan kerja dimana kondisi ini mendorong individu membandingkan diri terhadap individu lain yang dirasa memiliki *value* lebih baik untuk dijadikan inspirasi untuk meningkatkan kemampuan. Sehingga dapat memengaruhi persepsi mengenai diri-sendiri serta diduga berdampak pada kesejahteraan psikologis Karyawan, maka dari itu permasalahan tersebut perlu untuk diujikan. Serta pada akhirnya peneliti terdorong untuk meneliti berkenaan dengan apakah ada korelasi positif pada *upward social comparison* dengan kesejahteraan psikologis pada karyawan di Klinik Pratama Jimbun Medika.

B. Rumusan Masalah

1. Seberapa tinggi perilaku *upward social comparison* pada Karyawan di Klinik Jimbun Medika?
2. Seberapa tinggi kesejahteraan psikologis pada Karyawan di Klinik Jimbun Medika?
3. Adakah korelasi pada *upward social comparison* terhadap kesejahteraan psikologis pada Karyawan di Klinik Jimbun Medika?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk memahami seberapa tinggi perilaku *upward social comparison* pada Karyawan di Klinik Jimbun Medika.
2. Untuk memahami seberapa tinggi kesejahteraan psikologis pada Karyawan di Klinik Jimbun Medika.
3. Untuk memahami adakah korelasi pada variabel *upward social comparison* terhadap kesejahteraan psikologis pada Karyawan di Klinik Jimbun Medika.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Faedah yang diharapkan dari pengkajian Penelitian berikut ialah dapat membantu perluasan keilmuan psikologi yang terkait Hubungan Antara *Upward Social Comparison* Dengan Kesejahteraan Psikologis Karyawan Klinik Jimbun Medika.

2. Secara Praktis

A. Bagi Mahasiswa

Memberikan pengetahuan baru kepada mahasiswa terkait Hubungan Antara *Upward Social Comparison* Dengan Kesejahteraan Psikologis Karyawan Klinik Jimbun Medika.

B. Bagi Pihak Klinik

I. Peneliti mengharapkan pengkajian riset ini memaparkan sumbangsih berupa pemahaman mengenai peran perbandingan sosial ke atas pada konteks kesejahteraan psikologis Karyawan di Klinik Jimbun Medika.

II. Peneliti mengharapkan pengkajian riset berikut memberikan pengetahuan untuk manajemen klinik ketika menyusun program guna meningkatkan kualitas kerja serta hidup Karyawan di Klinik Jimbun Medika.

III. Peneliti mengharapkan pengkajian riset berikut dapat menjadi dasar peningkatan program-program yang bertujuan untuk memfokuskan kualitas kerja serta kesejahteraan Karyawan di Klinik Jimbun Medika.

C. Bagi Penelitian Seterusnya

Apabila pengamat selanjutnya berminat menggali Penelitian dengan tema terkait, pengkajian penelitian berikut dapat dipakai sebagai sumber.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yang dicantumkan akan menjadi fondasi pada penyusunan Penelitian. Peneliti akan melaksanakan pengkajian kembali, dengan menilik sisi perbedaan dari penelitian sebelumnya.

1. “Hubungan Antara Perbandingan Sosial Dan Kepuasan Hidup Pada Remaja”

Penelitian oleh Nopiati Arifin, Basti serta Faradillah Firdaus pada tahun 2022 dengan menerapkan sistem pendekatan kuantitatif melalui pendekatan korelasi. Teknik *accidental sampling* diaplikasikan pada seleksi sampel Penelitian berikut. Responden Penelitian berikut ialah 251 remaja di Kota Makassar. Skala *Likert* dipakai pada sistem pengumpulan data. Berlandaskan analisis data diperoleh jika besaran korelasi antar variabel ialah $r = -0,196$ serta nilai signikansi $p = 0,002$ ($p < 0,01$), yang ada makna korelasi negatif pada kedua variabel.

Penelitian berikut terfokus pada pengkajian ada tidaknya korelasi pada *social comparison* dengan kepuasan hidup pada remaja. Penelitian berikut memiliki kesamaan yakni membahas *social comparison*. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada fokus Penelitian, responden serta variabel terikat ialah *upward social comparison*, remaja serta variabel kepuasan hidup.³⁰

³⁰ Nofiati Arifin, dkk, *Hubungan Antara Perbandingan Sosial Dan Kepuasan Hidup Pada Remaja Jurnal Of Education*, (Makassar: ADIBA, 2022) Vol.2 hal. 351-357.

2. “Hubungan perbandingan sosial dengan kepercayaan diri remaja wanita pengguna instagram”

Penelitian oleh Wahyunda Rizki Oktapriandini dengan menerapkan sistem pendekatan kuantitatif pendekatan korelasional. Teknik *purpose sampling* diterapkan ketika dijalankan pengambilan sampel pada Penelitian. Responden Penelitian berikut ialah remaja berjenis kelamin wanita yang memakai digital platform instagram berjumlah 97 individu yang berusia 15-18 tahun. Prosedur pengumpulan data yang dipakai ialah Skala Perbandingan Sosial serta *The Extended Satisfaction with Life Scale* milik Alfonso, Allison, Rader serta Gorman (1996) yang berupa rasio *likert*. Teknik analisis data yang diterapkan ialah *Spearman Rank Correlation Coefficient*. Yang menunjukkan nilai signifikansi p senilai 0.21. Dapat diartikan jika tidak ada korelasi pada kedua variabel.

Pengkajian penelitian berikut terfokus pada pengkajian ada tidaknya korelasi pada perbandingan sosial dengan kepercayaan diri remaja wanita pengguna digital platform instagram. Penelitian berikut memiliki kesamaan yakni membahas *social comparison*. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada fokus Penelitian, responden serta variabel terikat ialah *upward social comparison*, remaja wanita yang memakai instagram serta variabel kepercayaan diri.³¹

³¹ Wahyunda Rizki Oktapriandini, *Skripsi: Hubungan Social Comparison Dengan Kepercayaan Diri Remaja Perempuan Pengguna Media Social Instagram*, 2022.

3. “Kesejahteraan Psikologis Perempuan Yang Berperan Ganda”

Penelitian oleh Cito Meriko serta Olivia Hadiwirawan pada tahun 2019 menerapkan sistem kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Informan Penelitian berjumlah 4 individu yang berprofesi sebagai pimpinan pada perusahaan sektor formal. Wawancara intens yang dirancang semi terstruktur sebagai alat pengumpulan data dari informan. Penelitian berikut membuktikan jika keempat informan dapat memenuhi kesejahteraan psikologis yang ada. Dimensi yang memegang peran vital dalam menjaga kestabilan kesejahteraan psikologis wanita berperan ganda ialah aspek penguasaan lingkungan. Hubungan dari keenam dimensi kesejahteraan psikologis pada keempat informan ada motif berbeda bergantung dengan keragaman peran domestic yang dijalani.

Penelitian berikut terfokus mendeskripsikan kesejahteraan psikologis wanita yang berperan ganda. Persamaan Penelitian berikut terletak pada fokus penelitian yaitu mengkaji kesejahteraan psikologis individu. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada pendekatan Penelitian.³²

³² Cito Meriko serta Olivia Hadiwirawan, *Kesejahteraan Psikologis Perempuan Yang Berperan Ganda*, (Aceh: Seurune, 2019).

4. “Hubungan Antara *Social Comparison* Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa Pengguna Instagram Di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh”.

Penelitian oleh Rafifah ‘Aissy Putri pada tahun 2022 dengan menerapkan tehnik pendekatan kuantitatif. *Proportionate stratified random sampling* dipakai sebagai prosedur pengambilan sampel pada Penelitian berikut. Sebanyak 220 Mahasiswi dijadikan responden. Berdasar dari hasil analisis data, didapatkan nilai korelasi rho (ρ) = 0,494 bersama signifikan 0,000 yang menunjukkan adanya korelasi pada kedua variabel.

Penelitian berikut terfokus pada pengkajian adakah korelasi pada *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswi pengguna instagram. Penelitian berikut memiliki kesamaan pada topik bahasan yaitu *social comparison*. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada fokus Penelitian, responden serta variabel terikat ialah *upward social comparison*, mahasiswi pengguna instagram serta variabel *body dissatisfaction*.³³

5. “Pengaruh *Social Comparison* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar”.

Penelitian oleh Fatimah NAS pada tahun 2021 dengan menerapkan teknik pendekatan kuantitatif. Teknik *accidental sampling* diterapkan pada pengambilan sampel. Jumlah sampel yang akan diuji berjumlah

³³ Rafifah ‘Aissy Putri, *Skripsi: Hubungan Antara Social Comparison Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa Pengguna Instagram Di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2022.*

paling sedikit 400 partisipan wanita berumur 18-25 tahun berdomisili di Kota Makassar. Analisis menunjukkan pengaruh signifikan bersama nilai kontribusi senilai 23% yang berorientasi pada pengaruh positif.

Penelitian berikut terfokus pada pengkajian ada tidaknya korelasi pada *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal. Penelitian memiliki kesamaan yakni membahas *social comparison*. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada fokus Penelitian serta variabel terikat ialah *upward social comparison* serta *body dissatisfaction*.³⁴

6. “Perbandingan Sosial serta Citra Tubuh Pada Remaja Putri Pengguna Sosial Media Instagram Saat Pandemi”.

Penelitian oleh Dimas Satria Pratama pada tahun 2021 dengan menerapkan teknik pendekatan kuantitatif. Teknik *random sampling* diterapkan dalam pengambilan sampel. Sampel yang akan diambil datanya ialah individu remaja berjenis kelamin wanita dengan usia 18-24 tahun yang meliputi pengguna platform Instagram yang seluruhnya berjumlah 186 orang. Berdasar dari hasil analisis pada Penelitian berikut diperoleh korelasi yang signifikan dengan nilai $p= 0.384$.

Penelitian berikut terfokus pada pengkajian mengenai ada dan tidaknya korelasi kedua variabel perbandingan sosial serta citra tubuh para remaja putri pengguna instagram. Penelitian berikut memiliki kesamaan yakni membahas *social comparison*. Perbedaan Penelitian

³⁴ Fatimah NAS, *Skripsi: Pengaruh Social Comparison Terhadap Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar*, 2021.

berikut terletak pada fokus Penelitian, responden serta variabel terikat ialah *upward social comparison*, remaja putri yang memakai digital platform instagram serta variabel citra tubuh.³⁵

7. “Kepercayaan Diri Pada Remaja: Menguji Peranan Perbandingan Sosial serta Ketidakpuasan Tubuh”

Penelitian oleh Opsiviantoto, Santi serta Kusumandari pada tahun 2023 dengan tehnik kuantitatif serta pendekatan korelasi. Teknik *accidental sampling* diterapkan pada pengambilan sampel. Responden yang akan diambil datanya ialah remaja berjenis kelamin wanita berusia 15-19 tahun serta terdiri dari 100 responden remaja yang berdomisili di Kabupaten Sidoarjo. Berdasar pada hasil analisis data penelitian berikut didapatkan korelasi yang berorientasi pada arah negatif, kedua variabel tersebut menyumbang pengaruh senilai 52,4% terhadap kepercayaan diri.

Penelitian berikut terfokus pada pengkajian adakah korelasi kedua variabel kepercayaan diri pada remaja wanita berusia 15-19 tahun. Penelitian berikut memiliki kesamaan membahas *social comparison*. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada fokus Penelitian, responden serta variabel terikat ialah *upward social comparison*, remaja wanita serta variabel *body dissatisfaction*.³⁶

³⁵ Dimas Satria Pratama, *Skripsi: Perbandingan Sosial serta Citra Tubuh Pada Remaja Putri Pengguna Sosial Media Instagram Saat Pandemi*, 2021.

³⁶ Madya Bangsa Opsiviantoto, dkk. *Kepercayaan Diri Pada Remaja: Menguji Peranan Perbandingan Sosial serta Ketidakpuasan Tubuh*. Volume 3, No. 1, Mei 2023. Hal 107 – 116.

8. “Apakah Perbandingan Sosial Dalam Menggunakan Instruksi Berperan Terhadap Kebahagiaan Remaja?”

Penelitian oleh Adinda Nasha Ayu Febrianti serta Supriyadi pada tahun 2020 yang menerapkan teknik kuantitatif. Teknik *proportionate stratified random sampling* diterapkan dalam pengambilan sampel. Jumlah sampel studi ini sejumlah 437 mahasiswa di sebuah universitas. Berdasarkan hasil pengujian perbandingan sosial secara signifikan tidak menyumbang peran.

Penelitian berikut terfokus pada pengkajian apakah perbandingan sosial memaparkan pengaruh ke dalam kebahagiaan pada mahasiswa pengguna digital platform instagram. Penelitian berikut ada kesamaan ialah membahas *social comparison*. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada fokus Penelitian, responden serta variabel terikat ialah *upward social comparison*, mahasiswa pengguna digital platform instagram serta variabel kebahagiaan.³⁷

9. “Hubungan *Social Comparison* serta *Body Dissatisfaction* Pada Wanita yang Memiliki Kelebihan Berat Badan (*Overweight*)”

Penelitian oleh Nur Alifa serta Langerya Rizal tahun 2020 menerapkan teknik kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasi. Teknik *purposive sampling* diterapkan pengamat dalam pengambilan sampel. Sampel yang dipakai sejumlah 101 individu wanita obesitas serta berdomisili di Provinsi Bengkulu. Analisis produk

³⁷ Adinda Nasha Ayu Febrianti serta Supriyadi. *Apakah Perbandingan Sosial Dalam Menggunakan Instagram Berperan Terhadap Kebahagiaan Remaja?*. Dipublikasikan 30 Juli 2020.

momen *pearson* dipakai dalam metode analisis Penelitian berikut. Berdasar dari hasil analisis, ditemukan nilai senilai $r= 0,865$. Yang disimpulkan terdapat korelasi antar kedua variabel.

Penelitian berikut terfokus pada pengkajian ada tidaknya korelasi pada perbandingan sosial serta *body dissatisfaction* pada wanita dengan berat badan lebih. Penelitian berikut memiliki kesamaan ialah membahas *social comparison*. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada fokus Penelitian, responden serta variabel terikat ialah *upward social comparison*, wanita yang mengalami kelebihan berat badan serta variabel *body dissatisfaction*.³⁸

10. “Hubungan Antara *Social Comparison* Dengan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswi Psikologi UNESA Pengguna Instagram”

Penelitian berikut dijalankan oleh Marcelline Eva Panjaitan serta Diana Rahmasari tahun 2021 dengan menerapkan tehnik kuantitatif dan pendekatan korelasi. Teknik *purposive sampling* diterapkan dalam pengambilan sampel. Responden berjumlah 295 individu. *Pearson Product Moment* dipakai dalam sistem analisis data. Berdasarkan dari hasil analisis didapatkan koefisien korelasi senilai $-0,561$ yang berarti ada korelasi antar dua variabel dengan orientasi yang negatif.

Penelitian berikut terfokus pada pengkajian ada tidaknya korelasi pada kedua variabel. Penelitian berikut memiliki kesamaan pada topik yakni *social comparison*. Perbedaan Penelitian berikut terletak pada

³⁸ Aina Nur Alifa serta Gumi Langerya Rizal. *Hubungan Social Comparison serta Body Dissatisfaction Pada Wanita yang Memiliki Kelebihan Berat Badan (Overweight)*. Proyeksi Vol. 15 (2) 2020, 110-119.

fokus Penelitian, responden serta variabel terikat ialah *upward social comparison*, mahasiswi program studi psikologi di UNESA serta variabel *subjective well-being*.³⁹

F. Definisi Operasional

Definisi operasional mencakup bagaimana suatu variabel diukur atau diidentifikasi dalam konteks penelitian tertentu. Definisi ini memberikan penjelasan konkret tentang cara mengukur atau mengamati variabel yang sedang diteliti sehingga konsep yang abstrak menjadi lebih jelas, spesifik, dan dapat diuji secara empiris. Definisi operasional dipakai sebagai pedoman dilakukannya pengukuran sebuah penelitian.⁴⁰

1. *Upward Social Comparison*

Upward social comparison suatu tahap karyawan untuk membandingkan diri mereka dengan rekan kerja atau individu lain yang dianggap lebih unggul, lebih sukses atau memiliki keterampilan dan prestasi lebih tinggi. Dalam konteks penelitian, *upward social comparison* diukur melalui seberapa sering dan sejauh mana karyawan membandingkan diri dengan rekan kerja yang dianggap memiliki kelebihan dalam hal kepribadian, kekayaan, gaya hidup, daya tarik fisik, kemampuan, pendapat, akademik serta keterampilan sosial.

³⁹ Marcelline Eva Panjaitan serta Diana Rahmasari. *Hubungan pada Social Comparison bersama Subjective Well-Being pada Mahasiswi Psikologi UNESA Pengguna Instagram*. Volume 8 Nomor 5 Tahun 2021.

⁴⁰ Prof. Dr. H. M. Sidik Priadana, M.S. & Denok Sunarsi, S.Pd., M.M., CHt, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Tangerang: Pascal Books, 2021), hal 14.

2. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis dalam konteks penelitian ialah keadaan dimana individu dapat memaksimalkan segala kemampuan serta fungsi fisik dan emosional sebagai makhluk sosial secara optimal. Seseorang mempunyai kesejahteraan psikologis yang tinggi ditandai dengan ciri dapat menerima diri seutuhnya, mampu membangun hubungan positif bersama individu lain, memiliki penguasaan lingkungan yang baik serta mampu beradaptasi bersama lingkungan tempat ia berada, memiliki tujuan hidup serta mampu menggali serta meningkatkan potensi yang dimiliki.