

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Berbagai pendapat yang membahas tentang batasan usia remaja. Batasan usia remaja dapat dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu usia 12–15 tahun termasuk masa remaja awal, usia 15–18 tahun termasuk masa remaja pertengahan, dan usia 18–21 tahun termasuk masa remaja akhir (dalam Rizkyta dan Fardana, 2017). Masa remaja identik dengan masa yang penuh tantangan dan krisis. Remaja juga perlu melakukan penyesuaian terhadap perubahan-perubahan yang mulai timbul di masa ini. Perubahan dalam masa remaja melibatkan 3 aspek, yaitu perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Perubahan biologis meliputi perubahan dalam hakikat fisik individu; perubahan kognitif meliputi pikiran dan intelegensi; dan perubahan sosio-emosional yang meliputi perubahan dalam hubungan individu dengan orang lain, perubahan dalam emosi, kepribadian, dan peran dari konteks sosial dalam perkembangan (dalam Swatika dan Prastuti, 2021). Berbagai perubahan yang dialami remaja membuat mereka harus mampu menyesuaikan diri dengan tepat.

Pada masa remaja tak heran jika ditemui adanya suatu pergaulan yang kental antara satu dengan yang lainnya. Pergaulan ini yang menyebabkan identitas dan perilaku remaja dapat berubah-ubah sesuai dengan lingkungannya bergaul. Pergaulan remaja terhadap peningkatan gaya hidup (*life style*) sangat berpengaruh

karena para remaja masa kini yang selalu ingin mengikuti zaman dan tidak ingin ketinggalan zaman. Dimana masa-masa remaja dapat dikatakan masa yang paling menyenangkan. Kebanyakan remaja masih memiliki sifat labil atau cenderung mengikuti perkembangan di sekitarnya. Mereka beranggapan pada masa remaja, mereka dapat dengan bebas melakukan apa yang mereka suka. Jika tidak mengikuti perkembangan, berarti mereka tidak modern atau ketinggalan zaman. Adanya gaya hidup yang seperti ini merupakan pengaruh dari arus globalisasi yang mengharuskan kita mengikuti tuntutan zaman saat ini sehingga kita harus terus mengikuti perkembangan teknologi di segala bidang kehidupan (dalam Auliya, 2017).

Tak heran jika saat ini banyak remaja berlomba-lomba dalam membina komunitas melalui jaringan internet terutama pada media sosial yang terdiri dari *Facebook, Twitter, YouTube, Tik Tok, Instagram, WhatsApp*, dan masih banyak lagi. Interaksi yang terjalin antara pengguna media sosial, bertujuan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, baik kebutuhan jasmani maupun kebutuhan rohaninya. Salah satunya adalah kebutuhan akan hiburan dan informasi. Kebutuhan yang beragam ini membuat mereka yang menggunakan media sosial memiliki motif tersendiri dalam memilih media yang akan digunakannya (dalam Fauziah, 2021).

Menurut Tama (dalam Ramadhan dkk, 2022) Media sosial saat ini berkembang pesat. Semakin banyak orang yang mengakses media sosial dengan berbagai tujuan sesuai dengan kebutuhannya masing-masing, seperti untuk

mencari hiburan, mencari informasi, dan berbagi informasi. Selain *snapchat*, dan *instagram* ada media sosial yang tengah populer, yaitu aplikasi *TikTok*.

Aplikasi *Tik Tok* adalah aplikasi jejaring sosial dan video musik yang berasal dari China yang telah dikembangkan oleh pengembang Toutiao. Aplikasi ini memberikan banyak peluang kreatif untuk para penggunanya karena dapat membuat video musik berdurasi pendek sesuai keinginan mereka. Aplikasi ini pertama kali muncul pada September 2016 dan berjalan di platform IOS dan Android. *Tik Tok* dengan cepat dapat mencuri perhatian warganet dan digandrungi oleh para milenial, yang mayoritasnya adalah anak usia sekolah. Dapat kita lihat bahwa dalam aplikasi *Tik Tok* terdapat banyak pilihan fitur yang dapat digunakan sehingga aplikasi ini sangat dimungkinkan untuk didesain sebagai media pembelajaran yang menarik, kreatif, menyenangkan dan interaktif bagi siswa, contohnya dengan menjadikan aplikasi ini sebagai media pembelajaran untuk menjelaskan suatu materi kepada siswa melalui video yang menarik yang kemudian dikomunikasikan melalui jejaring. (dalam Rahmawati, 2021).

Adanya media sosial ini juga dapat memberikan hiburan bagi penggunanya dimana seseorang dapat menghilangkan penat, rasa lelah atau rasa bosannya, bahkan seseorang bisa tertawa saat menggunakan media sosial. Salah satu bentuk media sosial yang dapat memberikan hiburan bagi penggunanya yaitu aplikasi *Tik Tok*. Karena dengan menggunakan aplikasi *Tik Tok* setiap orang khususnya peserta didik dapat melihat berbagi video dan ekspresi musik yang dikemas sesuai dengan kreativitas masing-masing penggunanya. (dalam Rahmawati, 2021).

Menurut Neff (dalam Harning, 2018) *Self compassion* termasuk dalam faktor internal, hal ini dikarenakan *self compassion* yang tinggi pada individu dapat membantu mengurangi rasa takut dari penolakan sosial. *Self compassion* juga dapat berkontribusi meningkatkan penghayatan positif mengenai diri sendiri, menghilangkan emosi negatif, dan meningkatkan rasa keterhubungan dengan orang lain. Germer (dalam Harning, 2018) menjelaskan bahwa *self compassion* sebagai salah satu bentuk dari penerimaan yang mengacu pada situasi atau peristiwa yang dialami seseorang dalam bentuk penerimaan secara emosional dan kognitif.

Festinger (dalam Tiurmaida, 2021). berpendapat bahwa individu yang mengkritik dan menghakimi dirinya sendiri menganggap bahwa dirinya tidak sesuai dengan standar sosial yang ada diluar dirinya. Hal ini dilakukan individu dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain untuk mendapatkan suatu penilaian terhadap aspek-aspek tertentu yang ada dalam diri individu atau dapat disebut dengan *social comparison*.

Menurut Wood (dalam Hastuti, 2018) *Social Comparison* merujuk pada pertimbangan kognitif bahwa individu membandingkan atribut dirinya dengan oranglain. Perbandingan merupakan evaluasi diri yang penting dan tidak bergantung pada kondisi objektif dibandingkan bagaimana menilai diri dengan oranglain pada atribut tertentu.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 April 2022 terhadap beberapa siswa SMAN 01 Rao Selatan. Didapatkan informasi bahwa Para siswa sering merasa malu ketika ingin membuat konten karena memiliki

kualitas kamera hp yang buruk dan hanya memiliki pakaian yang seadanya saja sehingga ketika melihat hasilnya, konten tersebut tidak di-*upload* ke *tik tok* karena langsung menghakimi konten itu pasti akan dikritik dan dihujat oleh orang yang melihat kontennya bahkan beberapa dari siswa tersebut juga menuliskan komentar yang bersifat negatif terhadap konten orang lain dengan tema yang sama. Beberapa siswa juga merasa kurang tercukupi dan menganggap dirinya tidak bakalan mampu untuk mendapatkan barang-barang yang diinginkan setelah melihat konten orang-orang yang mampu membeli tas mahal, jam tangan mewah, dan baju ber-*branded* sehingga mereka rela tidak jajan dan menyimpan uang sakunya untuk mendapatkan barang yang lagi ngetrend atau bahkan memberontak ke orang tuanya agar dibelikan barang yang diinginkannya. Para siswa hanya mau membuat konten yang sudah ngetrend dan tidak mau membuat konten yang menggunakan kreatifitas karena tidak mau mendapatkan komentar-komentar dari orang-orang yang sedang melihat konten mereka. Selain itu, didapatkan juga informasi bahwa para siswa *tik tok* sering merasa iri dan tidak senang ketika melihat konten yang berkaitan dengan *iphone* serta tentang *style* yang cocok dengan badannya karena beranggapan bahwa apabila memiliki badan yang ideal dan wajah yang cantik atau tampan apapun *style* yang digunakan akan bagus. Para siswa tersebut juga melihat bahwa orang lain tidak pernah mengalami penderitaan dan menjalani hidup tanpa rintangan.

Penelitian sebelumnya dari Rananto dan Hidayati (2017) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *self compassion* dengan prokrastinasi pada siswa SMA Nasima Semarang”. Subjek penelitian terdiri dari 150 siswa

SMA Nasima Semarang. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Self Compassion Scale* (SCS) untuk mengukur *self compassion*. Penelitian lainnya dilakukan oleh Putri (2018) dengan judul “Hubungan Social Comparison dan Self-Compassion pada Karyawan yang Mengalami PHK pada Masa Pandemi COVID-19” menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *Social Comparison* dengan *Self Compassion* pada karyawan yang mengalami PHK pada masa pandemic COVID-19. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sandy (2021) dengan judul “Hubungan Antara Sifat Gemar Melakukan Perbandingan Sosial Dan Perilaku Membandingkan Diri Pada Pengguna Media Sosial Tiktok” menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara perbandingan sosial sebagai konstruk individual dan tendensi melakukan perbandingan sosial ketika mengunggah video di TikTok. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian terdahulu terletak pada perbedaan sampel penelitian, waktu penelitian, lokasi penelitian.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian serta untuk mengetahui apakah ada “Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Self Compassion* pada Siswa Pengguna Media Sosial Tiktok di SMAN 01 Rao Pasaman”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada konteks Penelitian, maka peneliti merumuskan permasalahan yang relevan untuk diangkat dalam penelitian yaitu apakah terdapat Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Self Compassion* pada Siswa Pengguna Media Sosial Tiktok di SMAN 01 Rao Pasaman?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang sudah ditentukan, maka tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Self Compassion* pada Siswa Pengguna Media Sosial Tiktok di SMAN 01 Rao Pasaman.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan perkembangan ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru dan Pihak Sekolah

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada guru dan pihak sekolah mengenai *Social Comparison* dengan *Self Compassion*.

b. Bagi Siswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada siswa mengenai *Social Comparison* dengan *Self Compassion*.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk mengangkat tema yang sama, diharapkan dapat mempertimbangkan variabel-variabel lain yang lebih mempengaruhi dan dapat menggunakan teori-teori yang lebih terbaru dan berbeda, sehingga dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.