

Pengaruh Perbandingan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri pada Remaja Akhir di Kelurahan Kampung Jawa

Andriany Chairunissa Mampawa¹, Deitje Adolfien Katuuk², Sinta Elisa Jelita Kaunang³

^{1,2,3}Universitas Negeri Manado, Indonesia

E-mail: 22101018@unima.ac.id, ¹deitjekatuuk@unima.ac.id, ²sintakaunang@gmail.com³

Article History:

Received: 17 Juni 2026

Revised: 19 Juli 2026

Accepted: 31 Agustus 2026

Keywords: *Confidence, Late Adolescence, Self-Confidence, Social Comparison, Youth*

Abstrak: Perbandingan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang dapat memengaruhi kepercayaan diri remaja, terutama pada masa remaja akhir ketika individu sedang membentuk identitas diri dan mengevaluasi kemampuan yang dimiliki. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh perbandingan sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian berjumlah 117 remaja akhir berusia 16 sampai 18 tahun dan seluruh populasi dijadikan sampel melalui teknik sampling jenuh. Data dikumpulkan menggunakan skala perbandingan sosial dan skala kepercayaan diri yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbandingan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kepercayaan diri. Disimpulkan bahwa semakin tinggi kecenderungan remaja melakukan perbandingan sosial, semakin rendah tingkat kepercayaan diri yang dimiliki, meskipun sebagian besar variasi kepercayaan diri masih dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan aspek psikologis penting yang berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kapasitas dirinya dalam menghadapi tuntutan dan bertindak secara efektif. Secara konseptual, kepercayaan diri dapat dipahami dalam bentuk umum maupun spesifik terhadap domain tertentu, sehingga tingkat kepercayaan diri seseorang dapat berkembang melalui pengalaman, penilaian terhadap kemampuan, serta interaksi dengan lingkungan sosial (Öney & Öksüzöğlü-Güven, 2015). Pada masa remaja, kepercayaan diri memiliki arti penting karena periode ini ditandai oleh proses pembentukan identitas, evaluasi diri, dan meningkatnya sensitivitas terhadap penilaian sosial. Individu dengan kepercayaan diri yang memadai cenderung lebih mampu mengekspresikan kemampuan dan mengambil keputusan, sedangkan rendahnya kepercayaan diri dapat membatasi aktualisasi potensi serta meningkatkan keraguan dalam menghadapi situasi sosial. Oleh karena itu, kepercayaan diri tidak dapat dipisahkan dari proses bagaimana remaja memahami dan mengevaluasi dirinya dalam lingkungan sosial.

Salah satu proses sosial yang dapat berkontribusi terhadap evaluasi diri tersebut adalah *social comparison*. Festinger (1954) menjelaskan bahwa individu memiliki kecenderungan untuk mengevaluasi opini dan kemampuannya melalui perbandingan dengan orang lain, terutama ketika standar objektif tidak tersedia. Kajian meta-analitik Gerber et al. (2018) menunjukkan bahwa perbandingan sosial dapat menghasilkan perubahan pada evaluasi diri dan afek, tetapi konsekuensinya bergantung pada arah perbandingan, kesamaan dengan target, serta bagaimana

individu menafsirkan posisi dirinya dibandingkan orang lain. *Upward comparison*, yaitu membandingkan diri dengan individu yang dianggap lebih unggul, dapat menghasilkan efek kontras yang menurunkan penilaian diri, tetapi dalam kondisi tertentu juga dapat menjadi sumber inspirasi. Sebaliknya, *downward comparison* dapat meningkatkan evaluasi diri ketika individu merasa berada dalam kondisi yang lebih baik. Artinya, hubungan antara *social comparison* dan kepercayaan diri tidak bersifat tunggal, melainkan dipengaruhi oleh arah dan makna perbandingan yang dilakukan individu.

Perkembangan media sosial semakin memperluas peluang remaja melakukan *social comparison* karena individu terus terpapar pada informasi mengenai pencapaian, penampilan, gaya hidup, relasi sosial, dan pengalaman orang lain. Vogel et al. (2014) menemukan bahwa paparan terhadap *upward social comparison* di media sosial berkaitan dengan evaluasi diri dan *self-esteem* yang lebih rendah. Temuan yang lebih baru dari Burnell et al. (2024) menunjukkan bahwa pada remaja, perbandingan ke atas secara momentary berkaitan dengan *self-esteem* yang lebih rendah, sedangkan perbandingan ke bawah berkaitan dengan evaluasi diri yang lebih positif. Di Indonesia, Alodia dan Suryadi (2021) juga menemukan hubungan antara *social comparison* dan *self-esteem* pada remaja akhir pengguna Instagram, sementara Swari dan Tobing (2024) melalui kajian literatur menunjukkan bahwa perbandingan sosial di media sosial berkaitan dengan berbagai konsekuensi psikologis, termasuk kecemasan sosial, ketidakpuasan terhadap diri, penurunan *self-esteem*, dan kualitas hidup. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa lingkungan digital memperkuat intensitas perbandingan sosial dan menjadikannya relevan dalam memahami perkembangan evaluasi diri remaja.

Meskipun kecenderungan negatif cukup sering ditemukan, hasil penelitian mengenai hubungan *social comparison* dan kepercayaan diri belum sepenuhnya konsisten. Febriyani (2024) menemukan hubungan negatif antara *social comparison* dan kepercayaan diri pada siswa SMA, yaitu semakin tinggi kecenderungan melakukan perbandingan sosial, semakin rendah kepercayaan diri. Sebaliknya, Saputri et al. (2024) menemukan bahwa *social comparison* bersama *body image* memiliki hubungan dengan kepercayaan diri remaja pengguna media sosial, dan Karima et al. (2025) bahkan menemukan pengaruh positif *social comparison* terhadap kepercayaan diri siswa. Temuan yang tidak seragam tersebut sejalan dengan penjelasan Gerber et al. (2018) bahwa dampak perbandingan sosial sangat kontekstual dan bergantung pada arah perbandingan, interpretasi individu, serta karakteristik target pembandingan. Penelitian Liu et al. (2025) juga menunjukkan bahwa *upward social comparison* dapat berkaitan dengan *self-esteem* yang lebih rendah, tetapi hubungan tersebut dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti optimisme. Dengan demikian, *social comparison* tidak tepat dipahami sebagai proses yang selalu merugikan, tetapi sebagai mekanisme evaluasi diri yang dapat bersifat adaptif maupun maladaptif.

Fenomena tersebut juga ditemukan pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano, Kecamatan Tondano Utara. Berdasarkan wawancara awal pada 10 Januari 2026, para narasumber mengaku melakukan perbandingan diri dengan orang lain melalui interaksi langsung maupun media sosial, mencakup prestasi akademik, rencana pendidikan, kondisi ekonomi, penampilan, pencapaian hidup, dan dukungan keluarga. Sebagian remaja merasakan minder, sedih, dan rendah diri ketika membandingkan dirinya dengan teman sebaya yang dianggap lebih berhasil, sedangkan sebagian lainnya menggunakan perbandingan tersebut sebagai motivasi untuk berkembang. Pola ini konsisten dengan temuan terbaru bahwa respons terhadap *social comparison* pada remaja dapat berbeda tergantung pada arah dan pemaknaan perbandingan (Burnell et al., 2024; Gerber et al., 2018). Selain itu, konteks sosial Kelurahan Kampung Jawa Tondano yang mempertemukan nilai dan interaksi sosial masyarakat Jawa dan Minahasa memberikan lingkungan evaluatif yang khas. Karena itu, perbandingan sosial pada remaja di

wilayah tersebut tidak hanya berlangsung dalam ruang digital, tetapi juga terbentuk melalui pengalaman interaksi sehari-hari.

Berdasarkan fenomena dan ketidakkonsistenan hasil penelitian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *social comparison* terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano. Kebaruan penelitian terletak pada kajian *social comparison* yang tidak dibatasi pada aktivitas media sosial, tetapi juga mencakup perbandingan yang muncul melalui interaksi langsung dalam kehidupan sehari-hari dan ditempatkan dalam konteks sosial budaya lokal. Kajian ini penting karena penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada pengguna media sosial atau konteks sekolah tertentu (Alodia & Suryadi, 2021; Febriyani, 2024; Saputri et al., 2024), sementara bukti terbaru menunjukkan bahwa konsekuensi *social comparison* terhadap evaluasi diri sangat bergantung pada konteks, arah perbandingan, dan karakteristik individu (Burnell et al., 2024; Liu et al., 2025). Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman yang lebih kontekstual mengenai bagaimana proses perbandingan sosial berkontribusi terhadap pembentukan kepercayaan diri remaja akhir.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji hubungan dan kontribusi prediktif *social comparison* terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano, Kecamatan Tondano Utara, Kabupaten Minahasa. Pendekatan kuantitatif memungkinkan variabel diukur secara numerik dan hubungan antarkonstruksi dianalisis menggunakan prosedur statistik yang sesuai dengan hipotesis penelitian (Creswell & Creswell, 2023). Desain korelasional dipilih karena penelitian tidak memberikan manipulasi atau perlakuan terhadap responden, tetapi mengobservasi variasi alami dua variabel dan menganalisis hubungan statistik di antara keduanya. Oleh karena itu, hasil regresi dalam penelitian ini diinterpretasikan sebagai kontribusi prediktif *social comparison* terhadap kepercayaan diri, bukan sebagai bukti hubungan sebab-akibat secara eksperimental. Penelitian dilaksanakan selama tiga bulan, yaitu Maret–Mei 2026.

Populasi penelitian terdiri atas seluruh remaja akhir berusia 16–18 tahun yang berdomisili di Kelurahan Kampung Jawa Tondano. Berdasarkan data kependudukan kelurahan per April 2025, jumlah populasi sebanyak 117 orang. Seluruh anggota populasi dilibatkan sebagai responden sehingga penelitian menggunakan pendekatan sensus atau *total population sampling*. Pelibatan seluruh populasi dipilih karena ukuran populasi sasaran relatif terbatas, dapat diidentifikasi secara jelas, dan secara operasional memungkinkan seluruh anggotanya dijangkau selama proses pengumpulan data. Dalam survei, keputusan mengenai cakupan populasi dan pemilihan unit penelitian perlu mempertimbangkan ukuran populasi, keterjangkauan, serta tujuan inferensi penelitian (Lohr, 2021). Dengan demikian, jumlah responden yang ditargetkan dalam penelitian ini adalah seluruh 117 remaja yang memenuhi karakteristik populasi penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dengan format respons Likert empat kategori, yaitu *sangat tidak setuju*, *tidak setuju*, *setuju*, dan *sangat setuju*. Skala genap digunakan tanpa menyediakan kategori tengah sehingga responden diarahkan memberikan kecenderungan evaluasi ke arah setuju atau tidak setuju. Meskipun demikian, penggunaan skala tanpa titik tengah tidak dapat secara otomatis dianggap lebih baik daripada skala dengan pilihan netral, karena keberadaan atau penghilangan *midpoint* perlu disesuaikan dengan tujuan pengukuran dan karakteristik responden. Chyung et al. (2017) menunjukkan bahwa baik penggunaan maupun penghilangan pilihan tengah memiliki keuntungan dan keterbatasan metodologis masing-masing. Oleh sebab itu, dalam penelitian ini format empat kategori dipilih untuk memperoleh respons yang bersifat *directional* terhadap setiap pernyataan, bukan semata-mata untuk menghilangkan bias

respons.

Instrumen *social comparison* disusun berdasarkan dua dimensi utama, yaitu *ability* dan *opinion*, yang merujuk langsung pada *Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure* (INCOM) yang dikembangkan oleh Gibbons dan Buunk (1999) berdasarkan teori *social comparison* Festinger (1954). Gibbons dan Buunk mengembangkan INCOM sebagai ukuran individual differences dalam orientasi perbandingan sosial dan menunjukkan karakteristik psikometrik yang baik pada berbagai sampel. Dari 20 item awal yang dikembangkan dalam penelitian ini, 12 item memenuhi kriteria validitas dan digunakan pada pengumpulan data utama. Instrumen kepercayaan diri disusun berdasarkan lima aspek yang digunakan dalam kerangka Lauster, yaitu keyakinan terhadap kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, serta kemampuan berpikir rasional dan realistis (Ghufron & Risnawita, 2014). Setelah dua tahap pengujian dan perbaikan redaksi, diperoleh 15 item yang memenuhi kriteria validitas. Reliabilitas internal kedua instrumen dievaluasi menggunakan koefisien Cronbach's alpha, dengan nilai 0,827 pada skala *social comparison* dan 0,850 pada skala kepercayaan diri. Cronbach's alpha digunakan untuk menilai konsistensi internal sekumpulan item dalam mengukur konstruk yang sama, meskipun interpretasinya tetap perlu mempertimbangkan jumlah item dan struktur konstruk yang diukur (Tavakol & Dennick, 2011).

Prosedur penelitian dimulai dengan penyusunan item berdasarkan kerangka teoretis masing-masing variabel, dilanjutkan dengan *pilot study* untuk mengevaluasi kualitas instrumen sebelum digunakan pada penelitian utama. Skala *social comparison* diuji pada 30 responden, sedangkan instrumen kepercayaan diri menjalani dua tahap pengujian karena dilakukan revisi terhadap item yang belum memenuhi kriteria pada pengujian awal. Setelah instrumen dinyatakan memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas, pengumpulan data dilakukan kepada populasi penelitian. Data selanjutnya dianalisis menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan IBM SPSS Statistics versi 25. Regresi linear digunakan untuk mengestimasi hubungan linear antara satu prediktor, yaitu *social comparison*, dan satu variabel kriteria, yaitu kepercayaan diri, dengan tetap memperhatikan asumsi-asumsi statistik yang mendasari model regresi (Field, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Deskriptif

1. Deskriptif Perbandingan Sosial

Tabel 1. Deskripsi Skor Hipotetik Perbandingan Sosial

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	SD
Perbandingan Sosial	117	23	38	30	6

Berdasarkan tabel pengukuran mengenai perbandingan sosial, secara hipotetik pada skala tersebut diperoleh skor minimal jawaban yaitu 23, skor maksimal jawaban yaitu 38, skor mean yaitu 30, dan skor standar deviasi yaitu 6. Hasil tersebut menjadi acuan untuk menghitung interval pengkategorisasian perbandingan sosial rendah, sedang dan tinggi. Adapun kategorisasi perbandingan sosial sebagai berikut pada tabel 2.

Tabel 2. Pedoman Kategorisasi Perbandingan Sosial

Kategorisasi	Rumus	Hasil
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 24$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$24 \leq X < 36$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$36 \leq X$

Selanjutnya, peneliti melakukan pengukuran kategorisasi menggunakan software *SPSS ver 25* untuk mengetahui jumlah frekuensi serta persentase perbandingan sosial pada tabel 3.

Tabel 3. Kategori Perbandingan Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	.9	.9	.9
	Sedang	111	94.9	94.9	95.7
	Tinggi	5	4.3	4.3	100.0
	Total	117	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel persentase kategori perbandingan sosial yang diperoleh dari data perbandingan sosial pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano menunjukkan frekuensi rendah sebanyak 1 orang, yang artinya individu tersebut memiliki kecenderungan yang rendah dalam melakukan perbandingan dirinya dengan orang lain. Sementara itu, 111 orang berada dalam kategori sedang, mengindikasikan individu tersebut berada pada tingkat rata-rata atau secara umum melakukan perbandingan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Untuk kategori tinggi frekuensinya sejumlah 5 orang, artinya individu tersebut memiliki kecenderungan yang kuat, intens, atau sangat sering membandingkan dirinya dengan orang lain dalam berbagai aspek kehidupan.

2. Deskriptif Kepercayaan Diri

Tabel 4. Deskripsi Skor Hipotetik Kepercayaan Diri

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	SD
Kepercayaan Diri	117	31	60	37.5	7.5

Berdasarkan tabel pengukuran mengenai kepercayaan diri, secara hipotetik pada skala tersebut diperoleh skor minimal jawaban yaitu 31, skor maksimal jawaban yaitu 60, skor mean yaitu 37.5, dan skor standar deviasi yaitu 7.5. Hasil tersebut menjadi acuan untuk menghitung interval pengkategorisasian kepercayaan diri rendah, sedang dan tinggi. Adapun kategorisasi kepercayaan diri sebagai berikut pada tabel 4.

Tabel 5. Pedoman Kategorisasi Kepercayaan Diri

Kategorisasi	Rumus	Hasil
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 30$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$30 \leq X < 45$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$45 \leq X$

Sumber: (Azwar, 2012)

Selanjutnya, peneliti melakukan pengukuran kategorisasi menggunakan software *SPSS ver 25* untuk mengetahui jumlah frekuensi serta persentase perbandingan sosial pada tabel 6.

Tabel 6. Kategori Kepercayaan Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	70	59.8	59.8	59.8
	Tinggi	47	40.2	40.2	100.0
	Total	117	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel persentase kategori kepercayaan diri yang diperoleh dari data kepercayaan diri pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano menunjukkan frekuensi rendah sebanyak 0 orang (tidak ada), yang artinya tidak ada satu pun individu dalam penelitian ini yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah. Sementara itu, 70 orang berada dalam kategori sedang, mengindikasikan individu tersebut memiliki tingkat kepercayaan diri yang rata-rata atau cukup stabil dalam kehidupan sehari-hari. Untuk kategori tinggi frekuensinya sejumlah 47 orang, artinya individu tersebut memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat kuat serta positif dalam menjalani kehidupannya.

Karakteristik Umum Responden Penelitian

1. Tingkat Usia

Tabel 7. Karakteristik Tingkat Usia Responden

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16 tahun	39	33.3	33.3	33.3
	17 tahun	26	22.2	22.2	55.6
	18 tahun	52	44.4	44.4	100.0
	Total	117	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil tingkat usia dari 117 responden, diperoleh hasil bahwa remaja akhir berusia 16 tahun dalam penelitian ini berjumlah 39 orang, usia 17 tahun berjumlah 26 orang, sementara usia 18 tahun berjumlah 52 orang. Artinya, remaja akhir yang berdomisili di Kelurahan Kampung Jawa Tondano didominasi dengan individu dengan usia 18 tahun. Sedangkan untuk usia 16 dan 17 tahun, berada pada urutan kedua dan ketiganya. Tingkat usia responden tersebut menggunakan *software SPSS ver 25*.

2. Jenis Kelamin

Tabel 8. Karakteristik Jenis Kelamin Responden

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki - laki	45	38.5	38.5	38.5
	Perempuan	72	61.5	61.5	100.0
	Total	117	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel karakteristik jenis kelamin responden, dari keseluruhan total responden berjumlah 117 orang, 45 orang di antaranya berjenis kelamin laki-laki dan 72 orang di antaranya berjenis kelamin Perempuan. Artinya, responden pada penelitian ini didominasi remaja akhir dengan berjenis kelamin perempuan.

3. Status Kegiatan

Tabel 9. Karakteristik Status Kegiatan Responden

		Status Kegiatan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bekerja	14	12.0	12.0	12.0
	Gap Year (Tidak sedang melanjutkan pendidikan)	7	6.0	6.0	17.9
	Lainnya	5	4.3	4.3	22.2

Mahasiswa	23	19.7	19.7	41.9
Pelajar	68	58.1	58.1	100.0
Total	117	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel karakteristik status kegiatan responden, dari 117 responden diperoleh hasil bahwa terdapat 14 orang dengan status kegiatan sedang bekerja, 7 orang *gap year* (tidak sedang melanjutkan pendidikan), 23 orang berstatus mahasiswa, 68 orang berstatus pelajar, dan 5 orang berstatus lainnya. Artinya, responden pada penelitian ini didominasi remaja akhir dengan status kegiatan sementara bersekolah atau sebagai pelajar.

Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Tabel 10. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Unstandardized Residual
Test Statistic	.089
Asymp. Sig. (2-tailed)	.023 ^c

Berdasarkan Tabel 10 di atas, melalui pendekatan signifikansi *Asymptotic (Asymp. Sig. 2-tailed)*, menghasilkan nilai sebesar 0.023. Jika dibandingkan dengan syarat normalitas sebelumnya, nilai tersebut lebih kecil dari 0.05 ($0.023 < 0.05$) sehingga jika dilihat dari pendekatan ini, data menunjukkan hasil tidak berdistribusi secara normal. Namun, didasarkan pada pedoman penggunaan program SPSS sendiri, ketidaknormalan data yang terjadi merupakan salah satu contoh gambaran keterbatasan pendekatan *Asymp. Sig* dalam penggunaannya. Metode *asymptotic* pembuatannya didasarkan pada perkiraan sampel besar yang asumsinya sangat sensitif terhadap kemunculan data kembar (*heavily tied data*). Keberadaan sejumlah besar karakteristik data penelitian yang dihasilkan dengan skor yang sama dapat menghasilkan nilai *Asymp. Sig.* yang cenderung tidak akurat dan berpotensi menghasilkan kesimpulan yang keliru (Mehta & Patel, 2013).

Dikarenakan hal tersebut, peneliti menambah pendekatan lain dalam pengujian normalitas menggunakan pendekatan *exact* yang merujuk pada nilai *Exact Significance (Exact Sig. 2-tailed)*. Pendekatan ini dikatakan sebagai pilihan utama atau *gold standard* dalam pengujian statistik, karena menghitung probabilitas dengan berdasar pada distribusi nyata dari data aktual secara murni tanpa bergantung pada asumsi pendekatan *asymptotic* (Mehta & Patel, 2013). Hasil pengujian menggunakan pendekatan *exact* menunjukkan nilai *Exact Sig. (2-tailed)* sebesar 0.293. Nilai ini memenuhi syarat normalitas jika dibandingkan dengan nilai batas yang ditetapkan, yakni 0.05 ($0.293 > 0.05$). Hasil ini juga didukung oleh teori asumsi normalitas yakni *Central Limit Theorem* (Teorema Limit Terpusat). Menurut Ghazali (dalam Tamarawati & Puspawati, 2022), suatu distribusi sampel dengan jumlah minimal 30 akan tersentral pada skala parameter sehingga dapat dikatakan telah berdistribusi normal. *Central Limit Theorem* juga dikatakan dapat diterapkan sebagai uji untuk mengabaikan asumsi normalitas apabila jumlah sampel observasi cukup besar dengan syarat $n > 30$ (Gujarati dalam Rahmadi & Mujiyati, 2024). Pada penelitian ini, jumlah sampel yang digunakan yakni 117 orang, sehingga teorema ini dapat dipergunakan sebagai pendukung.

2. Uji Linearitas

Tabel 11. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table						
			Sum of Squares	df	Mean Square	F Sig.
Kepercayaan Diri * Perbandingan Sosial	Between Groups	(Combined)	496.205	14	35.443	1.390.171
		Linearity	233.907	1	233.907	9.176.003
		Deviation from Linearity	262.297	13	20.177	.792 .667
	Within Groups		2600.120	102	25.491	
	Total		3096.325	116		

Berdasarkan hasil analisis tabel ANOVA, pengujian linearitas menunjukkan bahwa nilai F pada *Deviation From Linearity* sebesar 0.792 dengan signifikansi 0.667. Hal ini berarti nilai signifikansinya lebih besar dari syarat signifikansi linearitas, yakni 0.05 ($0.667 > 0.05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel bebas (perbandingan sosial) dan variabel terikat (kepercayaan diri) pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano saling berhubungan secara linear, dilihat menggunakan *software SPSS ver 25*.

3. Uji Hipotesis

Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis Model Summary

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.275 ^a	.076	.068	4.98905

a. Predictors: (Constant), X

Berdasarkan tabel uji model *summary* tersebut, dapat diketahui bahwa nilai korelasi antara perbandingan sosial dengan kepercayaan diri memiliki nilai korelasi R sebesar 0.275 dan *R square* sebesar 0.076. Hal ini menunjukkan bahwa variabel bebas Perbandingan Sosial (X) memberikan kontribusi atau sumbangan pengaruh sebesar 7.6% terhadap variabel terikat Kepercayaan Diri (Y) pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano. Sementara itu, sebesar 92,4% sisanya dijelaskan oleh variabel atau faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Dengan demikian, hipotesis H₁ dapat diterima.

Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis ANOVA

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	233.907	1	233.907	9.397	.003 ^b
Residual	2862.417	115	24.891		
Total	3096.325	116			

a. Dependent Variable: Y

Berdasarkan tabel uji hipotesis *ANOVA*, diketahui bahwa nilai F sebesar 9.397 dengan tingkat signifikansi 0.003 menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih kecil syarat pengujian yang ditetapkan, yakni 0.05 ($0.003 < 0.05$). Sehingga, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel perbandingan sosial dengan variabel kepercayaan diri dalam penelitian.

Tabel 14. Hasil Uji Hipotesis *Coefficients*

Model	Coefficients ^a		t	Sig.
	Unstandardized Coefficients B	Std. Error		
1 (Constant)	57.196	4.218	13.559	.000
X	-.446	.146	-3.066	.003

a. Dependent Variable: Y

Berdasarkan uji hipotesis *coefficients* pada Tabel 4.14, dapat ditarik Kesimpulan sebagai berikut : H₁: Terdapat pengaruh yang signifikan antara perbandingan sosial terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano.

Pada tabel *coefficients* juga diperoleh variabel perbandingan sosial bernilai -0.446 dengan arah berlawanan atau negatif, menunjukkan perbandingan sosial memiliki arah hubungan yang negatif terhadap kepercayaan diri. Artinya, ketika terjadi peningkatan pada variabel perbandingan sosial, maka akan diikuti penurunan pada variabel kepercayaan diri. Secara spesifik, setiap kenaikan satu skor perbandingan sosial akan menyebabkan penurunan skor kepercayaan diri sebesar 0.446 pada konstanta 57.196. Persamaan regresi linear sederhana yang dihasilkan dalam penelitian ini dapat dituliskan sebagai berikut: $Y = 57,196 - 0,446X$.

Berdasarkan nilai input signifikansi *Coefficients*, diperoleh hasil nilai signifikansi sebesar 0.003. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih kecil dari 0.05 ($0.003 < 0.05$), artinya variabel perbandingan sosial berpengaruh terhadap variabel kepercayaan diri. Dengan kata lain, H₁ diterima dan H₀ ditolak.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social comparison* memiliki kontribusi prediktif negatif dan signifikan terhadap kepercayaan diri remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano, dengan koefisien regresi sebesar -0,446 dan nilai signifikansi 0,003. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin kuat kecenderungan responden membandingkan dirinya dengan orang lain, semakin rendah kecenderungan kepercayaan dirinya. Pola ini selaras dengan penelitian mutakhir mengenai mekanisme evaluasi diri pada remaja. Burnell et al. (2024) menemukan bahwa *upward social comparison* pada remaja berkaitan dengan penurunan *momentary self-esteem*, sedangkan perbandingan ke bawah berkaitan dengan evaluasi diri yang lebih positif. Liu et al. (2025) juga menunjukkan bahwa *upward social comparison* memprediksi *self-esteem* yang lebih rendah dan menjadi salah satu mekanisme yang menjelaskan dampak perbandingan sosial terhadap evaluasi diri remaja. Temuan serupa diperoleh Le Blanc-Brillon et al. (2025), yaitu paparan terhadap *upward comparison* berhubungan dengan *self-esteem* yang lebih rendah, meskipun kontribusinya relatif terbatas. Dalam konteks Indonesia, Dewi dan Rina (2025) juga menemukan bahwa *social comparison* berhubungan negatif dengan *self-esteem* pada Generasi Z pengguna TikTok. Meskipun *self-esteem* dan kepercayaan diri merupakan konstruk yang berbeda, konsistensi temuan tersebut memperkuat argumentasi bahwa penilaian diri melalui standar orang lain dapat melemahkan evaluasi positif individu terhadap kompetensi dan kapasitas dirinya.

Kerentanan terhadap proses tersebut menjadi relevan karena responden berada pada rentang usia 16–18 tahun, yaitu periode perkembangan ketika evaluasi sosial, penerimaan kelompok sebaya, identitas, dan orientasi terhadap masa depan menjadi semakin penting. Data awal penelitian menunjukkan bahwa remaja membandingkan prestasi akademik, rencana pendidikan, kondisi ekonomi keluarga, penampilan fisik, dan kompetensi dengan teman sebaya, baik melalui interaksi langsung maupun WhatsApp dan Instagram; perbandingan ke arah individu yang dianggap lebih

berhasil memunculkan perasaan minder, sedih, rendah diri, dan merasa kurang mampu. Temuan tersebut memperoleh dukungan dari Burnell et al. (2024), yang melalui *ecological momentary assessment* menemukan bahwa remaja secara nyata melakukan perbandingan sosial dalam aktivitas media sosial sehari-hari dan mengalami evaluasi diri yang lebih buruk pada saat melakukan perbandingan ke atas. Chen (2025) juga menunjukkan bahwa remaja lebih sensitif dibandingkan orang dewasa terhadap umpan balik sosial digital, sementara orientasi perbandingan sosial menjadi salah satu mekanisme yang menjelaskan perubahan *state self-esteem*. Dengan demikian, perbandingan sosial pada remaja akhir di Kampung Jawa Tondano tidak hanya dapat dipahami sebagai efek penggunaan media sosial, tetapi sebagai bagian dari proses evaluasi diri yang terjadi secara simultan dalam lingkungan digital dan relasi sosial langsung.

Meskipun arah hubungan penelitian ini negatif, hasil tersebut tidak berarti bahwa setiap bentuk perbandingan sosial selalu menghasilkan konsekuensi psikologis yang merugikan. Wawancara awal menunjukkan bahwa sebagian remaja mampu menggunakan pencapaian orang lain sebagai motivasi untuk berkembang dan sebagai bahan refleksi terhadap keadaan dirinya. Bahkan, kategorisasi penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kepercayaan diri pada kategori sedang hingga tinggi dan tidak terdapat responden dalam kategori rendah. Hal tersebut dapat dijelaskan melalui literatur terbaru yang melihat konsekuensi perbandingan sosial sebagai proses yang kondisional. Liu et al. (2025) menemukan bahwa optimisme memperlemah hubungan negatif antara *upward social comparison* dan *self-esteem*, sehingga sumber daya psikologis individu dapat berfungsi sebagai faktor protektif. Jin dan Choi (2026) juga menunjukkan bahwa dampak perbandingan sosial pada remaja bergantung pada mekanisme psikologis yang digunakan; respons yang bersifat *self-expansive* dapat membantu individu merekonstruksi kekurangan sebagai peluang pertumbuhan, sedangkan respons *self-protective* tertentu justru berkaitan dengan *self-esteem* yang lebih rendah. Dalam penelitian Indonesia, Karima et al. (2025) bahkan menemukan arah positif *social comparison* terhadap kepercayaan diri siswa. Ketidakkonsistenan ini memperlihatkan bahwa arah perbandingan, pemaknaan terhadap target, optimisme, dan strategi regulasi diri berpotensi menentukan apakah perbandingan sosial menjadi ancaman atau justru sumber motivasi.

Koefisien determinasi sebesar 0,076 menunjukkan bahwa *social comparison* menjelaskan sekitar 7,6% variasi kepercayaan diri dalam model penelitian, sehingga hubungan yang ditemukan signifikan secara statistik tetapi daya jelas model relatif terbatas. Angka tersebut tidak berarti bahwa 92,4% kepercayaan diri secara pasti “disebabkan” oleh faktor lain, tetapi menunjukkan bahwa sebesar 92,4% variasi skor kepercayaan diri belum dijelaskan oleh prediktor yang dimasukkan ke dalam model. Kondisi ini masuk akal karena kepercayaan diri berkembang melalui berbagai sumber personal dan lingkungan. Fitrianto et al. (2025), misalnya, menemukan bahwa pola pengasuhan demokratis berkaitan positif dengan kepercayaan diri remaja, sedangkan pola otoriter dan permisif menunjukkan arah negatif. Saputri et al. (2024) menunjukkan bahwa *body image* bersama *social comparison* berkaitan dengan kepercayaan diri remaja, sementara Liu et al. (2025) menempatkan optimisme sebagai sumber daya psikologis yang dapat melindungi evaluasi diri dari dampak perbandingan ke atas. Oleh karena itu, konteks keluarga, citra tubuh, optimisme, konsep diri, pengalaman keberhasilan, dukungan sosial, serta norma lingkungan layak dipertimbangkan sebagai variabel tambahan pada penelitian berikutnya. Karakter sosial budaya Kampung Jawa Tondano yang mempertemukan interaksi masyarakat Jawa dan Minahasa dapat menjadi konteks interpretatif yang penting, tetapi pengaruh budaya tersebut belum diuji secara langsung dalam penelitian ini sehingga tidak dapat diposisikan sebagai penyebab empiris dari tingkat kepercayaan diri responden.

Secara keseluruhan, penelitian ini memperkuat bukti bahwa kecenderungan *social*

comparison merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan menurunnya kepercayaan diri pada remaja akhir, tetapi efek tersebut perlu ditempatkan dalam sistem psikologis dan sosial yang lebih kompleks. Temuan terbaru menunjukkan bahwa bukan hanya frekuensi perbandingan yang penting, tetapi juga arah perbandingan, jarak yang dipersepsikan dengan target, konteks digital atau langsung, serta sumber daya psikologis yang dimiliki individu (Burnell et al., 2024; Le Blanc-Brillon et al., 2025; Liu et al., 2025). Interpretasi hasil juga perlu mempertimbangkan keterbatasan penelitian karena kuesioner disebarluaskan secara daring melalui Google Form sehingga peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung kesungguhan dan kondisi responden saat memberikan jawaban. Selain itu, desain korelasional dan pengukuran pada satu periode waktu tidak cukup untuk membuktikan kausalitas. Penelitian selanjutnya karena itu perlu menggunakan desain longitudinal, membedakan *upward*, *lateral*, dan *downward comparison*, memisahkan perbandingan sosial secara daring dan langsung, serta memasukkan faktor seperti optimisme, pola pengasuhan, dukungan sosial, citra tubuh, dan konteks budaya agar dinamika pembentukan kepercayaan diri remaja akhir dapat dijelaskan secara lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa perbandingan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir di Kelurahan Kampung Jawa Tondano. Semakin tinggi kecenderungan remaja melakukan perbandingan sosial, semakin rendah tingkat kepercayaan diri yang dimiliki. Meskipun demikian, kontribusi perbandingan sosial terhadap kepercayaan diri relatif terbatas, sehingga kepercayaan diri tetap dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti konsep diri, harga diri, dukungan keluarga, pengalaman hidup, lingkungan sosial, serta kemampuan individu dalam mengelola tekanan psikologis. Temuan ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden tetap memiliki tingkat kepercayaan diri yang cukup baik, yang mengindikasikan adanya mekanisme koping dan faktor protektif lain yang dapat membantu meredam dampak negatif dari perbandingan sosial.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Google Form sehingga peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung proses pengisian kuesioner dan memastikan seluruh jawaban sepenuhnya mencerminkan kondisi psikologis responden. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan teknik pengumpulan data yang lebih beragam, mengombinasikan pendekatan kuantitatif dan kualitatif, serta melibatkan variabel lain seperti harga diri, konsep diri, dukungan sosial, penggunaan media sosial, regulasi emosi, dan optimisme agar dinamika kepercayaan diri dapat dijelaskan secara lebih komprehensif. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi orang tua, sekolah, pemerintah kelurahan, dan tenaga profesional di bidang psikologi untuk mengembangkan program psikoedukasi yang mendorong remaja melakukan perbandingan sosial secara lebih sehat, memperkuat penerimaan diri, dan meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi tuntutan perkembangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alodia, A., & Suryadi, D. (2021). The relationship between social comparison and self-esteem among late adolescent Instagram users. In *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)* (pp. 527–532). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.083>
- Burnell, K., Trekels, J., Prinstein, M. J., & Telzer, E. H. (2024). Adolescents' social comparison on social media: Links with momentary self-evaluations. *Affective Science*. <https://doi.org/10.1007/s42761-024-00240-6>
-

-
- Chen, Y.-H. (2025). A comparative study of state self-esteem responses to social media feedback loops in adolescents and adults. *Frontiers in Psychology*, 16, 1625771. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1625771>
- Chyung, S. Y., Roberts, K., Swanson, I., & Hankinson, A. (2017). Evidence-based survey design: The use of a midpoint on the Likert scale. *Performance Improvement*, 56(10), 15–23. <https://doi.org/10.1002/pfi.21727>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). SAGE Publications.
- Dewi, A. A. A. M., & Rina, N. (2025). Pengaruh penggunaan TikTok terhadap *self-esteem* dengan *social comparison* sebagai variabel mediasi pada Generasi Z di Kota Denpasar. *Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(4). <https://doi.org/10.37329/ganaya.v8i4.4957>
- Febriyani, I. (2024). *Hubungan antara social comparison dengan kepercayaan diri siswa di SMA Muhammadiyah 2 Medan* [Undergraduate thesis, Universitas Medan Area]. Universitas Medan Area Repository.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed.). SAGE Publications.
- Fitrianto, M. S. R., Hakim, Z. A., & Marwing, A. (2025). The impact of democratic, permissive and authoritarian parenting styles on adolescent self-confidence: Evidence from senior high school students in Indonesia. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Science*, 4(1), 43–50. <https://doi.org/10.47679/njbss.202577>
- Gerber, J. P., Wheeler, L., & Suls, J. (2018). A social comparison theory meta-analysis 60+ years on. *Psychological Bulletin*, 144(2), 177–197. <https://doi.org/10.1037/bul0000127>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2014). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129–142. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129>
- Jin, L. T., & Choi, Y. J. (2026). Are your defense mechanisms harming you? The role of psychological defenses in social media comparison and adolescent self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 178, 108916. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2026.108916>
- Karima, A. D., Sadijah, N. A., & Mustika, H. (2025). Pengaruh konsep diri dan social comparison terhadap kepercayaan diri siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 10(1), 142–150. <https://doi.org/10.29210/30036124000>
- Karima, A. D., Sadijah, N. A., & Mustika, H. (2025). Pengaruh konsep diri dan *social comparison* terhadap kepercayaan diri siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 10(1), 142–150. <https://doi.org/10.29210/30036124000>
- Le Blanc-Brillon, J., Fortin, J.-S., Lafrance, L., & Héту, S. (2025). The associations between social comparison on social media and young adults' mental health. *Frontiers in Psychology*, 16, 1597241. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1597241>
- Liu, H., Kvintova, J., & Vachova, L. (2025). Parents' social comparisons and adolescent self-esteem: The mediating effect of upward social comparison and the moderating influence of optimism. *Frontiers in Psychology*, 16, 1473318. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1473318>
- Lohr, S. L. (2021). *Sampling: Design and analysis* (3rd ed.). CRC Press.
- Öney, E., & Öksüzöğlü-Güven, G. (2015). Confidence: A critical review of the literature and an alternative perspective for general and specific self-confidence. *Psychological Reports*,
-

- 116(1), 149–163. <https://doi.org/10.2466/07.PR0.116k14w0>
- Saputri, R., Nurhayaty, A., & Prastiwi, D. T. K. (2024). Beauty standard di era digital: Hubungan social comparison dan body image dengan kepercayaan diri remaja. *Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 4(4), 446–458. <https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v4i4.8616>
- Swari, N. K. E. P., & Tobing, D. H. (2024). Dampak perbandingan sosial pada pengguna media sosial: Sebuah kajian literatur. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(7), 853–863. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11194800>
- Tavakol, M., & Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53–55. <https://doi.org/10.5116/ijme.4dfb.8dfd>
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206–222. <https://doi.org/10.1037/ppm0000047>
-