

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. *Social Comparison* (Perbandingan Sosial)

a. Pengertian *Social Comparison*

Dalam jurnalnya Nurfitriyani Fakhri Kruglanski dan Mayseless mendefinisikan perbandingan sosial sebagai penilaian komparatif mengenai stimulus sosial pada dimensi tertentu. Sedangkan menurut Festinger perbandingan sosial adalah dimana saat individu termotivasi untuk membandingkan diri ia sendiri dengan orang lain yang spesifik atau umum untuk menilai situasi sosial ia sendiri. Festinger mengajukan teori proses perbandingan sosial untuk menjelaskan perbandingan komparatif yang berhubungan dengan opini dan kemampuan seseorang. Individu cenderung untuk membandingkan diri ia dengan individu lain yang serupa dengan dirinya sendiri, sebab dengan melakukan hal tersebut, maka evaluasi yang lebih tepat mengenai opini maupun kemampuan yang dimilikinya dapat tersedia.

Selain itu perbandingan sosial juga merupakan proses evaluasi mengenai diri seseorang dalam berhubungan dengan orang lain. Menurut Miller, Reichert, dan Flores seringkali seseorang

melakukan perbandingan sosial karena tidak adanya informasi perbandingan yang objektif.¹⁵

Berdasarkan definisi yang telah diuraikan oleh beberapa tokoh diatas, disimpulkan perbandingan sosial adalah di mana adanya penilaian komparatif terhadap stimulus sosial dimensi tertentu, yang dilakukan oleh individu terhadap orang lain entah itu merupakan penilaian yang spesifik atau umum terhadap situasi sosial, selain itu hal ini juga terjadi dikarenakan kurang adanya informasi perbandinya yang objektif.

b. Aspek – aspek *Social Comparison*

Festinger berpendapat, bahwasannya *Social Comparison* atau perbandingan sosial terdiri dari dua aspek,¹⁶ diantaranya adalah :

1) Kemampuan (Ability)

Bahwasannya setiap individu cenderung ingin menyamakan diri dengan lingkungannya, oleh karena itu individu berusaha mengurai berbagai perbedaan yang signifikan dengan orang lain, salah satunya dalam aspek kemampuan (ability). Oleh karena adanya dorongan untuk berubah menjadi lebih baik, seringkali individu membandingkan kemampuan dirinya dengan orang lain agar diperoleh kemampuan yang setara. Apabila kemampuan individu berbeda dengan orang lain,

¹⁵ Nurfitriany Fakhri “Konsep Dasar Dan Implikasi Teori Perbandingan Sosial” Jurnal Psikologi Talenta Vol. 3 No. 1 September 2017

¹⁶ Dikki Wulandari & Meita Santi Budiani (2020). Hubungan Antara Socia Comparison Dengan Materialisme Pada Pelajar SMK X Di Kota Kediri. Charter : Jurnal Penelitian Pesikologi, 07 (04). 121-122

individu akan memiliki dorongan untuk meningkatkan kemampuannya sehingga mencapai keadaan dimana perbedaan antara dirinya dengan orang lain menjadi sedikit dan tidak berjarak.

2) Pendapat (Opinion)

Pendapat merupakan tolak ukur perbandingan melalui aspek pendapat. Individu seringkali membandingkan pendapatnya sendiri pada orang lain. Apabila pendapat seseorang terkait penampilan menarik dan citra dirinya berbeda dengan pendapat orang lain, hal ini memiliki kecenderungan orang tersebut mengubah pendapatnya agar mendekati pendapat orang lain atau melakukan sebaliknya. Membandingkan pendapat ini bersifat dua arah, apabila pendapat individu berbeda dengan orang lain, maka individu tersebut cenderung untuk mengubah pendapat agar sesuai dengan orang lain. Sebaliknya, individu dapat mengubah pendapat orang lain yang berbeda dengan dirinya supaya menyamai dirinya.

c. Dimensi Perbandingan Sosial

Terdapat dua jenis *Social Comparison*, menurut Coulson yaitu upward comparison dan downward comparison. Upward comparison adalah perbandingan sosial yang dilakukan individu dengan memilih obyek pembanding yang dianggap lebih baik daripada dirinya, sedangkan downward comparison adalah

perbandingan sosial yang dilakukan individu dengan memilih obyek perbandingan yang dianggap lebih buruk daripada dirinya. Sedangkan Festinger berpendapat bahwa orang lebih cenderung melakukan perbandingan yang bersifat upward. Perbandingan yang bersifat downward hanya dilakukan individu untuk membuat dirinya merasa lebih baik daripada orang lain.¹⁷

d. Motif Perbandingan Sosial

Menurut Dayakisni & Hudaniah dalam bukunya Diana Ariswanti Triningtyas, ada beberapa motif yang melatar belakangi seseorang untuk melakukan perbandingan dengan orang lain, diantaranya adalah :

1. Seseorang akan membandingkan dirinya dengan orang lain untuk mengevaluasi dirinya sendiri.
2. Seseorang akan membandingkan dirinya dengan orang lain untuk dapat memperbaiki dirinya.
3. Seseorang akan membandingkan dirinya dengan orang lain untuk meningkatkan dirinya.¹⁸

¹⁷ Sunartio, L., Sukamto, M. E., & Dianovianina, K. (2012). Social comparison dan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 157-168.

¹⁸ Diana Ariswanti Triningtyas, S.Pd., M. Psi. 2016. Bimbingan Konseling Pribadi Sosial. Magetan : CV. AE Media Grafika

2. *Low self esteem*

a. **Pengertian Low Self Estem**

Harga diri rendah berkaitan dengan pikiran dan anggapan yang negatif seseorang terhadap dirinya sendiri, hal ini telah diungkapkan oleh Fennel dalam bukunya Gunawan. Seseorang yang memiliki harga diri rendah cenderung untuk menghakimi atau mengevaluasi dirinya sendiri secara negatif. Sebagai akibatnya seseorang yang memiliki harga diri rendah akan merasa bahwa dirinya tidak layak dan tidak pantas dibandingkan dengan orang lain. Jadi dapatlah dikatakan bahwa seseorang yang memiliki harga diri yang rendah akan mengalami kehilangan keyakinan diri dan penghormatan diri. Ia merasa dirinya tidak ada nilai dan martabat sama sekali hal ini juga telah diungkapkan oleh Zyl, bahwa orang-orang seperti ini akan menjadi pribadi yang sulit untuk berinteraksi dengan orang lain. Alhasil ia akan menjadi pribadi yang terisolasi dan terasing.¹⁹

Menurut Sorensen dalam bukunya Dr. Jacob Daan Engel, harga diri rendah sebenarnya merupakan gangguan berpikir, pandangan individu yang menganggap diri sebagai tidak memadai, tidak dapat diterima, tidak layak dicintai, dan tau tidak kompeten dalam pemikiran yang menembus setiap aspek kehidupan seseorang.²⁰

Sedangkan menurut Coopersmith harga diri rendah adalah dimana ketika individu menunjukkan sifat-sifat putus asa, membayangkan kegagalan, dihinggapi depresi dan merasa tidak menarik serta merasa terisolir dalam

¹⁹ Gunawan, A. Mengatasi Harga Diri Rendah (Low Self Esteem) Mahasiswa Sekolah Tinggi Teologi.

²⁰ Dr. Jacob Daan Engel, M.si. 2021. Nilai Dasar Logo Konseling. Daerah Istimewa Yogyakarta : PT KANISIUS

pergaulannya.²¹ Selain itu Keliat juga mengatakan bahwa harga diri rendah disertai dengan hilangnya rasa percaya diri dan merasa gagal karena tidak mempunya seseorang untuk mencapai keinginan ideal yang telah ditetapkan pada dirinya.²²

Berdasarkan definisi yang telah diuraikan oleh beberapa tokoh diatas, disimpulkan bahwa *low self esteem* (harga diri rendah) merupakan pikiran, anggapan, atau bahkan penhakiman negatif terhadap diri seorang individu. Dia menganggap bahwa dirinya tidak layak, tidak dapat diterima serta tidak pantas untuk dicintai oleh orang lain, selain itu juga merasa tidak kompeten dibandingkan dengan orang lain. Hal ini tentu akan menimbulkan sifat putus asa, membayangkan kegagalan bahkan sampai depresi.

b. Aspek – aspek *low self esteem*

Berdasarkan definisi *low self esteem* yang telah dipaparkan sebelumnya oleh Coopersmith, dapat diambil kesimpulan bahwa aspek-aspek *low self esteem* ialah sebagai berikut :

1. Merasa putus asa

Putus asa merupakan sikap individu dimana ia merasa kurang berhasil dalam menjalani kehidupannya, baik perihal mewujudkan harapan, cita-cita atau impian. Dan dengan adanya hal seperti itu individu tidak memiliki keinginan atau bahkan usaha yang lebih keras lagi. Tentunya putus asa merupakan hal yang perlu dihindari oleh siapapun juga, terlebih bagi individu

²¹ Elizabeth Pamela & Fidelis E. Waruwu. 2006. Identity Achievement dengan Intimacy pada Remaja SMA. 02 (01). 17-18

²² Munita Yeni. 2017. Jangan Ajari Aku Harga Diri yang Rendah. Yogyakarta : Anak Hebat Indonesia.

yang masih percaya doa, selama masih ada mimpi tentu tidak akan pernah berhenti berusaha dan berdo'a.²³

2. Membayangkan kegagalan

Kegagalan merupakan hal yang biasa. Dimana saat ada yang berhasil maka akan ada yang gagal, dikarenakan tidak semua orang akan berhasil. Sebuah kegagalan merupakan hal yang biasa terjadi dimanapun. Bertemunya individu dengan seribu kegagalan maka dia akan mengetahui seribu jalan yang salah. dan hal ini terjadi manakala tidak adanya manfaat dari kegagalan yang telah ditemui sebelumnya.²⁴ Sedangkan membayangkan kegagalan merupakan kondisi pikiran yang menganggap suatu hal akan mengalami kegagalan atau kehancuran.

3. Depresi

Depresi merupakan gangguan perasaan yang diiringi dengan beberapa komponen psikologi, diantaranya sedih, susah, tidak adanya harapan juga disertai dengan komponen biologis lainnya, misalnya anoreksia, konstipasi dan keringat dingin (Atkinson et al. 2010).²⁵

4. Merasa tidak menarik

Merasa tidak menarik merupakan anggapan individu mengenai dirinya sendiri yang merasa kurang pandai, kurang menarik atau bahkan tidak perfect (sempurna). Dia merasa tidak seideal dan jauh dari penampilan orang-orang lain di luar sana.²⁶

²³ Alfiah Berkah. 2019. Untuk Kamu Yang Hampir Putus Asa. Jakarta : PT Gramedia

²⁴ Sopiah dan Etta Mamang Sangadji, 2016, Salesmanship (Kepenjualan), Jakarta : PT Bumi Aksara

²⁵ Fika Aulia. 2021. Konstrasepsi Pil dan Kejadian Depresi. Pekalongan : Penerbit NEM

²⁶ Ita Roihanah dan ICampus Indonesia. 2021. Trash Your Insecure. Yogyakarta : Penerbit ANDI

5. Merasa terisolir dalam pergaulan

Terisolir dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) memiliki arti terasing atau terpencil. Sehingga merasa terisolir dalam pergaulan merupakan adanya perasaan bahwa individu merasa diasingkan oleh sekelompok pergaulannya.

c. Karakteristik Harga Diri Rendah

Coopersmith memberikan beberapa karakteristik yang mengikuti individu dengan harga diri rendah, diantaranya adalah :

1. Sering merasa putus asa. Perasaan putus asa yang dirasakan oleh seseorang dengan harga diri rendah berasal dari ketidakpuasan dirinya terhadap kemampuan atau hal yang ia miliki.
2. Tidak mampu mempertahankan diri, sehingga mengambil sikap mengalah.
3. Tidak mampu menyikapi kelemahan.
4. Takut menghadapi perdebatan dengan orang lain, sehingga mereka cenderung menarik diri.
5. Cenderung menutup diri.
6. Memosisikan diri sebagai pendengar yang baik dalam diskusi atau dalam percakapan.
7. Anti terhadap kritik. Kritik yang diberikan orang lain akan mereka terima sebagai pesan untuk menjatuhkan dirinya.
8. Pemalu dan sibuk dengan urusan pribadi. Seseorang dengan harga diri rendah akan terlalu sibuk untuk mencari-cari alasan tentang kekurangannya, sehingga ia cenderung lari dari situasi yang ada dengan menyibukkan diri mengoreksi dan mengkritik dirinya sendiri.

3. Santri

a. Pengertian Santri

Santri merupakan orang yang mencari ilmu dibidang agama Islam dan nantinya akan menjadi penerus perjuangan ulama. Sedangkan menurut Dr. KH. M. A Sahal Mahfud (alm), kata santri berasal dari bahasa arab, yaitu kata “santaro” yang berarti “menutup”. Kalimat ini mempunyai bentuk jamak (plural) sanaatir (beberapa santri). Sedangkan menurut KH. Abdullah Dimyathy (alm) dari Pandeglang Banten, berpendapat bahwa kata santri mengimplementasikan fungsi manusia, dengan 4 huruf yang dikandungnya : Sin = “satrul al aurah” (menutup aurat), Nun = “na’ibul ulama” (wakil dari ulama), Ta’ = “tarkul al ma’ashi” (meninggalkan kemaksiatan), Ra’ = “ra’isul ummah”.²⁷

Selain itu menurut Nur Kholis Madjid santri merupakan orang jawa yang berusaha mendalami agama melalui kitab-kitab bertuliskan bahasa arab, selain itu mereka juga merupakan seseorang yang selalu mengikuti seorang guru kemana guru pergi dan menetap.²⁸

Berdasarkan beberapa definisi yang telah diuraikan dapat disimpulkan bahwasannya santri merupakan seseorang yang mencari ilmu dibidang agama Islam dengan memperkuat iman, menjaga auratnya serta meninggalkan perbuatan yang dilarang agama Islam. Selain itu mereka juga mempelajari kitab yang bertuliskan bahasa arab.

²⁷ Semangat Menjadi Maha (siswa) Santri Merajut Asa Menggapai Cita Inspiratif di setiap cerita. (2022). (n.p.): Penerbit Lakeisha.

²⁸ Nora Faridatin “Kota Gresik Sebagai Kota Santri (Implikasi Sebagai City Branding)” Jurnal *Thaqafiyat* Vol. 17 No.01 Juni 2016

4. Pengguna Instagram

Brand Development Lead Instagram APAC Paul Webster mengungkapkan, bahwa sejak diluncurkan pada tahun 2010 aplikasi instagram telah memiliki 400 juta lebih pengguna aktif dari seluruh dunia. Indonesia sendiri adalah salah satu negara dengan jumlah pengguna instagram terbanyak dengan 89 persen Instagrammers yang berusia 18-34 tahun mengakses IG (Instagram) setidaknya seminggu sekali. Instagrammers mayoritas anak muda, terdidik, dan mapan. Rata-rata mereka berusia 18-24 tahun sebanyak 59 persen, usia 45-34 tahun 30 persen, dan yang berusia 34-44 tahun 11 persen. Pengguna IG perempuan yang paling aktif sebanyak 63 persen dan laki-laki 37 persen.²⁹

B. Variabel Penelitian

Ada dua variable yang akan diteliti. variabel tersebut adalah :

1. Variabel bebas yaitu kondisi tertentu yang mempengaruhi munculnya gejala.
2. Variabel terikat yaitu gejala yang muncul.

Secara khusus penelitian ini meneliti variable bebas dan variable terikat yang dirumuskan seperti di bawah ini :

²⁹ Witanti Prihatiningsih. 2017. Motif Penggunaan Media Sosial Instagram Di Kalangan Remaja. *Jurnal Communication* 08(01). 52

1. Variable bebas : Adanya *Social Comparison* (perbandingan social) santri pengguna instagram di Ma'had Darul Hikmah IAIN Kediri
2. Variable terikat : Adanya *low self esteem* (harga diri rendah) santri pengguna instagram di Ma'had Darul Hikmah IAIN Kediri.

C. Dinamika Hubungan Antara *Social Comparison* Dengan *Low self esteem* Pada Santri Pengguna Instagram

Low self esteem pada santri pengguna Instagram merupakan keadaan dimana santri memiliki respon maladaptif konsep dirinya yang merasa tidak percaya diri serta memandang negatif kemampuan dirinya pada saat menggunakan Instagram. Harga diri rendah merupakan tekanan psikis yang berat serta tidak dapat dikendalikan karena mengalami situasi berisiko tinggi dengan tekanan dan ancaman, yang bisa mengakibatkan perilaku sakit. Sehingga adanya harga diri rendah dapat dikaitkan dengan faktor yang menyebabkan dan faktor yang disebabkan sejumlah konsekuensi psikologis, fisik, dan sosial yang dapat mempengaruhi perkembangan individu.³⁰

Sumber-sumber terpenting dalam pembentukan atau perkembangan harga diri adalah pengalaman dalam keluarga, umpan baik terhadap performance serta perbandingan sosial. Dengan demikian, orang lain bisa menjadi sumber informasi mengenai diri kita.³¹ Tentu saja ada risiko

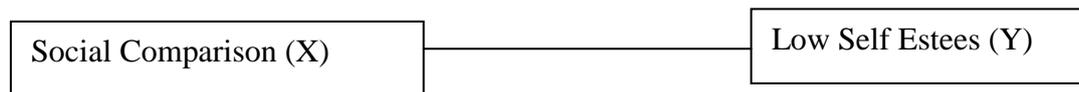
³⁰ Nilai Dasar Logo Konseling. Hlm 15

³¹ Diana Ariswanti Triningtyas, S.Pd., M.Psi. 2016. Bimbingan Konseling Pribadi Sosial. Magetan : CV. AE Media Grafika

bahwa perbandingan dengan orang lain yang lebih baik akan menyebabkan seseorang menjadi patah semangat dan bisa menimbulkan perasaan rendah diri, iri, malu atau marah. Seperti ketika ada yang telah membandingkan dirinya dengan selebgram di Instagram, pada saat ini wanita yang suka mengandalkan penampilannya mungkin akan merasa rendah diri.

Oleh karena itu antara perbandingan sosial dengan perasaan harga diri yang rendah memiliki hubungan yang saling berpengaruh. Yang apabila jika seseorang melakukan perbandingan sosial maka dapat timbul pula perasaan rendah diri. Dalam penelitian ini peneliti merumuskan (perbandingan sosial) social comparison sebagai variabel independent (X), kemudian itu harga diri yang rendah (*low self esteem*) sebagai variabel dependent (Y).

Untuk memudahkan pemahaman peneliti menggambarkan alur kerangka berfikir sebagai berikut :



D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah dugaan sementara yang kemudian diuji kebenarannya sesuai dengan analisis yang sudah ditentukan. Hipotesis penelitian dirumuskan berdasarkan pada kerangka berpikir yang merupakan jawaban sementara dari penelitian.³²

³² Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, Yogyakarta: Teras, 2009, Hal.88.

Berdasarkan berpikir yang telah dijabarkan oleh peneliti diatas,
maka hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Ha : Terdapat hubungan yang besar terhadap *Social Comparison* pada santri pengguna Instagram di Ma'had Darul Hikmah IAIN Kediri.

Ho : Tidak terdapat hubungan yang besar terhadap *Social Comparison* pada santri pengguna Instagram di Ma'had Darul Hikmah IAIN Kediri.

2. Ha : Terdapat hubungan yang besar terhadap *low self esteem* pada santri pengguna Instagram di Ma'had Darul Hikmah IAIN Kediri.

Ho : Tidak terdapat hubungan yang besar terhadap *low self esteem* pada santri pengguna Instagram di Ma'had Darul Hikmah IAIN Kediri.

3. Ha : Terdapat hubungan yang besar antara *Social Comparison low self esteem* pada santri pengguna Instagram di Ma'had Darul Hikmah IAIN Kediri.

Ho : Tidak terdapat hubungan yang besar antara *Social Comparison low self esteem* pada santri pengguna Instagram di Ma'had Darul Hikmah IAIN Kediri.