

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Siswa merupakan individu yang tengah berada pada tahap perkembangan remaja. Remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke dewasa yang mencakup aspek biologi, kognitif dan perubahan sosial yang berlangsung antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin (Ramadhani & Krisnani, 2019). Siswa yang memasuki masa remaja akan rentan dalam tahap perkembangan serta remaja akan sangat mudah merasa gejolak emosi. Perkembangan zaman yang tumbuh sangat cepat sehingga menuntut manusia mencoba memunculkan keberadaannya dengan berbagai cara yang dapat ditempuh. Demikian dengan remaja, penerimaan dan pengakuan dari lingkungan sosial sangat berpengaruh terhadap eksistensi diri pada remaja (Widawati *et al.*, 2018).

Tidak hanya pada lingkungan sosial akan tetapi lingkungan sekolah memiliki peran penting yang dapat memberikan pengaruh terhadap eksistensi diri remaja. Pengakuan dan penilaian dari teman sebaya pada kondisi fisik, dan prestasi yang dimiliki remaja merupakan salah satu upaya untuk mewujudkan eksistensi diri remaja (Nurhalimah, 2021). Tidak hanya hubungan sosial dengan teman sebaya pada masa remaja sangatlah penting apalagi sebagai siswa (Sari & Mulawarman, 2021). Melalui interaksi dengan teman sebaya siswa akan saling mengenal satu sama lain, memahami, bekerja sama, serta bersaing dan saling mempengaruhi satu sama lain. Perilaku yang saling mempengaruhi dan bersaing

merupakan suatu kebutuhan bagi diri remaja untuk menilai diri sendiri dan dapat dipenuhi dengan cara membandingkan dengan orang lain (Fauziah *et al.*, 2020). Sikap membandingkan diri tidak hanya dilakukan oleh siswa pada teman sebaya akan tetapi melalui media sosial dan para remaja cenderung memperlihatkan eksistensi diri dengan cara menunjukkan kreatifitas, pencitraan diri dan mengekspresikan diri melalui foto atau video yang di *upload* di media sosial.

Diketahui bahwa remaja cenderung melakukan perbandingan sosial terhadap *role model* dan teman sebaya. Santrock (2007) menjelaskan bahwa remaja memiliki kecenderungan lebih besar untuk melakukan perbandingan sosial ketika mereka mengevaluasi diri sehingga dapat menimbulkan rasa tidak puas terhadap dirinya. Dimana perbandingan sosial ini merupakan salah satu untuk mengetahui tentang diri individu sendiri. Namun dengan adanya perbandingan sosial tentu akan menimbulkan efek negatif yang mana jika sering melakukan perbandingan maka akan menimbulkan perasaan iri, perasaan bersalah, penyesalan, adanya emosi-emosi negatif, dan adanya rasa tidak bersyukur. Perasaan yang ditimbulkan dari dampak tersebut dapat diterima dengan salah satu cara yaitu bersyukur.

Bersyukur akan menumbuhkan perasaan positif yang memberikan kontribusi untuk kesejahteraan psikologis individu. Ketika siswa memiliki kebersyukuran, memungkinkan mereka untuk memperkuat dan membangun pribadi mereka untuk lebih baik. Disisi lain Huebner (dalam Widiastuti, 2018) mengatakan bahwa anak usia sekolah yang kurangnya kebersyukuran atau tidak puas dengan kehidupan mereka menunjukkan lebih banyak agresi. Selain agresi

yang ditunjukkan individu merasa hidupnya tidak lebih baik dari orang yang ada di media sosial, serta menimbulkan rasa ketidaksetaraan sosial terhadap orang lain, yang menyebabkan individu merasakan hidup mereka tidak lebih baik dari yang lain (Kusuma & Yuniardi, 2019).

Sikap syukur sangat dibutuhkan untuk mengekspresikan emosi positif maupun emosi negatif pada siswa yang berada dalam kondisi labil. Rasa syukur dapat mendorong seseorang untuk bergerak maju dengan penuh antusias dan sikap syukur dapat meringankan kehidupan seseorang. Semakin banyak siswa bersyukur semakin banyak ia akan menerima. Semakin jauh siswa mengingkari, semakin berat beban yang akan dirasakannya seperti kecewa, frustrasi, ketidakpuasan, dan pada akhirnya akan menghambat pertumbuhan dan perkembangannya (Widiastuti, 2018).

Individu dengan orientasi hidup bersyukur melihat dunia untuk memperjelas pikiran, emosi dan perilaku yang berhubungan dengan rasa bersyukur (Watkins, 2013). Kebersyukuran atau *Gratitude* dianggap sebagai reaksi emosi yang dirasakan seseorang ketika sesuatu yang baik telah terjadi padanya dan dirinya menyadari bahwa pihak lain juga bertanggung jawab atas kebaikan tersebut (Mahardhika & Halimah, 2017). Menurut Watkins (2003) mendefinisikan *gratitude* sebagai suatu sikap menghargai setiap kehidupan sebagai karunia dan menyadari pentingnya mengungkapkan penghargaan tersebut. Syukur adalah sebuah keadaan yang dialami oleh individu dari kesadarannya dan secara kognitif dapat memengaruhi emosi (Watkins, 2013). McCullough (dalam Cahyono, 2019) mendefinisikan kebersyukuran sebagai sikap moral dalam

kategori seperti empati, simpati, rasa bersalah, dan malu, sedangkan menurut Aisyah dan Chisol (2020) kebersyukuran merupakan perasaan yang berkembang menjadi sifat, sikap, kebiasaan, moral, dan kepribadian yang baik sehingga mempengaruhi individu dengan merespon hal-hal tersebut atau keadaan tertentu. Adapun hal yang dapat menghambat kebersyukuran (*gratitude*) meliputi persepsi bahwa dirinya adalah korban yang tidak dapat berbuat apa-apa, merasa memiliki hak khusus, terobsesi dengan materi, dan kurangnya refleksi terhadap diri sendiri (Teguh & Prasetyo, 2021). Peterson dan Seligman (2012) mengungkapkan seseorang yang *gratitudenya* tinggi akan menilai hal-hal material menjadi kurang penting, kecil kemungkinan bagi mereka untuk menilai dan membandingkan keberhasilan diri sendiri dengan orang lain, cenderung kurang merasa iri pada orang-orang, terutama orang yang kurang bersyukur diasumsikan bahwa kualitas kebersyukuran yang dimiliki seseorang berpotensi untuk mempengaruhi bagaimana seseorang dalam melihat dan membandingkan diri mereka dengan orang lain atau melakukan *social comparison*.

*Social comparison* menurut Festinger (dalam Aronson *et al.*, 2016) menyatakan bahwa individu memiliki dorongan untuk membandingkan dirinya dengan orang lain atau umum untuk menilai situasi sosialnya sendiri. Individu cenderung membandingkan dirinya dengan individu lain yang serupa dengan dirinya sendiri, karena dengan demikian dapat diperoleh penilaian yang lebih akurat terhadap pendapat dan kemampuannya. Thomas (dalam Wulandari & Budiani, 2020) menjelaskan bahwa perbandingan sosial merupakan salah satu faktor yang berkontribusi cukup kuat terhadap munculnya materialisme dalam diri

individu. Teori ini menyatakan bahwa orang belajar tentang kemampuan dan sikap mereka sendiri dengan membandingkan diri mereka sendiri dengan orang lain. Orang secara sosial membandingkan diri ketika tidak ada standar objektif untuk mengukur diri mereka sendiri dan ketika mereka tidak yakin tentang diri mereka sendiri di area tertentu. Pada dasarnya individu melakukan dua jenis perbandingan sosial yaitu membandingkan diri dengan orang yang lebih baik berkenaan dengan sifat atau kemampuan disebut *upward comparison* dan membandingkan dirinya dengan orang yang tidak lebih baik dari dirinya berkaitan dengan sifat atau kemampuan tertentu disebut sebagai *downward comparison*.

Secara lebih khusus menurut Crawford dan Unger (dalam Pradana, 2021) perempuan lebih cenderung melakukan perbandingan sosial terutama dalam aspek penampilan fisik, sedangkan laki-laki cenderung secara konsisten melakukan perbandingan pada aspek pencapaian dan kesuksesan yang telah di peroleh. Penelitian yang dilakukan Miller (1995) mengatakan bahwa *downward comparison* dapat berhubungan dengan kebersyukuran (*gratitude*), dan bagi sebagian orang dapat meningkatkan *gratitude*, sedangkan *social comparison* yang terjadi di jejaringan sosial cenderung bersifat *upward comparison*, sehingga dapat dispekulasikan bahwa perbandingan sosial di jejaringan sosial dapat membuat individu kurang bersyukur. Miller dan Kleinke (dalam Lestari, 2018) mengatakan bahwa individu yang sering melakukan *social comparison* dengan cara sederhana contohnya yaitu seperti individu merasa dan berpikir lebih baik dari pada individu lain yang serupa (*downward comparison*), maka individu akan merasa puas dan bersyukur pada dirinya.

Tidak dapat dipungkiri bahwasannya seorang siswa ingin mencapai segala kebaikan yang diinginkan dengan cara berusaha sekeras mungkin untuk mencapai apa yang dianggap membuat bahagia. Namun tidak semua hal-hal baik yang terjadi, seperti apa yang terjadi di sekolah. Adapun masalah yang dialami salah satunya memiliki rasa kelimpahan (*sense of abundance*) yang mana individu yang bersyukur tidak akan merasa kekurangan dalam hidup, salah satunya siswa merasa uang jajan yang diberikan masih kurang, siswa menginginkan *handphone* lebih dari satu meski salah satu *handphone* tidak diperlukan serta individu membandingkan kehidupan orang lain dengan dirinya sendiri baik dari lingkungannya sendiri maupun media sosial. Individu yang bersyukur akan menghargai apa yang diberikan orang lain (*sense appreciation for others*) akan tetapi individu tidak merasa senang saat memperoleh sesuatu meski semuanya dipenuhi oleh orang tuanya, jika menerima suatu pemberian individu menginginkan lebih dari yang diterimanya dan siswa terkadang lupa melakukan *simple appreciation* yang mana siswa merasa ingin memiliki apa yang belum dimiliki oleh orang lain serta lupa berterimakasih atas apa yang diterimanya.

Selain kebersyukuran siswa melakukan perbandingan sosial melalui akademik, atas pencapaian orang lain yang semakin meningkat sehingga merasa harus memiliki keunggulan yang dapat dibanggakan, merasa tidak percaya diri dengan teman yang telah memiliki pekerjaan sehingga dapat membantu keuangan keluarga, lebih aktif mengikuti organisasi serta memiliki kemampuan dalam *public speaking*. Adapun perbandingan yang dilakukan melalui media sosial yang

sikap buruk siswa dalam menghargai guru karena merasa guru tersebut tidak mampu dalam mengajar, meski guru tersebut telah memberikan upaya yang terbaik kepada siswa akan tetapi siswa masih melakukan tindakan mencemooh, menyepelkan dan mengganggu di waktu proses belajar mengajar.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 26 Oktober dan 14 November 2022 dengan 8 orang siswa SMK-SMAK Padang. Siswa diketahui memiliki perasaan kurang puas dengan apa yang dimiliki dan terkadang merasa kurang dengan apa yang diterima. Beberapa siswa diketahui bahwa uang jajan yang diberikan oleh orang tua kurang sehingga meminta lebih dan mendiamkan orang tua jika tidak diberikan apa yang diinginkan. Siswa cenderung kurang puas dengan bentuk tubuh, cenderung tidak menghargai fasilitas sekolah yang ada seperti perpustakaan, laboratorium atau sarana olahraga, dan merasa bahwa sekolah seharusnya memberikan lebih banyak. Kemudian siswa merasa tidak perlu terlibat dalam kegiatan sosial sekolah karena merasa tidak memiliki waktu. Adapun siswa cenderung kurang puas atas apa yang telah diberikan oleh orang tua dan temannya karena tidak sesuai dengan apa yang diinginkan seperti *handphone*, pakaian, makanan, serta siswa merasa apa yang dihadiahkan dan bantuan yang telah diberikan oleh temannya tidak sebanding dengan apa yang telah diberikan. Tidak hanya pada saat di lingkungan sekolah tetapi lewat media sosial siswa merasa bahwa seseorang yang ada di media sosial memiliki hidup yang menyenangkan sedangkan siswa merasa hidupnya tidak semudah orang tersebut.

Dari hasil wawancara juga ditemukan bahwa siswa merasa kurang bersyukur karena membandingkan diri dengan orang lain. Siswa merasa jika

orang tuanya memiliki pekerjaan yang lebih baik dan berpenghasilan besar seperti temannya maka siswa akan mudah meminta apa yang diinginkan, serta pada saat membandingkan *handphone* dirinya dengan teman yang lebih baik sehingga siswa merasa tidak memiliki kesetaraan yang sama. Salah satu siswa merasa orang lain memiliki kelebihan yang mana siswa menginginkan menjadi orang tersebut dan mencoba untuk mendekati kelebihan yang dimiliki oleh orang tersebut. Adapun siswa yang membandingkan diri dengan orang lain dari kemampuan yang dimiliki seperti menari, bermain musik, mudah akrab dengan orang lain, nilai akademis, selalu mengikuti lomba dan memiliki prestasi yang bagus membuat siswa merasa dirinya tidak memiliki kemampuan yang sama dengan teman sebayanya.

Penelitian tentang *social comparison* dengan kebersyukuran pernah dilakukan oleh Amanda Delia (2016) dengan judul “Hubungan antara *Academic Social Comparison* dan Rasa Bersyukur pada Mahasiswa Universitas Indonesia (*The Correlation Between Academic Social Comparison and Gratitude Among College Students in Universitas Indonesia*)”, Vini Shafira Meidina (2016) dengan judul “Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Self-esteem* dan *Gratitude* pada Remaja pengguna Instagram di Kota Bandung”, dan Amalia Zahra (2020) dengan Judul “Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Gratitude* pada Mahasiswa di Kota Cimahi yang Menggunakan Aplikasi Instagram”. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan peneliti lakukan terletak pada tempat, sampel, dan tahun dilakukannya penelitian.



Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *Social Comparison* dengan Kebersyukuran pada Siswa SMK-SMAK Padang.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah Apakah terdapat hubungan antara *Social Comparison* dengan Kebersyukuran pada siswa SMK-SMAK Padang?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara *Social Comparison* dengan Kebersyukuran pada Siswa SMK-SMAK Padang

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat digunakan untuk melihat bagaimana Hubungan *Social Comparison* dengan Kebersyukuran pada Siswa SMK-SMAK Padang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya pada bidang psikologi sosial.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa untuk mengetahui informasi mengenai *social comparison* dengan kebersyukuran, sehingga

siswa dapat meningkatkan kesadaran akan dampak negatif dari membandingkan diri secara berlebihan di media sosial maupun di lingkungan, serta lebih bersyukur terhadap apa yang dimiliki.

b. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi mengenai Hubungan antara *Social Comparison* dengan Kebersyukuran pada Siswa SMK-SMAK Padang, serta dapat membantu siswa lebih percaya diri dan bersyukur.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan atau referensi bagi penelitian lain yang berkeinginan melanjutkan dan mengembangkan penelitian ini. Selain itu, hasil penelitian diharapkan menjadi bahan rujukan dan bahan perbandingan dalam melakukan kajian penelitian selanjutnya