

Abstrak

Munculnya media sosial mengubah pola komunikasi masyarakat modern, terutama pada dewasa awal yang aktif menggunakan Instagram sebagai sarana membentuk citra diri dan menjalin hubungan sosial. Namun, penggunaan Instagram dapat memicu perbandingan sosial, khususnya perbandingan sosial ke atas, yang berdampak pada kesehatan mental, salah satunya kecemasan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial ke atas dengan kecemasan sosial pada dewasa awal pengguna Instagram. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara perbandingan sosial ke atas dengan kecemasan sosial pada dewasa awal pengguna Instagram. Subjek penelitian ini terdiri atas 189 dewasa awal berusia 18-25 tahun yang aktif menggunakan Instagram. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan Skala Perbandingan Sosial dan Social Anxiety Scale for Social Media Use (SAS-SMU). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis Korelasi Product Moment dari Karl Pearson. Hasil analisis didapatkan nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 0.506$ ($p < 0.050$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara perbandingan sosial ke atas dengan kecemasan sosial pada dewasa awal pengguna Instagram. Nilai koefisien determinasi (R^2) diperoleh sebesar 0.256. Ini menjelaskan bahwa perbandingan sosial memberikan sumbangan sebesar 25.6% terhadap kecemasan sosial.

Kata kunci: *Dewasa Awal, Instagram, kecemasan sosial, perbandingan sosial*

Abstract

The emergence of social media has transformed modern communication patterns, particularly among emerging adults who actively use Instagram as a medium to build self-image and maintain social relationships. However, use of Instagram can trigger social comparison, especially upward social comparison, which may impact mental health, including social anxiety. This study aims to examine the relationship between social comparison and social anxiety among emerging adult Instagram users. The proposed hypothesis suggests a positive relationship between social comparison and social anxiety in emerging adults who use Instagram. The subjects of this study consisted of 189 emerging adults aged 18–25 years who were active Instagram users. Data were collected using the Social Comparison Scale and the Social Anxiety Scale for Social Media Use (SAS-SMU). The data analysis technique used was the Pearson Product-Moment Correlation. The analysis results showed a correlation coefficient of $r_{xy} = 0.506$ ($p < 0.050$). These findings indicate a significant positive relationship between upward social comparison and social anxiety among emerging adult Instagram users. The coefficient of determination (R^2) was 0.256, which means that upward social comparison contributes 25.6% to social anxiety.

Key words: *Emerging Adults, Instagram, social anxiety, social comparison*