SKRIPSI

SOCIAL COMPARISON DI INSTAGRAM TERHADAP KETIDAKPERCAYAAN DIRI MAHASISWA PROGRAM STUDI SOSIOLOGI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK UNIVERSITAS TANJUNGPURA

Program Studi Sosiologi

Oleh:

Muhammad Syafril
E1041211085

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS TANJUNGPURA

PONTIANAK

2026

SKRIPSI

SOCIAL COMPARISON DI INSTAGRAM TERHADAP KETIDAKPERCAYAAN DIRI MAHASISWA PROGRAM STUDI SOSIOLOGI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK UNIVERSITAS TANJUNGPURA

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana

Program Studi Sosiologi

Oleh:

Muhammad Syafril

NIM. E1041211085

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS TANJUNGPURA

PONTIANAK

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

***SOCIAL COMPARISON* DI INSTAGRAM TERHADAP KETIDAKPERCAYAAN DIRI MAHASISWA PROGRAM STUDI SOSIOLOGI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK UNIVERSITAS TANJUNGPURA**

Tanggung Jawab Yuridis Pada:

Muhammad Syafril
NIM . E1041211085

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing Utama

Dr. H. Mukhlis, M.Si. Tanggal: .....
NIP. 196311121989031002

Dosen Pembimbing Pendamping

Rizqi Ratna Paramitha, S.Pd., M.A. Tanggal: .....
NIP. 198704302019032011

HALAMAN PENGESAHAN

SOCIAL COMPARISON DI INSTAGRAM TERHADAP KETIDAKPERCAYAAN DIRI MAHASISWA PROGRAM STUDI SOSIOLOGI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK UNIVERSITAS TANJUNGPURA

Oleh:
Muhammad Syafril
NIM. E1041211085

Dipertahankan di	: Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Pada Hari/Tanggal	: Senin, 21 September 2026
Waktu	: 10.00 WIB
Tempat	: Ruang Sidang

Tim Penguji

Ketua

Dr. H. Mukhlis, M.Si.
NIP. 196311121989031002

Sekretaris

Rizqi Ratna Paramitha, S.Pd., M.A.
NIP. 198704302019032011

Penguji Utama

Prof. Dr. H. Fatmawati, M.Si.
NIP. 196004071990032001

Penguji Pendamping

Marini S.Sos., M.A.
NIP. 199107252024212046

Disahkan Oleh
Dekan FISIP Untan

Dr. Herlan, S.Sos., M.Si
NIP. 197205212006041001

ABSTRAK

Muhammad Syafril (E1041211085): *Social Comparison* Di Instagram Terhadap Rasa Ketidakpercayaan Diri Mahasiswa Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura. **Skripsi Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura Pontianak 2026.**

Meluasnya penggunaan Instagram di kalangan mahasiswa menjadi latar belakang penelitian ini, sebab kondisi tersebut memicu munculnya fenomena *social comparison*, yaitu kecenderungan seseorang menilai dirinya sendiri dengan membandingkan pencapaian orang lain. Kecenderungan tersebut berpotensi menimbulkan ketidakpercayaan diri, terutama pada mahasiswa Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Tanjungpura. Sebagai pisau analisis, penelitian ini menggunakan Teori Perbandingan Sosial (*Social Comparison Theory*) yang dikemukakan oleh Leon Festinger guna memahami proses evaluasi diri mahasiswa melalui perbandingan sosial di ruang digital. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif deskriptif, sedangkan informan ditentukan melalui teknik *purposive sampling*;adapun data dikumpulkan melalui observasi, wawancara semiterstruktur, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa *social comparison* yang dialami mahasiswa terwujud dalam bentuk perbandingan prestasi akademik serta kemampuan dan kondisi diri, yang pada umumnya mengarah pada *upward comparison* terhadap teman sebaya. Perbandingan tersebut dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan, intensitas penggunaan Instagram, jenis konten yang di akses, dan tuntutan standar sosial sehingga menimbulkan perasaan tertinggal serta keraguan diri, tetapi juga dapat menjadi dorongan motivasi untuk memperbaiki diri. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ketidakpercayaan diri mahasiswa tidak hanya berkaitan dengan penilaian terhadap diri sendiri, tetapi juga terbentuk melalui proses sosial yang berlangsung dalam interaksi dengan lingkungan perbandingan sosial di media sosial.

Kata kunci: perbandingan sosial, Instagram, ketidakpercayaan diri, mahasiswa, teori perbandingan sosial.

ABSTRACT

Muhamamad Syafril (E1041211085): *Social Comparison on Instagram and Its Effect on Self-Doubt Among Sociology Students at the Faculty of Social and Political Sciences, Universitas Tanjungpura.* ***Undergraduate Thesis, Department of Sociology, Faculty of Social and Political Sciences, Universitas Tanjungpura, Pontianak, 2026.***

The growing use of Instagram among university students has intensified social comparison, a process in which individuals evaluate their personal achievements and circumstances relative to others. This phenomenon may undermine self-confidence, particularly among students in the Sociology Study Program at the Faculty of Social and Political Sciences, Tanjungpura University. Grounded in Leon Festinger's Social Comparison Theory, this study explores how students engage in social comparison and how such experiences shape their self-confidence in digital environments. A descriptive qualitative approach was employed, with informants selected through purposive sampling. Data were collected through observation, semi-structured interviews, and documentation. The findings indicate that students engage in social comparisons involving academic performance, personal abilities, and life circumstances, predominantly through upward comparisons with their peers. These experiences are shaped by peer influence, the intensity of Instagram use, the nature of the content viewed, and prevailing social expectations. While such comparisons may trigger feelings of inadequacy, self-doubt, and perceptions of falling behind, they can also encourage self-reflection and personal development. The study concludes that students' self-confidence is shaped not only by individual self-assessment but also by social interactions and comparison processes mediated by social media. These findings highlight the dual role of Instagram as both a potential source of psychological vulnerability and a platform for self-motivation among university students.

Keywords: *Social Comparison, Instagram, Self-doubt, University Students, Social Comparison Theory*

RINGKASAN SKRIPSI

Perkembangan teknologi infomasi dan komunikasi turut membawa perubahan terhadap pola interaksi sosial mahasiswa, salah satunya melalui penggunaan media sosial instagram. Instagram tidak hanya dimanfaatkan sebagai saran komunikasi dan memperoleh informasi, tetapi juga menjadi media yang memungkinkan mahasiswamengakses berba gai informasi mengenai aktivitas, pencapaian, dan kehidupan orang lain. Beragam unggahan yang diliat melalui instagram dapat mendorong mahasiswa melakukan *social comparison,* yaitu proses mebandingkan kondisi, kemampuan, serta pencapaian dirinya dengan orang lain. Penelitian ini mengkaji fenomena tersebut untuk memahami bentuk *social comparison* yang dialami mahasiswa, keterkaitannya dengan kepercayaan diri, serta faktor-faktor sosial yang mendorong terjadinya perbandingan sosial melalui instagram. Dalam menganalisis fenomena tersebut, penelitian ini menggunakan Teori *Social Comparison* yang dikemukakan oleh Leon festinger sebagai landasan untuk memahami proses mahasiswa dalam mengevaluasi dirinya melalui perbandingan dengan orang lain.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk *social comparison* yang dialami mahasiswa Program Studi Sosioligi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura, memahami keterkaitan *social comparison* melalui instagram dengan kepercayaan diri mahasiswa, serta mengindentifikasi faktor-faktor sosial yang mendorong terjadinya *social comparison.* Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan melibatkan enam mahasiswa aktif Program Studi Sosiologi Universitas Tanjungpura sebagai informan.

Pemilihan informan didasarkan pada keterlibatan dalam penggunaan instagram serta pengalaman melakukan *social comparison* melalui media tersebut. Data penelitian ini dikumpulkan melalui observasi nonpartisipan, wawancara semiterstruktur, dan dokumentasi. Selanjutnya, data dianalisis secara kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Keabsahan data dalam penelitian ini diperkuat melalui triangulasi, *member checking,* kehadiran peneliti lapangan, dan dokumentasi selama proses penelitian.

Hasil penelitian menunjukan bahwa *social comparison* yang dialami mahasiswa dalam penggunaan instagram muncul dalam bebrapa bentuk, terutama berkaitan dengan pencapaian akademik, kemampuan, dan kondisi diri. Mahasiswa membandingkan pencapaian akademiknya dengan pencapaian teman sebaya maupun pengguna lain yang ditampilkan melalui instagram, seperti prestasi akademik, perolehan beasiswa, keterlibatan dalam kegiatan akademik, serta berbagai pencapaian lainnya. Selain itu, mahasiswa juga melaukan perbandingan terhadap kemampuan, perkembangan, pengalaman, dan kondisi dirinya dengan individu yang dinilai memiliki keadaan lebih baik. Temuan tersebut menujukan adanya kecendrungan *upward comparison,* khusunya ketika mahasiswa melihat teman sebaya yang dianggap memiliki pencapaian lebih tinggi dibandingkan dirinya.

Social Comparison melalui instagram memiliki keterkaitan dengan kepercayaan diri mahasiswa. Ketika mahasiswa melihat pencapaian orang lain yang dinilai lebih baik, mahasiswa cenderung melakukan evaluasi terhadap pencapaian

dan kondisi dirinya. Proses perbandingan tersebut dapat menimbulkan perasaan tertinggal, merasa kurang mampu, dan menganggap bahwa dirinya belum mencapai hasil yang diharapkan. Dalam kondisi tertentu, perasaan tersebut dapat mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa. Hal ini terlihat pada pengalaman informan J yang membandingkan pencapaian akademiknya dengan teman sebaya melalui instagram hingga menimbulkan perasaan tidak percaya diri dan anggapan dirinya belum mencapai pencapaian yang berarti. Meskipun demikian, hasil penelitian juga menujukkan bahwa *upward comparison* tidak selalu memberikan dampak negatif. Pencapaian orang lain dapat menjadi sumber motivasi untuk mengembangkan kemampuan diri dan meningkatkan pencapainnya.

Faktor-faktor sosial yang mendorong terjadinya *social comparison* melalui instagram meliputi intensitas penggunaan instagram, jenis konten yang diakses, serta tuntutan dan standar sosial yang berkembang dilingkungan mahasiswa. Semakin tinggi intensitas penggunaan instagram, semakin sering mahasiswa terpapar berbagai unggahan mengenai kehidupan, aktivitas, dan pencapaian orang lain, sehingga peluang terjadinya perbandingan sosial semakin meningkat. Selain itu, konten yang menampilkan pencapaian akademik, kehidupan sosial, aktivitas organisasi, dan pengalaman orang lain dapat menjadi pemicu mahasiswa untuk melakukan perbandingan. Tuntutan dan standar sosial yang berkaitan dengan pencapaian nilai akademik, penyelesaian studi tepat waktu, keaktifan dalam organisasi, pengalaman, dan prestasi juga dapat mendorong mahasiswa menjadikan pencapaian orang lain sebagai tolak ukur dalam mengevaluasi dirinya.

Berdasarkan Teori *Social Comparison* yang dikemukakan oleh Leon Festinger, mahasiswa memiliki kecenderungan untuk melakukan evaluasi terhadap dirinya dengan menjadikan orang lain sebagai acuan ketika tidak memiliki standar objektif dalam menilai kemampuan, pencapaian, dan kondisi dirinya. Dalam penelitian ini, instagram menjadi media yang menyediakan berbagai informasi mengenai pencapaian dan kehidupan orang lain yang kemudian dapat digunakan mahasiswa sebagai bahan perbandingan. Kecendrungan *upward comparison* terlihat ketika mahasiswa membandingkan dirinya dengan teman yang dinilai memiliki kemampuan, pencapaian, atau kondisi yang lebih baik. Proses perbandingan tersebut dapat mendorong mahasiswa untuk berkembang dan meningkatkan pencapaiannya, tetapi pada kondisi tertentu juga dapat menimbulkan perasaan tertinggal, kurang mampu, serta penilaian negatif terhadap dirinya sendiri yang berkaitan dengan munculnya ketidakpercayaan diri.

Dengan demikian, hasil penelitian menunjukan bahwa Instagram menjadi salah satu ruang sosial yang memungkinkan mahasiswa melakukan proses evaluasi terhadap dirinya melalui perbandingan dengan orang lain. Terjadinya social comparison dalam penggunaan Instagram tidak hanya berkaitan dengan jenis konten yang dilihat, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial, intensitas penggunaan media sosial, serta tuntutan dan standar pencapaian yang berkembang dalam kehidupan.

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Muhammad Syafril
Nomor Induk Mahasiswa	: E1041211085
Program Studi	: Sosiologi
Fakultas	: Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang sepengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Pontianak, 28 Agustus 2026
Yang Membuat Pernyataan



Muhammad Syafril
E1041211085

MOTTO

"Maka, ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu menginkari (nikmat)-Ku."

(QS. Al-Baqarah: 152)

"Tidak ada pelindung dan penolong bagimu selain Allah."

(QS. At-Taubah: 116)

"*It Will Pass*"
(Rachel Vennya)

"*Stay* Bahagia, *Stay* Menyala, *Stay* Sigma"

(Karina Moudy Widodo)

"Dunia ini terlalu singkat dan sempit untuk menyesali kesalahan masa lalu. *Just wake up and do something productive and make it happen*."

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, penulis mempersembahkan skrispsi ini kepada orang-orang terkasih yang telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi dalam setiap langkah perjalanan yang telah dilalui. Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan keteguhan hati dan kesabaran hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Di balik setiap baris kalimat dalam skripsi ini, untuk mereka yang selalu memberikan cintanya, skripsi ini saya persembahakan kepada:

1. Teruntuk untuk Ayah dan Ibu tercinta, skripsi ini ku persembahkan kepada dua orang yang senantiasa berjuang dan memberikan segala hal yang terbaik demi pendidikan ku. Terima kasih, Ayah dan Ibu, atas segala usaha dan pengorbanan yang telah dilakukan sehingga aku dapat menempuh pendidikan hingga berada pada tahap ini. Aku menyadari bahwa mengantarkan ku hingga dapat meraih gelar sarjana bukanlah suatu hal yang mudah. Dalam perjalanan pendidikan, terdapat begitu banyak pengorbanan, perjuangan, kekelahan, serta doa yang mungkin tidak selalu dapat ku lihat secara langsung, tetapi dapat aku rasakan dalam setiap langkah yang ku jalani. Ketika aku merasa lelah dan berada pada titik ingin menyerah, doa serta dukungan Ayah dan ibu menjadi kekuatan yang menodorong ku untuk kembali melanjutkan perjuangan. Jika hari ini aku dapat menyelesaikan pendidikan dan memperoleh gelar sarjana, pencapaian tersebut tidak terlepas dari perjuangan dan dukungan Ayah dan Ibu. Gelar ini mungkin tertulis tertulis atas nama ku, tetapi di balik pencapaian tersebut terdapat

nama Ayah dan Ibu yang memiliki peran besar dalam setiap proses perjalanan aku. Semoga pencapaian ini dapat menjadi salah satu bentuk ungkapan terima kasih atas seluruh pengorbanan dan perjuangan yang telah Ayah dan Ibu berikan. Aku menyadari bahwa mungkin tidak akan pernah mampu membalas seluruh kebaikan yang telah diberikan, tetapi aku akan selalu berusaha menjadi anak yang dapat membanggakan dan membahagiakan Ayah dan Ibu. Terima kasi telah memperjuangkan pendidikan ku hingga sejauh ini. Gelar sarjana ini merupakan hadiah kecil untuk dua orang yang telah memberikan begitu banyak hal dalam kehidupan aku.

2. Teruntuk Alm Nenekku tercinta, skripsi ini sebagai ungkapan cinta dan penghormatanku kepada almarhumah nenek yang telah menjadi sosok berharga dalam perjalanan hidupku. Meskipun nenek telah tiada, kasih sayang, doa, nasihat, serta setiap kenangan yang telah diberikan akan selalu tersimpan dalam hati dan menjadi bagian dari perjalanan hidupku. Pencapaian ini aku persembahkan untuk mengenang kasih sayang dan kebaikan nenek semasa hidup. Terima kasih atas segala cinta, perhatian, dan kehangatan yang pernah diberikan. Kehadiran nenek mungkin telah berakhir di dunia, tetapi kenangan tentang nenek akan selalu hidup hati dan menjadi pengingat dalam setiap langkah yang aku jalani. Semoga almarhumah nenek mendapatkan tempat terbik di sisi Allah SWT dan segala kebaikan yang telah diberikan semasa hidup menjadi amal yang terus mengalir.

3. Teruntuk abangku, kakak ipar dan keponakan ku tercinta atas segala dukungan dan doa-doa baik yang selalu dipanjatkan. Walaupun tidak jarang kita berselisih paham, terima kasih selalu mendukungku sampai saat ini.
4. Teruntuk sahabat seperjuanganku semasa kuliah, Zira, Shakila, Nacha, Andrea, Stephanie, Levica, Leony, Tatu, Dida, Darma, Andre, Wulan, Ira. Terimakasih sudah memberikan cerita manis semasa perkuliahan kita.
5. Teruntuk sahabat dan keluarga baru ku, Agnes, Ema, Salwa, Aza, Keysha, Revan, Faris, Reza, Asay dan warga Desa Mengkalang Jambu yang sudah ku anggap keluarga kedua. Terimakasih atas jasa kalian selama magang dan pengalaman kehidupan yang ngga pernah aku rasaiin sebelumnya.
6. Teruntuk sahabat rasa saudaraku, Maudy, Della, Tiara, Dini, Noviana, Nanda, Rumi, Galuh, Lidya, Aulia, Shakira. Terimakasih atas doa dan selalu dukungan kalian kepada ku selama dari sekolah dasar hingga saat ini, semoga doa baik juga buat kalian.
7. Teruntuk sahabat rasa saudaraku, Muhlisin, Tomas, Iqbal, Maulana, Imel, Amel, Niki, Sarah, Ilham, Nabila, Hellen, Wendy, Ido, Ari, Ellan, Andri, Hendy, Ananda Rozalina. Terimakasih atas pengalaman selama aku mengikuti perlombaan dan mendukung karir ku untuk berkembang lebih baik serta Doa dukungan kalian buat ku hingga sekarang.
8. Teruntuk sahabat rasa saudaraku, Dian, Alif, Uray Tiara, Windie, Uti, Tazkia, Maria, Arni, Sherina, Ima. Terimakasih atas doa dan selalu dukungan kalian kepada ku selama dari sekolah menengah kejuruan hingga sekarang, semoga doa baik juga buat kalian.

9. Terimakasih sahabat rasa saudaraku, Ale, Melvi, Nanda, Damara, Dela, Helwa, Mety, Utin, Billa, Dewi, Nisa, Erika, Tiara, Rama, Nessy, Parisa, Abun, Rony, Shinta. Terimakasih selalu menemankan ku saat masa-masa hampa sama kehidupan sama kalian selalu membagi canda tawa dan dukungan kalian terhadap ku.
10. Terimakasih orang baik, Iwan, Juna, Awin, Aldi, Rafli, Welby, Jihan, Iqbal, Andre Sihaan, Ridho. Terimakasih selalu mendukung aku dan berbagi cerita pengalaman kita.
11. Terakhir, terima kasih kepada diri sendiri yang telah mampu bertahan melalui berbagai kegagalan, keraguan, serta perjalanan yang tidak selalu mudah. Terima kasih karena tetap mmeiliki keyakinan terhadap diri sendiri dan terus berusaha melangkah meskipun telah menghadapi berbagai kegaglan. Hari ini, aku dapat berdiri di titik ini bukan karena perjalanan yang selalu berjalan dengan sempurna, melainkan karena saya memilih untuk tidak menyerah. Aku belajar untuk berdiri dengan kemampuan sendiri, percaya pada potensi diri, serta memahami bahwa setiap kegagalan merupakan bagian dari proses menuju keberhasilan. Terima kasih, Muhammad Syafril, karena telah mampu bertahan dan sampai sejauh ini. Aku bangga kepada diri sendiri.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil‘alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal penelitian yang merupukan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi Sarjana pada Universitas Tanjungpura. Penulisan skripsi ini mengambil judul “*Social Comparison* di Instagram Terhadap Ketidakpercayaan diri Mahasiswa Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.” Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Dr. Herlan, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.
2. Bapak Dr. Viza Juliansyah, S.Sos, MA.MIR. selaku wakil Dekan 1 Bidang Akademik, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.
3. Ibu Dr. Rupita, M.Si. selaku Wakil Dekan 2 Bidang Keuangan, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.
4. Bapak Dr. Arifin, M.AB selaku Wakil Dekan 3 Bidang Kemahasiswaan dan Alumni, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.
5. Ibu Dr. Indah Listiyaningrum, M. Si. selaku Ketua Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.
6. Ibu Desca Thea Purnama, S.Sos, M.Sos selaku Koordinator Program Studi Sosiologi sekaligus Dosen Pembimbing Akademik (PA) di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.
7. Bapak Dr. H. Mukhlis, M.Si selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah

membimbing, memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian proposal penelitian ini.

8. Ibu Rizqi Ratna Paramitha, S.Pd., M.A selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang juga telah memberikan masukan, solusi serta saran dalam penyelesaian proposal penelitian ini.
9. Ibu Prof. Dr. H. Fatmawati, M.Si. selaku Dosen Penguji Pertama, yang telah memberikan masukan, kritik dan saran perbaikan dengan sangat baik pada skripsi ini dengan sangat baik.
10. Ibu Marini S.Sos., M.A. selaku Dosen Penguji Kedua, yang telah memberikan masukan, kritik dan saran perbaikan dengan sangat baik pada skripsi ini dengan sangat baik.
11. Kepada para informan yang namanya tidak dapat disebutkan satu per satu, yang sudah bekerja sama dan bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan penulis dalam penelitian untuk menyempurnakan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan, bantuan, bimbingan dan dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan dari Allah SWT, dan semoga hasil karya yang penulis lakukan ini bisa memberikan sumbangan pemikiran serta manfaat yang cukup berarti bagi kita semua yang memerlukannya Aamiin. Penulis juga mohon maaf atas segala kekurangan dan kendala yang ada dalam proposal ini.

Pontianak, 28 Agustus 2026

Muhammad Syafril
NIM. E1041211085

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**
ABSTRAK ..... **iv**
ABSTRACT ..... **v**
RINGKASAN SKRIPSI ..... **vi**
PERNYATAAN KEASLIAN ..... **vii**
MOTTO ..... **viii**
PERSEMBAHAN ..... **ix**
KATA PENGANTAR ..... **x**
DAFTAR ISI ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
11.1Latar Belakang Penelitian 1
11.2Identifikasi Masalah 6
11.3Fokus Penelitian 6
11.4Rumusan Masalah 7
1.6 Manfaat Penelitian 8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **11**
2.1 Definisi Konsep 11
2.1.1 *Social Comparison* 11
2.1.2 Instagram 12
2.1.3 Ketidakpercayaan Diri 14
2.2 Kajian Teori 17
2.2.1 Teori Perbandingan Sosial 17
2.3 Hasil Penelitian Relevan 20
2.4 Alur Pikir Penelitian 23
BAB III METODE PENELITIAN **25**

3.1 Jenis Penelitian 25
3.1.1 Melakukan Pra Survei 26
3.1.2 Melakukan Studi Pustaka 26
3.1.3 Membuat Analisis Data 27
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian 27
3.2.1 Lokasi Penelitian 27
3.2.2 Waktu Penelitian 28
3.3 Subjek dan Objek Penelitian 28
3.3.1 Subjek Penelitian 28
3.3.2 Objek Penelitian 29
3.4 Teknik Pengumpulan Data 29
3.4.1 Observasi 29
3.4.2 Wawancara 30
3.4.3 Dokumentasi 31
3.7 Analisis Data 32
BAB IV GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN 35
4.1 Sejarah Singkat Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura 35
4.3.1 Visi 39
4.3.2 Misi 39
4.3.3 Tujuan 39
4.4 Letak Luas Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura 40
4.5 Struktur Organisasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura 41
4.6 Unit Kegiatan Mahasiswa 44
4.7 Jumlah Dosen 48
4.8 Jumlah Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik 48
4.9 Profil Informan 49
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN 52
5.1 Bentuk *Social Comparison* yang Dialami Mahasiswa Sosiologi dalam Penggunaan Instagram 52
5.1.1 *Social Comparison* Berdasarkan Pencapaian Akademik 54

5.2 Pengaruh *Social Comparison* 55
5.2.1 Munculnya Rasa Kurang Percaya Diri 57
5.2.2 Perubahan Cara Memandang Diri Sendiri 58
5.2.3 Perasaan Bahwa Kehidupan Orang Lebih Baik 60
5.3 Faktor-Faktor *Social Comparison* 62
5.3.1 Intensitas Penggunaan Instagram 63
5.3.2 Jenis Konten Yang Dilihat 65
5.3.3 Tuntutan Atau Standar Sosial 67
5.4 Analisis Teori *Social Comparison* Menurut Leon Festinger 70
5.4.1 Dorongan Evaluasi Diri dalam *Social Comparison* 72
5.4.2 Perbandingan Sosial Dengan Teman Sebaya Melalui Instagram 75
5.4.3 *Upward Comparison* dan Pengaruhnya Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa 76
BAB VI PENUTUP 90
6.1 Kesimpulan 90
6.2 Saran 92
6.3 Keterbatasan Penelitian 93
DAFTAR PUSTAKA 95

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kerangkan Pikir 24
Tabel 3. 1 Waktu Penelitian Tahun 2025/2026 28
Tabel 4.1 Program Studi FISIP UNTAN Tahun 2026 37
Tabel 4.2 Dosen Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Tahun 2025-2026 48
Tabel 4.3 Jumlah Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Tahun 2021-2026 48
Tabel 4.4 Jumlah Mahasiswa Diploma III Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Tahun 2021-2026 49
Tabel 4.5 Profil Informan 50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.....36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Pedoman Wawancara..... 98
Lampiran 2: Dokumentasi Selama Penelitian 100
Lampiran 3: Surat Tugas Penelitian 103
Lampiran 4: Daftar Riwayat Hidup..... 104

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi pada era digital telah membawa perubahan mendasar terhadap pola interaksi sosial dalam masyarakat. Kehadiran Internet memberikan kemudahan bagi setiap individu untuk berkomunikasi, bertukar informasi, dan menjalin hubungan sosial tanpa terhalang oleh batasan ruang dan waktu. Jumlah pengguna internet di Indonesia menunjukkan peningkatan yang konsisten dari tahun ke tahun. Berdasarkan data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2024), jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2024 tercatat mencapai sekitar 221,5 juta jiwa, atau setara dengan 79,5% dari keseluruhan populasi penduduk. Data tersebut mengindikasikan bahwa Internet telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sosial masyarakat, terutama bagi generasi muda yang tumbuh dan berkembang bersama kemajuan teknologi digital.

Menurut perspektif sosiologi, kehadiran media sosial tidak hanya mengubah cara individu berkomunikasi, tetapi juga membentuk ruang sosial baru yang memungkinkan individu membangun relasi, menegosiasikan identitas, serta memperoleh pengakuan sosial dari lingkungan sekitarnya. Salah satu *platform* yang banyak digunakan pada saat ini adalah *Instagram*, yaitu sebuah aplikasi berbasis visual yang memungkinkan penggunanya untuk membagikan foto, video, serta aktivitas keseharian kepada khalayak luas sebagai ruang sosial digital, *Instagram* tidak sekadar berfungsi sebagai sarana berbagi informasi, melainkan juga menjadi

panggung bagi individu untuk mempresentasikan dirinya, yakni menampilkan citra tertentu yang ingin diperlihatkan kepada orang lain (Rini, 2018). Hal ini sejalan dengan gagasan presentasi diri (*self presentation*) yang dalam kajian sosiologi interaksi sosial banyak merujuk pada perspektif dramaturgis Erving Goffman.

Proses saling menyaksikan presentasi diri tersebut kemudian mendorong munculnya fenomena perbandingan sosial (*social comparison*) di Instagram. Pengguna secara terus-menerus terpapar pada berbagai unggahan yang menampilkan pencapaian akademik, gaya hidup, penampilan fisik, relasi sosial, hingga keberhasilan karier orang lain. Kondisi tersebut mendorong munculnya upward social comparison, yaitu kecenderungan individu untuk membandingkan dirinya dengan pihak lain yang dipersepsikan berada pada posisi yang lebih baik (Taylor & Armes, 2024) Dalam kajian sosiologi, fenomena ini penting untuk dipahami bukan semata-mata sebagai proses psikologis individual, melainkan sebagai bagian dari interaksi sosial yang dibentuk oleh norma dan standar keberhasilan yang beredar di lingkungan sosial digital. Standar tersebut terus-menerus dikonstruksi dan dinegosiasikan bersama melalui berbagai unggahan di media sosial.

Ketika standar sosial yang ditampilkan di Instagram dijadikan sebagai acuan penilaian diri, individu berpotensi mengalami ketidakpercayaan diri, yaitu suatu kondisi ragu atas kemampuan diri sendiri serta merasa belum mampu memenuhi standar yang berlaku di lingkungan sosialnya. Sejumlah penelitian menunjukkan adanya keterkaitan antara intensitas perbandingan sosial di Instagram dengan menurunnya rasa percaya diri pengguna, khususnya ketika standar yang

dibandingkan dianggap sulit untuk dijangkau (Sari et al., 2024) Dari sudut pandang sosiologi, hal tersebut menegaskan bahwa rasa percaya diri bukan semata-mata kondisi internal yang berdiri sendiri, melainkan dibentuk secara sosial melalui proses interaksi, perbandingan, dan penilaian yang berlangsung dalam relasi dengan orang lain di ruang digital.

Mahasiswa merupakan kelompok yang berada pada masa transisi menuju kedewasaan, ditandai dengan proses pencarian identitas sosial, pembentukan relasi baru, serta kebutuhan untuk memperoleh pengakuan dari kelompok sebayanya. Pada masa ini, individu cenderung lebih peka terhadap penilaian lingkungan sosialnya serta lebih intens melakukan perbandingan diri dengan orang lain (Toor et al., 2024) *Instagram* menjadi ruang sosial yang memperlihatkan berbagai standar keberhasilan ideal, mulai dari pencapaian akademik, keterlibatan dalam organisasi, penampilan fisik, hingga gaya hidup. Standar tersebut secara sosial dijadikan tolok ukur bersama oleh kalangan mahasiswa.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa unggahan mengenai prestasi dan pencapaian di Instagram dijadikan sebagai tolak ukur oleh informan dalam mengevaluasi dirinya. Kondisi tersebut mendorong informan untuk membandingkan dirinya dengan teman-temannya sehingga menimbulkan perasaan kurang percaya diri serta keraguan terhadap kemampuan yang dimilikinya. Fenomena ini menunjukkan bahwa media sosial, khususnya Instagram, tidak hanya berfungsi sebagai sarana berbagi informasi, tetapi juga berperan dalam memengaruhi cara individu menilai dan mengevaluasi dirinya melalui proses *social comparison*.

Penelitian ini perhatian difokuskan pada mahasiswa Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura angkatan 2021 dan 2022 yang berada pada tahap akhir masa studi. Pada tahap tersebut, mahasiswa berada dalam proses penyelesaian tugas akhir dan mengahadapi tuntutan untuk menyelesaikan pendidikan. Namun, proses penyelesaian studi yang dijalani setiap mahasiswa tidak selalu berlangsung pada tahap yang sama. Hal ini terlihat dari hasil wawancara dengan informan berinisial RR pada Juli 2026 yang mengungkapkan bahwa dirinya masih menghadapi kendala dalam proses penyelesaian skripsi dan persiapan manuju sidang, sementara beberapa teman seangkatannya telah menyelesaikan pendidikan dan mengikuti wisuda. Kondisi tersebut mendorong informan untuk membandingkan proses penyelesaian studinya dengan pencapaian teman-temannya yang dilihat melalui Instagram. Perbandingan tersebut kemudian menimbulkan perasaan bahwa dirinya masih tertinggal dan memandang kehidupan orang lain lebih baik dibandingkan dengan kondisi yang dialaminya.

Kondisi tersebut menunjukan bahwa mahasiswa pada tahap akhir masa studi merupakan kelompok yang relevan untuk mengkaji bagaimana social comparison melalui Instagram berkaiatan dengan munculnya ketidakpercayaan diri. Perbedaan perkembangan dalam penyelesaian studi dengan teman sebaya, terutama ketika pencapaian tersebut ditampilkan melalui Instagram, dapat menjadi bagian dari proses perbandingan sosial yang dialami mahasiswa. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang menunjukan bahwa unggahan mengenai wisuda dan penyelesaian sidang skripsi dapat mendorong mahasiswa membandingkan perkembangan dirinya dengan pencapaian teman satu angkatan maupun teman dekat.

Mahasiswa program studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura merupakan salah satu kelompok yang aktif menggunakan Instagram sebagai media interaksi sosial sekaligus sarana untuk membagikan aktivitas akademik dan kesehariannya. Mahasiswa yang secara akademik mempelajari dinamika interaksi dan perubahan sosial, kelompok ini menarik untuk dikaji karena turut mengalami secara langsung fenomena sosial yang menjadi objek kajian keilmuannya sendiri. Unggahan mengenai prestasi akademik, keikutsertaan dalam organisasi, pencapaian karier, hingga gaya hidup teman sebaya berpotensi mendorong munculnya perbandingan sosial. Perbandingan sosial tersebut, pada gilirannya, turut memengaruhi cara mahasiswa mengevaluasi kemampuan dan pencapaian dirinya di tengah lingkungan sosial kampus.

Penelitian mengenai *social comparison* di Instagram sejauh ini masih banyak didekati melalui kerangka psikologi individual, dengan fokus pada pengukuran variabel seperti *self esteem* atau *body image* secara umum. Sementara itu, kajian yang melihat fenomena ini sebagai proses sosial, yaitu bagaimana standar sosial dikonstruksi, dinegosiasikan, dan memengaruhi rasa percaya diri mahasiswa dalam konteks relasi sosial tertentu, khususnya pada mahasiswa progarm studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura, masih relatif terbatas jumlahnya. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan guna memberikan gambaran mengenai fenomena *social comparison* di *Instagram* serta keterkaitannya dengan ketidakpercayaan diri mahasiswa di lingkungan tersebut, dengan menempatkan fenomena tersebut sebagai bagian dari dinamika interaksi sosial di ruang digital, bukan sekadar gejala psikologis yang berdiri sendiri.

Penelitian ini menggunakan teori perbandingan sosial *(Social Comparison Theory)* yang dikemukakan oleh Leon Festinger sebagai pisau analisis utama, dengan penekanan pada dimensi sosialnya, yaitu bagaimana proses perbandingan diri berlangsung dalam relasi sosial mahasiswa yang dibentuk oleh norma dan standar keberhasilan yang beredar di lingkungan sosial digital mereka. Melalui penelitian ini, penulis berupaya memberikan pemahaman mengenai bagaimana kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain melalui unggahan di Instagram dapat memengaruhi keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan dan kualitas dirinya. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk perbandingan sosial yang dialami serta faktor sosial yang mendorong munculnya perilaku tersebut, sehingga dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa dalam bermedia sosial secara lebih bijaksana dan kritis.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Unggahan mengenai berbagai pencapaian di Instagram mendorong mahasiswa melakukan *social comparison* dengan teman sebayanya.
2. Proses *social comparison* berpotensi memengaruhi ketidakpercayaan diri mahasiswa yang ditandai dengan munculnya perasaan tertinggal dan keraguan terhadap kemampuan diri.
3. Mahasiswa program studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura sebagai pengguna aktif Instagram berpotensi mengalami fenomena *social comparison* dalam interaksi sosial di ruang digital.

1.3 Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah mengkaji fenomena *social comparison* di Instagram yang dialami oleh mahasiswa Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura serta keterkaitanya dengan ketidakpercayaan diri. Penelitian ini memusatkan perhatian pada bentuk-bentuk *social comparison* yang terjadi ketika mahasiswa melihat berbagai unggahan dan aktivitas pengguna lain di Instagram, terutama yang berkaitan dengan pencapaian akademik, kemampuan, perkembangan, pengalaman, dan kondisi diri. Selain itu, penelitian ini juga mengkaji keterkaitan pengalaman *social comparison* dengan munculnya ketidakpercayaan diri pada mahasiswa serta mengindetifikasi faktor-faktor sosial yang mendorong terjadinya *social comparison* dalam penggunaan Instagram.

1.4 Rumusan Masalah

Upaya untuk memudahkan pembahasan selanjutnya, maka penulis perlu merumuskan masalah, dalam hal ini untuk mempermudah pengumpulan data dan informasi yang relevan dengan permasalahan tersebut, maka rumusan masalahnya adalah :

1. Bagaimana bentuk *social comparison* yang dialami mahasiswa program studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura dalam penggunaan Instagram?
2. Bagaimana *social comparison* di Instagram berperan dalam munculnya ketidakpercayaan diri mahasiswa program studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura?

3. Apa faktor-faktor sosial yang mendorong terjadinya *social comparison* pada mahasiswa program studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian dalam penelitian ini untuk menggali dan memahami, yaitu :

1. Untuk mendeskripsikan bentuk *social comparison* yang dialami mahasiswa program studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.
2. Untuk memahami bagaimana *social comparison* di Instagram berperan dalam pembentukan ketidakpercayaan diri mahasiswa program studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura.
3. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor sosial yang mendorong terjadinya *social comparison* pada mahasiswa program studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura dalam penggunaan Instagram.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Secara Teoritis

1. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian sosiologi khususnya mengenai fenomena *social comparison* di media sosial sebagai bagian dari dinamika interaksi sosial di ruang digital.
2. Memperluas kajian mengenai penerapan teori *social comparison* yang dikemukakan oleh Leon Festinger dalam menjelaskan proses

perbandingan sosial serta kaitannya dengan ketidakepercayaan diri mahasiswa.

3. Menjadi referensi ilmiah bagi penulis selanjutnya yang akan mengkaji fenomena *social comparison*, media sosial, dan ketidakpercayaan diri dari perspektif sosiologi.

1.6.2 Manfaat Secara Praktis

1. Bagi Mahasiswa

   Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mengenai fenomena *social comparison* di Instagram serta mendorong mahasiswa untuk menggunakan media sosial secara lebih bijaksana, kritis, dan tidak mudah menjadikan pencapaian orang lain sebagai tolak ukur dalam menilai diri sendiri.

2. Bagi Civitas Akademika dan Pihak Kampus

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam memahami dinamika interaksi sosial mahasiswa di ruang digital serta menjadi referensi dalam pengembangan kajian dan kegiatan akademik yang berkaitan dengan media sosial dan kehidupan sosial mahasiswa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah serta bahan perbandingan dalam mengembangkan penelitian mengenai *social comparison*, media sosial, dan kepercayaan diri dengan objek, perspektif, maupun pendekatan yang berbeda.

4. Bagi Orang Tua dan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran orang tua terhadap wawasan yang berarti mengenai pentingnya memahami dampak perbandingan sosial di media sosial terhadap cara individu memandang dan menilai dirinya sendiri, sehingga orang tua dan masyarakat dapat bersikap lebih kritis sekaligus bijaksana dalam memanfaatkan media sosial sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari.