



**HUBUNGAN *SOCIAL COMPARISON* DI MEDIA
SOSIAL DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*
DALAM HUBUNGAN BERPACARAN PADA
MAHASISWA**

SKRIPSI

**UNIVERSITAS
Rayhan Akmal Firdausy
46121010078
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**



**HUBUNGAN *SOCIAL COMPARISON* DI MEDIA
SOSIAL DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*
DALAM HUBUNGAN BERPACARAN PADA
MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S-1) pada

Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Rayhan Akmal Firdausy

46121010078

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rayhan Akmal Firdausy
NIM : 46121010078
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Social Comparison* Di Media Sosial Dengan *Subjective Well-Being* Dalam Hubungan Berpacaran

Menyatakan bahwasannya hasil Tugas Akhir Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan unsur plagiat dalam Skripsi saya, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 19 September 2025

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Rayhan Akmal Firdausy

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Rayhan Akmal Firdausy
NIM : 46121010078
Program Studi : Psikologi

dengan judul

“Hubungan Social Comparison Di Media Sosial Dengan Subjective Well-Being Dalam Hubungan Berpacaran Pada Mahasiswa”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 27 Agustus 2025 didapatkan nilai persentase sebesar 30%.

Jakarta, 1 Agustus 2025

Administrator Turnitin

UNIVERSITAS
MERCUBUANA

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Rayhan Akmal Firdausy

NIM : 46121010078

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : HUBUNGAN SOCIAL COMPARISON DI MEDIA SOSIAL DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING DALAM HUBUNGAN BERPACARAN PADA MAHASISWA

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si.
NIDN : 0312047205

Ketua Penguji : Firman Alamsyah Ario Buntaran, MA.
NIDN : 0301108105

Penguji 1 : Dr. Arie Suciyo Satriyanto, M.Si.
NIDN : 0311107804

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 19 September 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Laila Meliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi, Program Sarjana Universitas Mercu Buana. Saya menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak, baik selama masa perkuliahan maupun dalam proses penyusunan skripsi. Oleh karena itu, dengan tulus saya ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardhani, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi. Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana
4. Ibu Istiqomah, Dr. S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing saya selama perkuliahan dari awal hingga akhir.
5. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah memberikan waktu, tenaga, inspirasi, dan selalu bersabar membimbing penulisan skripsi ini, memberikan arahan kepada penulis dari awal penyusunan Skripsi hingga selesai.
6. Ibu Dearly, Dr. M.Psi, Psi selaku Dosen Reviewer dalam proposal penelitian penulis yang telah memberikan penulis kritikan dan saran membangun, sehingga peneliti bisa lebih baik dalam menulis Skripsi.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan terkait Psikologi bagi peneliti.
8. Kedua orang tua saya tercinta, Ayahanda Zulkifli dan Ibunda Sri Rohayati, atas kasih sayang, pengorbanan, kerja keras, serta doa yang tidak pernah putus, sehingga saya mampu menyelesaikan studi ini hingga ke tahap akhir.
9. Kakak-kakak saya, Restu Elisya Sriandha dan Restu Andietha Zulandha, yang senantiasa mendukung, memberi semangat, serta menjadi tempat berbagi selama perjalanan perkuliahan dan penyusunan skripsi.
10. Rekan seperjuangan Fakultas Psikologi Meruya angkatan 2021, khususnya M. Ath Thaariq Yanuardi, Lailie Lubia Naja Wicaksono, dan Rafif Shaquille Supriatna, yang selalu

mendukung, membantu, memberi masukan, dan menjadi teman berbagi dalam suka maupun duka.

11. Seluruh pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu yang turut mendoakan dan memberi dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
12. Terakhir, saya berterima kasih kepada diri saya sendiri, karena telah mampu bertahan melewati berbagai tantangan, kegagalan, serta kesulitan, dan tetap percaya bahwa setiap rintangan dapat diatasi.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas semua kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak yang membantu. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, khususnya dalam pengembangan ilmu psikologi ke depannya.

Rayhan Akmal Firdausy

Jakarta, 19 September 2025



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rayhan Akmal Firdausy
NIM : 46121010078
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Social Comparison* Di Media Sosial Dengan *Subjective Well-Being* Dalam Hubungan Berpacaran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul diatas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, menyalin, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

MERCU BUANA

Jakarta, 19 September 2025

Yang menyatakan



Rayhan Akmal Firdausy

ABSTRAK

Rayhan Akmal Firdausy

46121010078

Psikologi

HUBUNGAN SOCIAL COMPARISON DI MEDIA SOSIAL DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING DALAM HUBUNGAN BERPACARAN PADA MAHASISWA

Setiawati Intan Savitri, Dr. S.P., M.Si.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* di media sosial dengan *subjective well-being* dalam hubungan berpacaran pada mahasiswa. *Social comparison* merupakan kecenderungan individu membandingkan hubungannya dengan hubungan orang lain melalui media sosial, sedangkan *subjective well-being* merujuk pada evaluasi individu terhadap kepuasan hidup dan afek emosional dalam hubungan tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel terdiri dari 112 mahasiswa yang sedang berpacaran dan aktif menggunakan media sosial, diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Relationship Social Comparison Measure* (RSCM) dan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) yang telah dimodifikasi dalam konteks berpacaran. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Spearman's Rho karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *social comparison* dengan *subjective well-being* ($r = 0,627$; $p < 0,000$). Artinya, semakin tinggi kecenderungan individu melakukan perbandingan sosial, maka semakin rendah pula tingkat kesejahteraan subjektif dalam hubungan berpacaran yang dirasakan. Hasil uji beda menunjukkan terdapat perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin pada variabel *subjective well-being*. Tetapi tidak terdapat signifikan berdasarkan jenis kelamin pada variabel *social comparison*. Penelitian ini memberikan implikasi penting terhadap pemahaman dampak psikologis media sosial dalam dinamika hubungan romantis pada mahasiswa.

Kata kunci: Social comparison, subjective well-being, media sosial, hubungan berpacaran, mahasiswa.

ABSTRACT

Rayhan Akmal Firdausy

46121010078

Psikologi

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL COMPARISON ON SOCIAL MEDIA AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN ROMANTIC RELATIONSHIPS AMONG UNIVERSITY STUDENTS

Setiawati Intan Savitri, Dr. S.P., M.Si.

This study aims to determine the relationship between social comparison on social media and subjective well-being in dating relationships among students. Social comparison is an individual's tendency to integrate relationships with others through social media, while subjective well-being refers to an individual's evaluation of life satisfaction and emotional feelings in the relationship. This study used a quantitative method with a correlational design. The sample consisted of 112 students who were dating and actively using social media, obtained by purposive sampling technique. The instruments used were the Relationship Social Comparison Measure (RSCM) and the Satisfaction With Life Scale (SWLS) which had been modified in the context of dating. Data analysis was performed using Spearman's Rho correlation test because the data were not normally distributed. The results showed a negative and significant relationship between social comparison and subjective well-being ($r = 0.627$; $p < 0.000$). This means that the higher the individual's tendency to make social comparisons, the lower the level of subjective well-being in the perceived dating relationship. The results of the difference test showed a significant difference based on gender in the subjective well-being variable. However, there was no significant difference based on gender in the social comparison variable. This study provides important insights into the understanding of the psychological impact of social media on the dynamics of romantic relationships in students.

Kata kunci: Social comparison, subjective well-being, social media, romantic relationship, university students.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	0
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
PERNYATAAN SIMILAIRTY CHECK	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan Penelitian	4
1.4. Manfaat Penelitian	4
1.4.1. Manfaat Teoritis	4
1.4.2. Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. <i>Subjective well-being</i>	6
2.1.1. Definisi <i>Subjective well-being</i>	6
2.1.2. Dimensi <i>Subjective well-being</i>	6
2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Subjective well-being</i>	7
2.2. <i>Social comparison</i>	8
2.2.1. Definisi <i>Social comparison</i>	8
2.2.2. Dimensi <i>Social comparison</i>	9
2.2.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Social comparison</i>	9

2.3. Penelitian Terdahulu	10
2.4. Dinamika Penelitian.....	13
2.5. Kerangka Berpikir.....	14
2.6. Hipotesis	14
BAB III METODE PENELITIAN	15
3.1. Desain Penelitian	15
3.2. Populasi dan Sampel.....	15
3.2.1. Populasi.....	15
3.2.2. Sampel.....	15
3.3. Definisi Operasional	16
3.3.1. <i>Social comparison</i>	16
3.3.2. <i>Subjective well-being</i>	17
3.4. Instrumen Penelitian.....	17
3.4.1. Alat Ukur <i>Social comparison</i>	17
3.4.2. Alat Ukur <i>Subjective well-being</i>	17
3.5. Validitas dan Reliabilitas.....	18
3.5.1. Validitas.....	18
3.5.2. Reliabilitas	20
3.6. Analisis Data.....	20
3.6.1. Uji Deskriptif Statistik	20
3.6.2. Uji Inferensial.....	20
3.6.3. Uji Hipotesis	21
3.6.4. Uji Tambahan.....	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	23
4.1. Gambaran Umum Subjek.....	23
4.1.1. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	23
4.1.2. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia.....	23
4.1.3. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Status Hubungan Mahasiswa.....	24
4.2. Hasil	24
4.2.1. Analisis Deskriptif <i>Social comparison</i> dan <i>Subjective well-being</i>	24
4.2.2. Kategorisasi <i>Social comparison</i> dan <i>Subjective well-being</i>	25
4.3. Analisis Inferensial	26
4.3.1. Uji Normalitas.....	26
4.3.2. Uji Linieritas	27

4.3.3. Uji Homogenitas	28
4.4. Uji Hipotesis	28
4.5. Analisis Tambahan	29
4.6. Diskusi	29
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	32
5.1. Kesimpulan	32
5.2. Keterbatasan Penelitian.....	32
5.3. Implikasi	33
5.4. Saran	33
5.4.1. Saran Teoritis	33
5.4.2. Saran Praktis	34
DAFTAR PUSTAKA.....	35
LAMPIRAN.....	37



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	9
Tabel 3.1 Alat Ukur Variabel <i>Social Comparison</i>	17
Tabel 3.2 Alat Ukur Variabel <i>Subjective Well-Being</i>	18
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Variabel <i>Social Comparison</i>	19
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Variabel <i>Subjective Well-Being</i>	19
Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas	20
Tabel 3.6 Interval Koefisien Korelasi	21
Tabel 4.1 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	23
Tabel 4.2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia	24
Tabel 4.3 Hasil Uji Deskriptif Statistik.....	24
Tabel 4.4 Hasil Kategorisasi Variabel <i>Social Comparison</i>	25
Tabel 4.5 Hasil Kategorisasi Variabel <i>Subjective Well-Being</i>	26
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov Smirnov</i>	26
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro Wilk</i>	27
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas.....	27
Tabel 4.9 Hasil Uji Homogenitas	28
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi.....	28
Tabel 4.11 Hasil Uji <i>Mann Whitney U Test</i>	29

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Indonesian Millenial and Gen Z Report 2025.....	1
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	13
Gambar 3.1 Hasil Sampel G Power	16



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Expert Judgement</i>	38
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian Tugas Akhir	57
Lampiran 3 G Power	62
Lampiran 4 Blueprint	63
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	64
Lampiran 6 Hasil Uji Distribusi Frekuensi dan Deskriptif Statistik	68
Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi Klasik	69
Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis dan Uji Tambahan	70

