

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan kelompok usia transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, yaitu antara usia 10 hingga 19 tahun. Pada masa ini, remaja mengalami percepatan dalam pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial, serta mulai membentuk fondasi bagi kesehatan yang optimal (WHO, 2024). Remaja identik dengan semangat muda yang menggebu serta emosi yang masih labil, sehingga remaja cenderung memiliki perilaku yang unik dan beragam. Kondisi tersebut mendorong remaja untuk mencari dan memahami jati diri, namun di sisi lain, mereka belum sepenuhnya mampu mengendalikan dan mengoptimalkan fungsi fisik maupun psikologisnya. Salah satu perubahan penting pada masa ini adalah perkembangan kognitif yang memengaruhi cara remaja memahami diri sendiri dan lingkungan sosialnya (Aulia et al., 2022). Salah satu aspek penting dari perkembangan remaja adalah pembentukan konsep diri, yang meliputi bagaimana individu memandang, merasakan, serta menilai dirinya sendiri (Jose et al., 2025).

Jumlah remaja secara global mencapai sekitar 1,3 miliar jiwa, lebih banyak dari sebelumnya, yang merupakan 16% dari populasi dunia (UNICEF, 2023). Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS, 2024) persentase jumlah remaja di Indonesia pada tahun 2015 mencapai 24,20% dan persentase pada tahun 2024 mencapai 22,99%, terdapat penurunan sekitar 1,21% poin dari tahun 2015

hingga 2024. Dari data persentase remaja Indonesia menurut provinsi 2024 Sulawesi Selatan memasuki peringkat kelima terbawah yang memiliki persentase remaja terendah dengan persentase remaja sekitar 22,70% pada maret 2024. Sekitar 28,31% pemuda masih bersekolah baik di satuan pendidikan negeri maupun swasta. Dengan populasi remaja yang mendekati 46 juta jiwa, Indonesia dihadapkan pada berbagai tantangan kesehatan yang kian kompleks, khususnya yang berkaitan dengan penyakit tidak menular (PTM), masalah kesehatan mental, serta risiko cedera. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi masalah Kesehatan Jiwa di Sulawesi Selatan mencapai hingga 2,7% atau sekitar 21.208 remaja. Berdasarkan kelompok umur, sekitar 2,8% atau sekitar 130.977 remaja yang berusia 15-24 yang mengalami masalah Kesehatan jiwa (Kemenkes, 2023). Salah satu faktor psikososial yang dapat memengaruhi kondisi kesehatan mental remaja adalah *social comparison* atau perbandingan sosial (UNICEF, 2024).

Social Comparison merupakan salah satu faktor penting yang berperan dalam mengubah pola pikir seseorang, yang pada akhirnya berdampak pada perilaku belajar siswa (Hong et al., 2022). *Social comparison* ini dapat berfungsi sebagai alat untuk menilai dan memahami diri sendiri, membantu dalam proses pengambilan keputusan, serta menjadi sumber inspirasi dengan melihat pencapaian atau karakteristik orang lain sebagai acuan untuk berkembang (Afriana, 2024).

Secara umum, *Social comparison* dapat dikategorikan ke dalam dua jenis utama, yaitu *social comparison* ke atas dan *social comparison* ke bawah (Hong

et al., 2022). *Social comparison* ke atas (*upward comparison*) terjadi saat individu membandingkan dirinya dengan orang yang dianggap lebih unggul, Sementara itu, *Social comparison* ke bawah (*downward comparison*) terjadi saat individu membandingkan dirinya dengan orang yang dianggap berada dalam kondisi yang lebih rendah (Afriana, 2024). Dalam situasi penuh ketidakpastian, individu cenderung membandingkan diri dengan orang lain dalam aspek-aspek tertentu, proses ini bertujuan untuk meningkatkan kendali individu terhadap lingkungannya, yang sering mengarah pada *social comparison* ke atas (Xu & Li, 2024). *Upward comparison* dapat memotivasi, tetapi biasanya mengarah pada perasaan tidak mampu. Oleh karena itu, perbandingan semacam ini disebut juga *negative comparison* karena menyimpulkan bahwa seseorang merasa lebih negatif (Auliannisa & Hatta, 2021).

Social comparison bukanlah hal yang langka di lingkungan sekolah, banyak siswa yang melakukannya hampir setiap hari (Rully et al., 2023), di mana kebiasaan membandingkan diri dengan teman sebaya berperan penting dalam pembentukan identitas, penilaian diri, dan motivasi remaja untuk mencapai tujuan tertentu (Jansen et al., 2022). Siswa yang memiliki konsep diri akademis (*Academic Self-Concept/ASC*) yang tinggi, yakni siswa yang percaya bahwa mereka memiliki kemampuan serta pencapaian akademik yang baik di sekolah, cenderung meraih prestasi akademik yang lebih tinggi (Jansen et al., 2022). Pada penelitian (Vazquez et al., 2023) menunjukkan bahwa *social comparison* yang tidak menguntungkan meningkatkan emosi negatif dan menghambat emosi positif, kecuali rasa bangga yang tetap ada pada siswa dengan posisi rendah di

kelas. Sebaliknya, *social comparison* yang menguntungkan meningkatkan emosi positif dan menurunkan emosi negatif.

Hal ini menunjukkan bahwa proses *social comparison* berperan penting dalam perkembangan psikososial remaja, terutama dalam aspek konsep diri. Perkembangan psikososial merupakan kemampuan membentuk identitas diri yang mencakup peran sosial, tujuan hidup, keunikan, dan karakter pribadi. Kemampuan ini terbentuk melalui penyelesaian tugas-tugas perkembangan yang harus dijalani remaja, di tengah berbagai perubahan signifikan yang terjadi dalam diri dan lingkungan sosial mereka (Aulia et al., 2022). Jika seseorang kesulitan memahami dirinya sendiri, hal itu dapat menimbulkan berbagai masalah, seperti merasa tidak kompeten, mudah menyerah, dan rendahnya rasa percaya diri (Novita & Sumiarsih, 2021).

Berdasarkan penelitian (Pangaribuan & Lenny 2019) menunjukkan bahwa 43,1% remaja memiliki perkembangan psikososial yang baik, sementara 56,9% mengalami perkembangan yang tidak normal. Lingkungan sekolah yang mendukung dan berkelanjutan dapat menumbuhkan rasa tanggung jawab dan kemampuan mengelola diri pada remaja. Hal ini sejalan dengan temuan (Rahmania, 2024) yang menyatakan bahwa faktor lingkungan berpengaruh signifikan terhadap perilaku berkelanjutan siswa.

Sebagian besar penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi peran *social comparison* dalam berbagai aspek psikologis, seperti harga diri, kecemasan sosial, atau kesejahteraan psikologis, namun sebagian besar studi tersebut membahasnya secara terpisah tanpa melihat keterkaitannya secara langsung

dengan *social comparison*. Berbeda dari penelitian sebelumnya, studi ini secara khusus meneliti hubungan langsung antara perbandingan sosial dengan perkembangan psikososial. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh dan komprehensif mengenai *social comparison* dapat membentuk perkembangan psikososial menjadi baik atau buruk. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan pendidikan serta intervensi sosial yang lebih relevan dan sesuai dengan budaya remaja di lingkungan sekolah. Dengan demikian, penelitian ini dapat menjadi landasan dalam menciptakan strategi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikososial remaja secara lebih efektif. Lebih jauh, penelitian ini juga menawarkan pendekatan baru dalam memahami cara individu, khususnya remaja, dalam mengelola *social comparison* dengan cara yang lebih sehat dan adaptif. Dengan pendekatan ini, diharapkan remaja dapat lebih memahami dampak *social comparison* terhadap diri mereka dan menemukan strategi yang tepat untuk menjadikannya sebagai alat yang konstruktif dalam perkembangan psikososial mereka.

Survei dari observasi pengambilan data awal yang dilakukan oleh peneliti pada 6 Mei 2025 di SMAN 5 dan pada 29 April 2025 di SMAN 22 Kota Makassar, dilakukan wawancara diperoleh informasi bahwa beberapa siswa di kedua sekolah tersebut sering mengalami perbandingan sosial, khususnya dalam bidang akademik. Para siswa cenderung membandingkan prestasi akademik mereka dengan teman-teman sekelas atau sekolahnya. Fenomena ini muncul karena adanya dorongan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan mereka

dibandingkan dengan orang lain, yang pada akhirnya dapat memengaruhi motivasi belajar mereka. Sebagian siswa mengungkapkan bahwa perbandingan sosial ini mendorong mereka untuk meningkatkan usaha belajar dan memperbaiki capaian akademik. Mereka melihat teman-teman yang berprestasi sebagai tolok ukur untuk memotivasi diri agar mencapai hasil yang lebih baik. Namun, di sisi lain, ada siswa yang merasa perbandingan sosial juga memunculkan perasaan tidak puas, minder, atau bahkan stres jika merasa tidak mampu menyamai pencapaian teman-temannya. Oleh karena itu, penting untuk memahami lebih dalam bagaimana dinamika perbandingan sosial ini berperan dalam memengaruhi motivasi siswa, baik secara positif maupun negatif.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih siswa kelas XII di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar sebagai sampel karena mereka berada pada tahap remaja akhir (usia 17–18 tahun), yang merupakan fase penting dalam perkembangan psikososial, khususnya dalam pencarian identitas diri sesuai teori Erik Erikson (*identity vs. role confusion*). Pada tahap ini, remaja telah mengalami pengalaman eksplorasi identitas yang lebih lengkap dibanding kelas X dan XI, sehingga hubungan antara *social comparison* dan perkembangan psikososial lebih jelas terlihat. Selain itu, siswa kelas XII menghadapi tekanan akademik dan sosial, seperti ujian akhir dan persiapan seleksi perguruan tinggi, yang meningkatkan kecenderungan melakukan perbandingan sosial dengan teman sebaya. SMAN 5 dan SMAN 22 dipilih karena kedua sekolah ini memiliki populasi siswa yang besar dan beragam, serta memungkinkan peneliti

memperoleh data yang relevan dan representatif mengenai interaksi *social comparison* dan perkembangan psikososial.

B. Rumusan Masalah

Fenomena *social comparison* yang marak terjadi di kalangan remaja sekolah, dapat memengaruhi pandangan diri, identitas, dan hubungan sosial mereka. (Afriana, 2024). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, *Social comparison* yang tidak sehat dapat memicu perasaan rendah diri, kecemasan, hingga gangguan psikososial (Vazquez *et al.*, 2023). Namun, belum ada penelitian yang secara khusus meneliti hubungan antara *social comparison* dengan perkembangan psikososial remaja di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar. Dengan demikian, maka dirumuskan masalah yaitu apakah terdapat hubungan *social comparison* dengan perkembangan psikososial pada remaja di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara *social comparison* dengan perkembangan psikososial pada remaja di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui gambaran karakteristik seperti usia, jenis kelamin, sekolah, akses media sosial, jenis tempat tinggal, jumlah teman dekat, dan keikutsertaan dalam kegiatan ekstrakurikuler dari remaja di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar.

- b. Diketahui frekuensi *social comparison* pada remaja di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar.
- c. Diketahui tingkat perkembangan psikososial pada remaja di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar.
- d. Diketahui hubungan antara frekuensi *social comparison* dengan tingkat perkembangan psikososial remaja di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar.

D. Kesesuaian Penelitian dengan *Roadmap Prodi*

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh penulis yang berjudul “Hubungan *Social Comparison* Dengan Perkembangan Psikososial Pada Remaja di SMAN 5 dan SMAN 22 Kota Makassar” telah sesuai dengan roadmap Program Studi Ilmu Keperawatan, khususnya pada domain 2, yaitu optimalisasi pengembangan insani melalui promosi, pencegahan, pengobatan, dan rehabilitasi kesehatan pada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat. Penelitian ini menitikberatkan pada perkembangan psikososial remaja sebagai bagian penting dalam fase pertumbuhan individu.

Social comparison atau perbandingan sosial merupakan faktor yang berpotensi mempengaruhi kesehatan mental remaja dan, apabila tidak dikelola dengan baik, dapat menghambat perkembangan diri serta kesejahteraan psikologis. Temuan dari penelitian ini diharapkan menjadi dasar dalam perancangan intervensi yang berfokus pada promosi kesehatan mental dan pencegahan gangguan psikososial pada remaja, sehingga mendukung pengembangan kapasitas individu dan pencegahan masalah kesehatan di masa

depan, sesuai dengan arah penelitian pada domain 2 dalam roadmap Program Studi Ilmu Keperawatan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Akademik atau Ilmiah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam memahami dinamika psikososial remaja, serta memperluas wawasan akademik mengenai hubungan antara *social comparison* dan perkembangan psikososial pada remaja di Kota Makassar. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dengan topik sejenis.

2. Manfaat bagi Masyarakat

Masyarakat, khususnya pihak sekolah dan orang tua, diharapkan mampu membimbing remaja dalam mengelola *social comparison* secara positif untuk mencegah risiko gangguan psikososial.

3. Manfaat bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat berperan sebagai media pembelajaran serta kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan jiwa, yang penerapannya dapat diimplementasikan secara nyata dalam pelayanan kepada Masyarakat.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Remaja

1. Definsi Remaja

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, ditandai dengan dimulainya pubertas hingga tercapainya kematangan. Menurut Hurlock (2002) dalam (Afiattresna Octavia, 2020), masa remaja dimulai ketika anak mulai matang secara seksual dan berakhir saat seseorang dianggap dewasa secara hukum.

2. Tahapan Perkembangan Remaja

Menurut Teori Hurlock (1980) terdapat tiga tahapan perkembangan remaja (Nabila, 2022).

a. Remaja Awal (*early adolescence*) pada usia 11-13 tahun

Remaja masih merasa bingung dan takjub terhadap perubahan yang terjadi pada tubuhnya, serta dorongan-dorongan yang muncul seiring dengan perubahan tersebut.

b. Remaja Madya (*middle adolescence*) usia 13-15 tahun

Remaja sangat memerlukan keberadaan teman. Mereka sering berada dalam situasi kebingungan karena belum dapat menentukan pilihan, apakah harus bersikap peka atau cuek, lebih nyaman dalam keramaian atau menyendiri, bersikap optimis atau pesimis, serta memilih antara menjadi idealis atau materialis, dan berbagai dilema lainnya.

c. Remaja Akhir (*late adolescence*) usia 16-19 tahun

Pada tahap ini, minat terhadap fungsi-fungsi intelektual semakin menguat, ego remaja berusaha menemukan peluang untuk menjalin kebersamaan dengan orang lain melalui berbagai pengalaman baru, serta identitas seksual mulai terbentuk secara stabil dan cenderung menetap.

3. Karakteristik Remaja

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin merujuk pada ciri-ciri biologis yang membedakan seseorang sebagai laki-laki atau perempuan (WHO, 2025). Pada penelitian (Elvira-Zorzo et al., 2025) mengungkapkan bahwa kemampuan mahasiswa laki-laki dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental tampak lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa perempuan.

b. Sekolah

Sekolah merupakan bangunan atau lembaga untuk belajar dan mengajar serta tempat menerima dan memberi pelajaran (KBBI, 2023). Lingkungan sekolah yang mendukung dan berkelanjutan dapat menumbuhkan rasa tanggung jawab dan kemampuan mengelola diri pada remaja (Rahmania, 2024).

c. Akses Media Sosial

Perkembangan teknologi digital telah mendorong kemunculan media sosial sebagai sarana komunikasi yang dominan di berbagai lapisan masyarakat, termasuk remaja. Platform seperti Instagram,

Facebook, Twitter, dan TikTok kini menjadi fenomena global yang turut memengaruhi beragam dimensi kehidupan sosial (Akhtar, 2024).

d. Tempat Tinggal

Tempat tinggal merupakan kebutuhan pokok manusia yang memiliki peran dalam menunjang kesejahteraan anggota keluarga. Selain itu, tempat tinggal juga memberikan pengaruh terhadap pola hidup atau gaya hidup masyarakat yang menempatinnya (Fasda et al., 2021). Faktor lingkungan berpengaruh signifikan terhadap perilaku berkelanjutan siswa (Rahmania, 2024)

e. Teman Dekat

Kehadiran teman sebaya, baik dalam proses belajar maupun saat bermain, berperan positif terhadap perkembangan anak. Meskipun terdapat banyak kesamaan di antara teman sebaya, perbedaan tetap muncul, khususnya dalam hal karakter. Perbedaan karakter ini dapat memberikan pengaruh terhadap prestasi belajar anak (Putu et al., 2022).

f. Keikutsertaan dalam Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan sarana bagi peserta didik untuk menyalurkan minat, bakat, hobi, kepribadian, dan kreativitas mereka. Kegiatan ini dirancang secara sistematis untuk mengembangkan potensi, membentuk keterampilan, serta membina karakter siswa melalui berbagai aktivitas. Dengan mewajibkan seluruh siswa mengikuti kegiatan ini, diharapkan mereka dapat mengenali diri dan kemampuan sosialnya, serta meraih prestasi sesuai minatnya (Arifudin, 2022).

B. Tinjauan Umum *Social comparison*

1. Definisi *Social Comparison*

Menurut Teori Festinger (1954) perbandingan sosial adalah proses di mana individu memahami dirinya dengan mengevaluasi sikap, kemampuan, dan keyakinan melalui perbandingan dengan orang lain (Afriana, 2024). Festinger (1954) juga menegaskan bahwa *social comparison* merupakan cara seseorang menilai dirinya berdasarkan pencapaian atau karakteristik orang lain, terutama dalam konteks prestasi dan kualitas pribadi (Haq et al., 2022). Proses ini mempengaruhi emosi, tujuan, perilaku, serta cara individu memandang diri sendiri dan orang lain.

2. Jenis-Jenis *Social Comparison*

Social comparison dapat dikategorikan ke dalam dua jenis utama, yaitu *social comparison* ke atas dan *social comparison* ke bawah (Hong et al., 2022).

a. *Upward Comparison*

Upward comparison merupakan bentuk *social comparison* yang dilakukan individu dengan membandingkan dirinya terhadap orang lain yang dianggap memiliki kondisi atau pencapaian yang lebih tinggi darinya (Afriana, 2024). *Upward comparison* dapat memotivasi, tetapi biasanya mengarah pada perasaan tidak mampu (Auliannisa & Hatta, 2021).

b. *Downward Comparison*

Downward comparison merupakan bentuk *social comparison* di mana individu membandingkan dirinya dengan orang lain yang dipersepsikan berada dalam kondisi yang lebih rendah atau kurang baik dari dirinya sendiri (Afriana, 2024).

3. *Motif Social Comparison*

Terdapat tiga motif yang mendasari individu untuk melakukan *social comparison*, yaitu evaluasi diri, perbaikan diri dan peningkatan diri (Afriana, 2024). Adapun tiga motif yang mendasari individu untuk melakukan *social comparison*, yaitu:

a. *Evaluasi Diri*

Individu membandingkan diri dengan orang lain untuk menilai posisi mereka dalam hal atribut, keterampilan, dan ekspektasi sosial. Menurut Festinger, manusia secara alami terdorong melakukan *social comparison*, terutama karena standar objektif sering tidak tersedia. Evaluasi ini berfokus pada opini dan kemampuan.

b. *Perbaikan Diri*

Social comparison juga mendorong individu untuk mengembangkan diri dan memperbaiki kemampuan. Motif ini membantu individu memperoleh wawasan untuk meningkatkan diri, meskipun dalam teori Festinger, perbaikan diri tidak secara tegas dibedakan dari evaluasi diri.

c. Peningkatan Diri

Peningkatan diri bertujuan untuk melindungi harga diri dan menjaga citra positif diri, terutama dalam situasi yang mengancam. Meskipun tidak dijelaskan secara spesifik dalam teori Festinger, motif ini penting dalam membantu individu mempertahankan rasa percaya diri.

4. Faktor yang mempengaruhi perilaku *social comparison*

Berdasarkan hasil penelitian (Firdaus et al., 2023) mengenai *social comparison* didapatkan hasil sebagai berikut:

a. *Self Esteem*

Menurut Rosenberg *self-esteem* merupakan cerminan penilaian individu terhadap dirinya sendiri, yang dapat bersifat positif maupun negatif.

b. *Gratitude*

Gratitude adalah perasaan yang menyenangkan mengenai manfaat yang diterima.

c. Gaya Hidup

Gaya hidup merupakan cara individu menjalani kehidupannya yang tercermin melalui aktivitas sehari-hari, minat yang dimiliki, serta pandangan atau opininya terhadap berbagai hal.

5. Dampak *Social Comparison*

a. Kecemasan Sosial

Salah satu bentuk gangguan kecemasan yang dapat dirasakan individu adalah kecemasan sosial yang muncul dalam interaksi dengan

orang lain. perbandingan sosial dapat memperburuk tingkat kecemasan sosial pada seseorang (Jiang & Ngien, 2020).

b. Depresi

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2023, depresi adalah gangguan mental yang sering terjadi, ditandai dengan suasana hati murung atau hilangnya minat dalam aktivitas selama waktu yang cukup lama.

c. *Self Esteem* Rendah

Kesadaran akan pentingnya meningkatkan *self-esteem* dapat mendorong individu untuk merasakan kebahagiaan yang lebih besar, memiliki pandangan hidup yang lebih optimis, serta fokus pada hal-hal positif. Selain itu, *self-esteem* yang baik juga berkontribusi dalam menyebarkan energi positif kepada orang di sekitar dan membantu mengurangi stress (Ramadhani & Ulfia, 2022).

C. Tinjauan Umum Perkembangan Psikososial

1. Definisi Perkembangan Psikososial

Menurut teori Perkembangan Psikososial *Erikson* (1950) dalam penelitian (Aulia et al., 2022), masa remaja ditandai oleh pencarian jati diri dan usaha memahami peran sosial yang bermakna. Perkembangan psikososial mencakup aspek psikologis seperti emosi, motivasi, serta pembentukan kepribadian, yang berkaitan dengan kondisi mental individu dan interaksinya dengan lingkungan sosial. Remaja sering mengalami berbagai emosi dalam menghadapi situasi sehari-hari. (Hutasuhut et al.,

2023) menambahkan bahwa remaja usia 15-17 tahun umumnya mengalami perubahan seperti mengeluhkan orang tua yang terlalu ikut campur, fokus pada penampilan, mencari teman baru, kurang menghargai pendapat orang tua, serta sering bersikap murung atau *moody*.

2. Tahapan Perkembangan Psikososial

Erikson percaya bahwa perkembangan psikososial remaja berkembang dalam beberapa tingkatan (Aulia et al., 2022). Pada penelitian (Mokalu & Boangmanalu, 2021) mengemukakan bahwa Erikson memandang perkembangan kepribadian manusia berlangsung melalui sejumlah tahapan yang bersifat berurutan. Teori ini membagi perjalanan perkembangan individu ke dalam delapan tahap utama, yang masing-masing mencerminkan konflik psikososial tertentu yang harus diselesaikan agar individu dapat tumbuh secara sehat dan seimbang. Tahap Kepercayaan vs. Ketidakpercayaan (0-1 tahun), Tahap Otonomi vs. Malu dan Keraguan (1-3 tahun), Tahap Inisiatif vs. Rasa Bersalah (3-6 tahun), Tahap Industri vs. Inferioritas (6-12 tahun), Tahap Identitas vs. Kebingungan Peran (12-18 tahun), Tahap Intimasi vs. Isolasi (18-40 tahun), Tahap Generativitas vs. Stagnasi (40-65 tahun), Tahap Integritas vs. Keputusasaan (65 tahun ke atas).

3. Aspek-Aspek Psikososial

Psikososial adalah gabungan dari faktor psikologis (dalam diri) dan sosial (lingkungan/relasi) yang saling memengaruhi perkembangan individu. Umumnya, aspek psikososial dibagi menjadi dua kelompok yaitu: aspek

psikologi (dalam diri individu) dan aspek sosial (hubungan dengan orang lain/lingkungan). Aspek psikologi seperti konsep diri, harga diri, emosi, stress, trauma, dan harapan. Sedangkan aspek sosial seperti interaksi sosial, relasi sosial, penyesuaian diri, dan aktivitas sosial. Dalam penelitian ini, fokus utama diarahkan pada konsep diri, karena konsep diri merupakan aspek inti dari perkembangan psikososial yang paling erat kaitannya dengan proses *social comparison* pada remaja. Konsep diri berkembang melalui pengalaman pribadi, respon atau umpan balik dari orang lain, serta proses membandingkan diri dengan individu lain. Hal ini sejalan dengan pendapat (Van Der Cruysen et al., 2023) yang menegaskan bahwa perubahan pada konsep diri memiliki keterkaitan kuat dengan kesejahteraan psikologis, dorongan motivasi, dan kemampuan penyesuaian diri. Konsep diri mencakup dimensi fisik, psikologis, maupun sosial. Konsep diri yang positif akan membentuk rasa percaya diri, meningkatkan motivasi, serta mendukung kemampuan remaja untuk beradaptasi dalam lingkungan sosialnya (Novita & Sumiarsih, 2021).

4. Faktor yang mempengaruhi Perkembangan Psikososial

Menurut Erikson (1950) ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan psikososial (Astrella & Kholifah, 2023). Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan psikososial yaitu:

a. Lingkungan sosial dengan teman sebaya/kelompok

Remaja memiliki keinginan kuat untuk diterima dalam kelompok karena hal ini dapat meningkatkan status dan pengakuan sosial. Namun,

proses tersebut sering disertai tekanan sosial, dan perbedaan dari norma kelompok dapat menyebabkan penolakan atau pengucilan (Astrella & Kholifah, 2023). Penelitian yang dilakukan (Bulan et al., 2022) menunjukkan bahwa lingkungan pertemanan yang sehat dapat menjadi sumber dukungan emosional dan membantu meningkatkan kesejahteraan mental remaja.

b. Interaksi dengan keluarga

Perubahan interaksi sosial pada remaja sering disertai dengan pergeseran hubungan dengan orang tua, di mana remaja cenderung menentang, mempertanyakan wewenang, dan mulai tidak mengikuti aturan keluarga (Astrella & Kholifah, 2023). Penelitian yang dilakukan (Bulan et al., 2022) juga menegaskan bahwa keluarga memiliki peran sentral dalam membentuk kepribadian dan perkembangan sosial remaja. Pola asuh, kualitas interaksi, dan nilai-nilai dalam keluarga berpengaruh besar terhadap kondisi mental remaja, baik secara positif maupun negatif.

c. Dukungan emosional guru dan teman

Pola emosi remaja masih mirip dengan masa kanak-kanak, namun berbeda dalam pemicu dan intensitas emosinya. Dukungan emosional dari guru dan teman sebaya di sekolah dapat membantu remaja mengatasi stres dan membangun ketahanan mental. Sebaliknya, tekanan akademik yang berlebihan, perundungan, dan ekspektasi tinggi dapat

mengancam kesehatan mental remaja dalam Pendidikan (Astrella & Kholifah, 2023).

d. Lingkungan Budaya

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sucipto & Avezahra, 2023) menunjukkan bahwa budaya memberikan dampak yang signifikan terhadap kehidupan remaja. Pengaruh tersebut tercermin melalui berbagai kelompok responden, termasuk remaja yang menghadapi kesulitan dalam mengambil keputusan karir, remaja dari wilayah tertentu di Indonesia, mereka yang berada dalam masa transisi menuju kedewasaan, serta orang tua dari para remaja tersebut.

D. Tinjauan Penelitian Ter-Update Terkait Variabel

Tabel 1. Penelitian Ter-Update

No	Author, Tahun, Judul Penelitian, Negara	Tujuan Penelitian	Metode	Sampel/ Partisipan	Hasil
1.	Author: • Qian-Nan Ruan • Guang-Hui Shen • Jiang-Shun Yang • Wen-Jing Yan Tahun: (2023) Judul: <i>The interplay of self-acceptance, Social comparison and attributional</i>	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami hubungan antara <i>self-acceptance</i> , <i>Social comparison</i> , dan <i>attributional style</i> dalam kaitannya dengan kesehatan mental remaja, serta untuk mengeksplorasi peran mediasi dan moderasi dari variabel-	Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif. Data dikumpulkan melalui <i>self-report measures</i> yang kemudian dianalisis secara statistik untuk menguji hubungan dan pengaruh antar variabel.	Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 242 peserta remaja, yang dipilih secara <i>convenience</i> untuk mendapatkan penilaian kesehatan mental individu.	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penerimaan diri, perbandingan sosial, depresi, dan kecemasan. Individu dengan penerimaan diri rendah dan sering melakukan perbandingan sosial cenderung

	<i>style in adolescent mental health: cross-sectional study</i> Negara: China	variabel tersebut dalam perkembangan psikososial remaja			memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih tinggi. Selain itu, penggunaan atribusi eksternal juga berkaitan dengan tingkat depresi ($d = 0,61$) dan kecemasan ($d = 0,58$) yang lebih tinggi dibandingkan dengan atribusi internal.
2.	Author : - Ana Suarez Vasques - Leticia Suarez Alvarez - Ana Belen del Rio Lanza Tahun : (2023) Judul : <i>Is comparison the thief of joy? Students' emotions after socially comparing their task grades, influence on their motivation.</i> Negara: Spanyol	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengaruh perbandingan sosial terhadap motivasi belajar siswa, serta apakah faktor lain seperti nilai rata-rata siswa dapat memoderasi hubungan tersebut.	Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif yang meliputi pengumpulan data melalui survei dan analisis statistik seperti regresi linier dan analisis model jalur (<i>path analysis</i>).	Sampel pada penelitian terdiri dari mahasiswa yang mengikuti mata kuliah pemasaran dan penelitian pemasaran di sebuah Universitas di Eropa. Pada Studi 1, jumlah peserta adalah 1671 peserta, Pada Studi 2, jumlah peserta adalah 77 peserta.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perbandingan sosial memiliki pengaruh signifikan dan positif terhadap motivasi belajar. Setiap peningkatan satu unit dalam perbandingan sosial meningkatkan motivasi siswa sebesar 0,92 ($b = 0,92$, $t(72) = 1,91$, $p = 0,05$). Nilai rata-rata siswa tidak berpengaruh

					h signifikan terhadap motivasi belajar, namun terdapat kecenderungan nilai rata-rata memoderasi pengaruh komunikasi sosial terhadap motivasi ($b = -0,14$, $t(72) = -1,90$, $p = 0,06$).
3.	Author : • Salsabila Auliannisa • Muhammad Ilmi Hatta Tahun : (2021) Judul : Hubungan <i>Social comparison</i> dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Pengguna Instagram. Negara: Indonesia	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran <i>Social comparison</i> dan gejala depresi pada mahasiswa pengguna Instagram, serta untuk mengetahui seberapa erat hubungan antara <i>Social comparison</i> dengan gejala depresi pada mahasiswa pengguna Instagram.	Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan metode korelasional. Teknik analisis yang digunakan adalah Rank Spearman untuk mengetahui hubungan antara variabel <i>Social comparison</i> dan gejala depresi pada mahasiswa pengguna Instagram.	Sampel dalam penelitian ini sebanyak 112 orang mahasiswa pengguna Instagram di Bandung.	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan kekuatan sedang antara <i>Social comparison</i> dan gejala depresi pada mahasiswa pengguna Instagram ($r = -0,435$; $p = 0,000$). Hubungan tersebut bersifat negatif, yang berarti semakin rendah tingkat <i>Social comparison</i> , semakin tinggi gejala depresi yang

					dialami mahasiswa.
4.	Author : • Malte Jansen • Zsofia Boda • Georg Lorenz Tahun : (2022) Judul : <i>Social comparison Effects on Academic Self-Concepts—Which Peers Matter Most?</i> Negara: Jerman	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami proses pengaruh sosial dan seleksi sosial di antara siswa sekolah menengah,, serta untuk mengidentifikasi peer mana yang paling berpengaruh dalam proses perbandingan sosial terhadap aspek akademik siswa.	Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif yaitu analisis jaringan sosial longitudinal dengan social network analysis.	Sampel dalam penelitian ini sebanyak 2.438 siswa dari 117 kelas sekolah. Sampel ini memenuhi kriteria partisipasi yang cukup dan tidak mengalami perubahan komposisi besar antara dua gelombang pengukuran	Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang kehilangan data konsep diri laten pada T2 memiliki konsep diri ($d = 0,24$, $p < 0,01$) dan prestasi ($d = 0,53$, $p < 0,01$) yang lebih rendah pada T1. Demikian pula, siswa yang kehilangan data sosiometrik pada T2 juga menunjukkan konsep diri ($d = 0,28$, $p < 0,01$) dan prestasi ($d = 0,33$, $p < 0,01$) yang lebih rendah pada T1.
5.	Author : • Peter A. McCarthy • Nexhmedin Morina Tahun : (2020) Judul : <i>Exploring the association of Social comparison</i>	Tujuan penelitian ini adalah untuk menelaah keterkaitan antara perbandingan sosial dengan gejala depresi dan kecemasan pada populasi yang memiliki relevansi klinis, melalui	Metode penelitian ini adalah meta analisis kuantitatif dan kualitatif, serta tinjauan sistematis untuk mensintesis hasil dari berbagai studi.	Jumlah sampel dalam penelitian ini tidak disebutkan secara spesifik, karena penelitian ini merupakan meta-analisis yang mensintesis data dari	Hasil penelitian perbandingan sosial dengan depresi dan kecemasan pada populasi klinis menunjukkan korelasi tertimbang sebesar $-0,53$ dan $\ddot{y}$

	<i>with depression and anxiety: A systematic review and meta-analysis</i> Negara: Jerman	pendekatan yang berfokus pada proses psikologis yang terlibat.		berbagai studi.	0,39.
6.	Author : • Yixin Hu • Mengmeng Zhou • Yunru Shao • Jing Wei • Zhenying Li • Shike Xu • Phil Maguire • Dawei Wang Tahun : (2021) Judul : <i>The effects of Social comparison and depressive mood on adolescent social decision-making.</i> Negara: China	Tujuan penelitian ini adalah untuk meneliti dampak kondisi depresi dan proses perbandingan sosial terhadap perilaku remaja melalui pendekatan paradigma <i>ultimatum game</i> (UG).	Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental dengan menguji efektivitas pengaturan perbandingan sosial.	Sampel pada penelitian ini terdiri dari mahasiswa yang memenuhi kriteria tertentu berdasarkan skor pada skala BDI-13, SDS, dan SAS. Secara umum, terdapat beberapa kelompok yang terdiri dari sekitar 36 hingga 40 peserta dalam masing-masing kelompok suasana hati dan depresi.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa individu dengan suasana hati depresif memiliki tingkat penerimaan alokasi yang lebih tinggi ($79,64 \pm 4,39$) dibandingkan individu dengan suasana hati normal ($66,67 \pm 4,57$). Selain itu, terdapat perbedaan signifikan dalam perbandingan sosial [$F(1, 69) = 22,110, p < 0,001, \eta^2 = 0,243$], di mana tingkat penerimaan lebih tinggi pada perbandingan sosial ke bawah ($78,04 \pm 3,19$) dibandingk

					an dengan perbandingan sosial ke atas (68,26 ± 3,48).
7.	Author: • Ketut Arnami • Windu Astutik Tahun: (2021) Judul: Masalah Psikososial Pada Remaja Negara: Indonesia	Untuk memperoleh pemahaman mengenai kondisi psikososial yang dialami oleh remaja di salah satu SMP swasta di Kota Denpasar pada tahun 2021.	Metode dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan cross sectional.	Sampel pada penelitian ini adalah yang memenuhi kriteria inklusi diambil dengan teknik purposive sampling sebanyak 93 responden	Sebagian besar responden (97,8%) tidak mengalami masalah psikososial. Hanya 2,2% responden yang teridentifikasi memiliki masalah, dengan rincian 2,2% pada aspek internalisasi, 4,3% pada aspek eksternalisasi, dan tidak ditemukan masalah pada aspek perhatian.

