

BAB 5

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Uji Asumsi

5.1.1 Uji Normalitas

Menurut Santoso (2010), uji normalitas merupakan pengujian yang bertujuan melihat apakah data penelitian bersumber dari populasi yang sebarannya normal. Pengujian ini menggunakan teknik analisis Kolmogorov Smirnov dalam program SPSS 24. Dasar yang digunakan dalam menetapkan data berdistribusi normal atau tidak adalah nilai $p > 0,05$. Pengujian normalitas penelitian ini dapat dilihat dalam Tabel 12:

Tabel 12. Uji Normalitas Alat Ukur

Skala	One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
	P	Keterangan
Harga Diri	0,083	Normal
Perfeksionisme	0,054	Normal
Perbandingan sosial	0,062	Normal

Berdasarkan Tabel 12 dapat disimpulkan bahwa Skala Harga Diri diperoleh nilai signifikansi 0,083, Skala Perfeksionisme diperoleh nilai signifikansi 0,054, dan Skala Perbandingan Sosial diperoleh nilai signifikansi 0,062, sehingga dapat dikatakan semua data terdistribusi normal.

5.1.2 Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan pengujian yang bertujuan melihat apakah variabel terikat dan variabel bebas secara signifikan memiliki hubungan linear atau tidak (Sugiyono & Susanto, 2015). Pengujian menggunakan *test of linearity*, dimana jika nilai signifikansi $< 0,05$, dapat dikatakan variabel bebas dan variabel terikat terdapat hubungan yang linear.

Tabel 13. Uji linearitas

Variabel	Sig.	Keterangan
Harga Diri-Perfeksionisme	0,000	Linear
Harga diri-Perbandingan Sosial	0,000	Linear

Dari tabel terlihat bahwa variabel Harga Diri dengan Perfeksionisme menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dan variabel Harga Diri dengan Perbandingan Sosial menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antar variabel.

5.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis penelitian ini memakai uji korelasi ganda untuk menunjukkan apakah variabel Perfeksionisme (X1) dan Perbandingan sosial (X2) secara simultan memiliki hubungan dengan Harga diri (Y). Dari hasil perhitungan didapatkan bahwa nilai Sig. F Change sebesar $0,000 (< 0,05)$ maka dapat disimpulkan variabel Perfeksionisme (X1) dan Perbandingan sosial (X2) secara simultan memiliki hubungan dengan Harga diri (Y), sehingga hipotesis penelitian ini diterima.

5.4 Pembahasan

Penelitian ini bertujuan menguji secara empiris hubungan antara perfeksionisme dan perbandingan sosial dengan harga diri mahasiswi S1 pengguna aktif Instagram di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang. Berdasarkan uji hipotesis yang menggunakan uji korelasi ganda, penelitian ini mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka disimpulkan variabel Perfeksionisme dan Perbandingan Sosial secara simultan memiliki hubungan dengan Harga diri, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Harga diri pengguna Instagram adalah penilaian yang didasarkan pada hubungan, gambaran, dan seberapa besar individu dihargai dan diterima oleh orang lain, serta seberapa positif atau negatif seorang individu memandang dirinya melalui aktivitasnya di Instagram. Ditemukan bahwa wanita lebih banyak menjadi pengguna Instagram dibandingkan dengan pria (Duggan, 2015), dengan hasil survei mengungkap angka sekitar 63% wanita cenderung aktif menggunakan Instagram setiap harinya. Studi longitudinal yang dilakukan oleh Raevuori, dkk. (2007) menemukan bahwa harga diri perempuan 61% dipengaruhi oleh faktor lingkungan; salah satunya yaitu media sosial.

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa ada hubungan antara perfeksionisme dan perbandingan sosial dengan harga diri mahasiswi pengguna aktif Instagram di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang selaras dengan penelitian oleh Ashby & Rice (2002); Mobley, Slaney, & Rice, (2005); Rice, Ashby, & Slaney (2007) yang mengatakan bahwa perfeksionisme memiliki kaitan dengan harga diri. Seseorang yang bersikap perfeksionis akan membuat dirinya selalu merasa tidak puas terhadap sesuatu yang ia lakukan dan selalu dibayang-bayangi dengan perasaan gagal akibat ketidaksempurnaan sehingga merasa dirinya tidak layak dan tidak berharga yang akan berkaitan dengan harga diri. Menganggap normal standar yang tinggi dan ingin selalu mencapai kesempurnaan bisa menjadi hal yang positif, namun demikian, perfeksionisme dikatakan sebagai bentuk

disfungsi, karena memaksa seseorang untuk berpikir bahwa diri mereka adalah cacat (Hewit dan Flett, dalam Odes, 2008).

Hasil penelitian ini juga selaras dengan penelitian oleh Chusniah, Wildyarti, Danyalin, & Shodiq (2020) yang menunjukkan bahwa perbandingan sosial memberikan kontribusi terhadap eksistensi harga diri sebesar 14,6%. Penelitian yang dilakukan Pempek, Yermolayeva, dan Calvert (2009) mendapatkan hasil dimana seseorang di media sosial memiliki kegiatan *networking* yakni mengamati profil orang lain tanpa harus berinteraksi. Seseorang akan diperlihatkan pada postingan orang lain tentang apa saja yang dapat dan tidak dapat orang lain lakukan, serta apa saja yang sudah dan gagal diraih oleh orang lain, informasi tersebut akan individu hubungkan dengan dirinya sendiri, sehingga dapat dikatakan bahwa di media sosial individu cenderung melakukan perbandingan sosial (Lee, 2014).

Ketika seseorang banyak menghabiskan waktu di media sosial, besar kemungkinan adanya laporan mengenai masalah harga diri yang rendah hingga depresi (Pantic, 2014). Hal ini dapat terkait dengan kegiatan apa saja yang dilakukan pengguna ketika sedang menggunakan media sosial tersebut. Data tambahan yang didapat peneliti memperkuat hasil bahwa ada hubungan antara perfeksionisme dan perbandingan sosial dengan harga diri mahasiswi pengguna aktif Instagram, dimana didapatkan bahwa kegiatan terbanyak yang dilakukan para subjek penelitian ketika menggunakan Instagram yaitu melihat Instastory teman atau orang lain, lalu diikuti kegiatan melihat akun atau Instastory artis atau influencer, dan kemudian kegiatan mengunggah Instastory pribadi. Kegiatan-kegiatan ini dapat memicu individu untuk bersikap perfeksionis dimana ia akan merasa tidak puas terhadap sesuatu yang ia lakukan dan selalu dibayang-bayangi dengan perasaan gagal akibat ketidaksempurnaan sehingga merasa dirinya tidak layak dan tidak berharga. Selain itu kegiatan-kegiatan tersebut juga dapat memicu individu untuk melakukan perbandingan

sosial dengan mulai membandingkan hidupnya dengan kehidupan orang lain melalui foto atau video yang ia lihat di Instagram.

Hal ini selaras dengan pendapat dari Sukmasari (dalam Rizki, 2017), yang mengatakan bahwa Instagram dapat memberikan aspek yang mendorong efek harga diri pada individu melalui foto-foto yang diunggah pengguna. Hasil penelitian oleh Handoko (dalam Az'Zahrario & Ediati, 2019) menemukan bahwa ada penurunan harga diri pada pengguna yang sering melihat unggahan orang lain. Fokus Instagram pada aspek visual berupa foto dan video yang dapat disunting sehingga terlihat sempurna akan menjadi postingan yang menarik, sehingga individu cenderung menyimpulkan bahwa kehidupan orang lain sempurna dan kehidupannya tidak lebih sempurna dari orang lain, hal inilah yang kemudian menjadi sangat terkait dengan masalah harga diri.

Peneliti memahami bahwa penelitian ini tidak terlepas dari banyak kekurangan. Adapun kekurangan tersebut antara lain dapat dilihat dari metode penyebaran skala secara online melalui *google form* yang masih memungkinkan peluang subjek mengisi secara tergesa-gesa dan kurang fokus dikarenakan tanpa pengawasan langsung dari peneliti. Selain itu, belum dapat dilakukan generalisasi secara utuh terhadap penelitian ini dikarenakan fokus penelitian untuk pemecahan masalah saat ini dan dikerjakan berdasarkan sampel dengan karakteristik khusus. Peneliti juga melihat kemungkinan terjadinya *social desirability* yaitu kecenderungan subjek untuk memberikan jawaban yang dianggap lebih baik atau lebih dapat diterima masyarakat, yang terlihat dari perbedaan hasil wawancara awal dengan hasil penelitian untuk variabel harga diri. Selain itu penelitian ini hanya terbatas pada variabel perfeksionisme dan perbandingan sosial secara umum tanpa melihatnya dari jenis perfeksionisme dan perbandingan sosialnya.