

**HUBUNGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DENGAN
SOCIAL COMPARISON DI MEDIA SOSIAL PADA
MAHASISWA DKV INSTITUT SENI INDONESIA
PADANGPANJANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama sebagai Salah Satu
Syarat dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)*



Disusun Oleh:

Hermayuni

NIM: 2215040152

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI IMAM BONJOL PADANG**

2026 M/1447 H

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan "*Hubungan Psychological well-being Dengan Social comparison Di Media Sosial Pada Mahasiswa Dkv Institut Seni Indonesia Padang Panjang*" yang disusun oleh HERMAYUNI, NIM: 2215040152. Telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke sidang munaqasyah.

Pembimbing I



Dr. Hasnelli, M.Ag

NIP. 196502221994032003

Pembimbing II



Nurul Fadhillah Khair, M.Psi., Psikolog

NIP. 199211192022032001

LEMBAR PERNYATAAN KEORISINILAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hermayuni

Nim : 2215040152

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan *Psychological well-being* Dengan *Social comparison* Di Media Sosial Pada Mahasiswa Dkv Institut Seni Indonesia Padang Panjang” adalah hasil karya saya sendiri yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan dari perguruan tinggi manapun.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah.

Jika dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran kode etik penelitian ilmiah, maka saya akan menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan.

Padang, 2 Januari 2026

Saya Yang Menyatakan



Hermayuni

NIM 2215040152

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi Dengan Judul "*Hubungan Psychological Well-Being Dengan Social Comparison Di Media Sosial Pada Mahasiswa DKV Institut Seni Indonesia Padangpanjang*" Hermayuni NIM. 2215040152 telah diuji dalam sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari jum'at, 20 Februari 2026 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Psikologi Islam.

Padang, 23 Februari 2026

Tim Penguji
ketua

Dr. Hasnel, M.Ag

NIP.196502221994032003

Penguji I

Dr. Pismawenzi, M.Ag

NIP. 197311132000032002

Penguji II

Nur 'Alsviah Yusri, S. Ag., M.Si

NIP. 197501162005012005

Penguji III

Dr. Hasneli, M.Ag

NIP. 196502221994032003

Penguji IV

Nurul Fadhilah Khair, M.Psi., Psikolog

NIP. 199211192022032001

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Imam Bonjol Padang



Dr. Setiyoono, M. Pd

NIP. 197012302006041007

ABSTRAK

Skripsi berjudul “**Hubungan *Psychological Well-Being* dengan *Social Comparison* di Media Sosial pada Mahasiswa Desain Komunikasi Visual Institut Seni Indonesia Padangpanjang**” disusun oleh Hermayuni (NIM 2215040152), Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Media sosial berperan penting dalam kehidupan mahasiswa, khususnya mahasiswa Desain Komunikasi Visual (DKV) yang aktif menampilkan karya sebagai portofolio dan identitas diri. Aktivitas tersebut mendorong munculnya *Social Comparison* yang berpotensi memengaruhi *Psychological Well-Being*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *Psychological Well-Being*, tingkat *Social Comparison* di media sosial, serta Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Data dikumpulkan menggunakan skala *Psychological Well-Being* berdasarkan teori Ryff dan skala *Social Comparison* berdasarkan teori Festinger, dengan jumlah sampel sebanyak 206 mahasiswa DKV ISI Padangpanjang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *Psychological Well-Being* mahasiswa berada pada kategori rendah, sedangkan tingkat *Social Comparison* berada pada kategori sedang hingga tinggi. Hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara *Psychological Well-Being* dan *Social Comparison* di media sosial ($r = -0,442$; $p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan *Social Comparison* yang dilakukan mahasiswa, maka semakin rendah tingkat *Psychological Well-Being* yang dimiliki begitu pula sebaliknya.

Kata Kunci: *Psychological Well-Being*, *Social Comparison*, Media Sosial, Mahasiswa DKV

ABSTRACT

*The thesis entitled “**The Relationship between Psychological Well-Being and Social Comparison on Social Media among Visual Communication Design Students at the Indonesian Institute of the Arts Padangpanjang**” was written by Hermayuni (Student ID: 2215040152), Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, Imam Bonjol State Islamic University Padang.*

Social media plays an important role in students' lives, particularly for Visual Communication Design (VCD) students who actively showcase their work as part of their portfolio and self-identity. This activity encourages Social Comparison, which may influence students' Psychological Well-Being. This study aims to examine the level of Psychological Well-Being, the level of Social Comparison on social media, and the relationship between the two variables among VCD students at ISI Padangpanjang. This research employed a quantitative approach using a correlational method. Data were collected using a Psychological Well-Being scale based on Ryff's theory and a Social Comparison scale based on Festinger's theory, with a total sample of 206 VCD students at ISI Padangpanjang. The results showed that students' Psychological Well-Being was predominantly in the low category, while Social Comparison was in the moderate to high category. The Pearson Product Moment correlation analysis revealed a negative and significant relationship between Psychological Well-Being and Social Comparison on social media ($r = -0.442$; $p < 0.05$). These findings indicate that the higher the tendency for Social Comparison among students, the lower their level of Psychological Well-Being, and vice versa.

Keywords: *Psychological Well-Being, Social Comparison, Social Media, Visual Communication Design Students*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘ālamīn, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Psychological Well-Being* dengan *Social Comparison* di Media Sosial pada Mahasiswa Desain Komunikasi Visual Institut Seni Indonesia Padangpanjang”. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan dan akhlak mulia.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai hambatan dan keterbatasan. Namun, berkat bimbingan, bantuan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Rektor UIN Imam Bonjol Padang beserta segenap jajarannya yang telah berupaya meningkatkan situasi kondusif di UIN Imam Bonjol Padang
2. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama beserta wakil dekan, juga jajaran karyawan dan karyawan yang telah mengembangkan kualitas pendidikan dengan memberi fasilitas kepada penulis selama perkuliahan ini. Semoga karya tulis ini dapat menyumbangkan kontribusi yang berarti.
3. Ketua dan Sekretaris Prodi Psikologi Islam yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam proses penyusunan skripsi.

4. Kedua dosen pembimbing penulis, Dr. Hasneli, M.Ag, selaku pembimbing I Sekaligus dosen penasihat akademik penulis dan Ibu Nurul Fadhilah Khair, M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan perhatian, motivasi, semangat, dan senantiasa sabar dalam proses bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis selama menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Rahman Pranovri Putra, M.Psi dan Bapak Dr. Reza Fahmi, S.Sos, MA sebagai dosen pembimbing *expert judgment* dalam penelitian ini yang telah memberikan masukan mengenai skripsi penulis.
6. Terima kasih penulis ucapkan kepada pimpinan Institut Seni Indonesia Padangpanjang, khususnya pihak fakultas dan program studi terkait, serta kepada seluruh mahasiswa Desain Komunikasi Visual ISI Padangpanjang yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Partisipasi dan kerja sama yang diberikan sangat berarti dalam mendukung kelancaran proses penelitian hingga penyusunan skripsi ini.
7. Gelar ini penulis persembahkan sepenuh hati kepada pria hebat dalam hidup penulis (Bapak) dan pintu surga penulis (Ibu), sosok yang selalu menjadi tempat bersandar dalam setiap lelah, ragu, dan doa. Meskipun tidak memiliki gelar atau kedudukan yang tinggi, Bapak dan Ibu tidak pernah berhenti mengupayakan yang terbaik untuk penulis, bahkan ketika harus mengorbankan banyak hal tanpa keluhan. Nilai-nilai kehidupan, ketulusan,

dan keteguhan hati yang mereka tanamkan menjadi cahaya yang menuntun penulis sepanjang perjalanan perkuliahan hingga titik ini.

8. Kepada kedua abang penulis serta keluarga besar penulis, penulis mengucapkan terima kasih yang tulus atas segala doa, dukungan, perhatian, dan semangat yang senantiasa diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Kehadiran dan support yang diberikan menjadi kekuatan bagi penulis untuk terus melangkah dan menyelesaikan studi ini dengan baik. Semoga seluruh kebaikan tersebut dibalas Allah SWT dengan keberkahan dan kebahagiaan yang berlimpah.
9. Selanjutnya, Teruntuk Anggun WidiaNingrum Sahabat dari Maba sekaligus *roommate* Penulis selama 3 tahun lebih dikontrakan kecil kita ini. Dan Teruntuk Rizky Rizaldi Sahabat Maba Penulis yang kenal tidak disengaja hingga akhirnya kita sudah seperti keluarga, terima kasih telah mendengarkan keluh-kesah, dan membersamai suka-duka penuli. Kesan dan cerita yang telah kita rangkai sepanjang masa perkuliahan ini akan selalu menjadi kenangan berharga sekaligus pelajaran bermakna untuk perjalanan hidup penulis ke depan. Semoga setiap rencana dan cita-cita yang kita impikan dapat terwujud dengan baik. Jangan lupa untuk saling berbagi kabar dan mengingatkan satu sama lain nanti ya.
10. Kepada Teman-Teman Solidaritas Bersama: Buksek Afi, kak Anggun, Anii, Nanastasy, Disty, Nella, Manyak Iky, Asep, dan Iyyud. Kebersamaan yang bermula dari ruang-ruang diskusi dan dinamika organisasi perlahan tumbuh menjadi ikatan persahabatan selama masa perkuliahan. Terima kasih atas

kebersamaan, dukungan, dan semangat yang terus terjaga hingga hari ini. Semoga kebersamaan ini menjadi bekal berharga, dan semoga kita semua diberikan kelancaran serta kesuksesan dalam menapaki jalan hidup masing-masing.

11. Kepada Keluarga Besar Himpunan Mahasiswa Psikologi Islam (HMP) Psikologi Islam, Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA) Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA) Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, serta Unit pelaksanaan teknis pengembangan karir dan kewirausahaan mahasiswa (UPT PKK), penulis mengucapkan terima kasih atas ruang berproses, kebersamaan, dan pengalaman berharga yang diberikan selama masa perkuliahan. Dinamika dan pembelajaran yang diperoleh dalam lingkungan organisasi tersebut telah membentuk cara pandang, kedewasaan, serta kemampuan penulis dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Melalui kebersamaan ini, penulis belajar tentang arti kerja sama, tanggung jawab, kepemimpinan, serta keikhlasan dalam berkontribusi dan mengabdikan.

Padang, 02 Februari 2026



Hermayuni

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEORISINILAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Batasan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian.....	10
F. Sistematika Penulisan.....	11
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. <i>Social Comparison</i>	13
1. Definisi <i>Social Comparison</i>	13
2. Aspek- Aspek <i>Social Comparassion</i>	15
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Social Comparison</i>	17
4. <i>Social Comparison</i> dalam Perspektif Islam	19
B. <i>Psycological Well-Being</i>	23
1. Definisi <i>Psycological Well- Being</i> (PWB).....	23
2. Aspek-Aspek <i>Psycological Well-Being</i>	26
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Psycological Well-Being</i>	30
C. Hubungan <i>Psycological Well-Being</i> dengan <i>Social Comparison di Media Sosial</i>	34
D. Penelitian Relevan.....	36

E. Kerangka Konseptual	39
F. Hipotesis.....	41
BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Jenis Penelitian.....	42
B. Identifikasi Variabel.....	42
C. Definisi Operasional.....	43
D. Populasi dan Sampel.....	44
1. Populasi Penelitian	44
2. Sampel.....	45
E. Teknik Pengumpulan Data.....	46
1. Skala <i>Psychological Well-Being</i>	47
2. Skala <i>Social Comparassion</i>	49
F. Uji Instrumen Penelitian.....	50
1. Jenis Instrumen Penelitian.....	50
2. Uji Validitas	50
3. Reliabilitas.....	54
G. Analisis Data.....	55
1. Uji Normalitas	56
2. Uji Linearitas.....	56
3. Uji Hipotesis.....	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	58
A. Pelaksanaan Penelitian.....	58
B. Gambaran Subjek Penelitia.....	60
C. Hasil Penelitian.....	61
1. Deskripsi Kategori Data	61
2. Uji Normalitas	66
3. Uji Linieritas	67
4. Uji Hipotesis.....	68
D. Pembahasan.....	69
1. Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i> Pada Mahasiswa Desain Komunikasi Visual (DKV) ISI Padangpanjang	69

2. Kategorisasi <i>Social Comparison</i> Pada Mahasiswa Desain Komunikasi Visual (DKV) ISI Padangpanjang.....	72
3. Hubungan <i>Psychological Well-Being</i> dan <i>Social Comparison</i> Pada Mahasiswa Desain Komunikasi Visual (DKV) ISI Padangpanjang	75
BAB V PENUTUP	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Pengelolaan Survei Awal Pada Mahasiswa DKV ISI Padang Panjang	3
Tabel 3. 1 Jumlah Mahasiswa Aktif Program DKV	45
Tabel 3. 2 Penilaian Skala Likert	47
Tabel 3. 3 Blueprint Skala <i>Psychological Well-Being</i> Sebelum Uji Coba	48
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Social Comparasion Sebelum Uji Coba.....	49
Tabel 3. 5 Blueprint Skala <i>Psychological Well-Being</i> Setelah Uji Coba.....	51
Tabel 3. 6 Blueprint Skala Social Comparasion Setelah Uji Coba	53
Tabel 3. 7 Interpretasi Reliabilitas	54
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Psychological Well-Being</i>	55
Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Social Comparison</i>	55
Tabel 4. 1 Kriteria Sample Penelitian	60
Gambar 1. 1 Distribusi Partisipasi Responden	61
Tabel 4. 3 Kategorisasi Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	63
Tabel 4. 4 Kategorisasi Variabel <i>Social Comparison</i>	65
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas	66
Tabel 4. 6 Deskripsi Statistik Hasil Uji Linearitas	67
Tabel 4. 7 Hasil Uji Hipotesis <i>Psychological Well-Being</i> dengan <i>Social Comparison</i>	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I SK Seminar Proposal	88
Lampiran II SK Pembimbing	89
Lampiran III Surat Izin Uji Coba Penelitian	90
Lampiran IV Surat Izin Penelitian	91
Lampiran V Surat Balasan Melakukan Penelitian	92
Lampiran VI <i>Informed Consern</i> Uji Coba Penelitian	93
Lampiran VII Hasil Validitas Isi Skala <i>Psychologicall Well-Being</i>	94
Lampiran VIII Hasil Validitas Isi Skala <i>Social Comparisson</i>	95
Lampiran IX Pengesahan <i>Expert Judgment</i>	96
Lampiran X Lampiran Skala Uji Coba Penelitian	98
Lampiran XI Lampiran Uji Reliabilitas dan Validitas <i>Psychologicall Well-Being</i> Sebelum Item Gugur	102
Lampiran XII Lampiran Skala Penelitian	111
Lampiran XIII Lampiran Kategorisasi Data Variabel X.....	115
Lampiran XIV Lampiran Kategorisasi Data Variabel Y	115
Lampiran XV Lampiran Uji Normalitas	115
Lampiran XVI Lampiran Uji Lineritas	116
Lampiran XVII Lampiran Uji Hipotesis	116
Lampiran XVIII Lampiran Tabulasi data <i>Psychologicall Well-Being</i>	117
Lampiran XIX Lampiran Tabulasi Data <i>Social Comparisson</i>	126
Lampiran XX Lampiran Dokumentasi Izin Menggunakan Skala.....	135
Lampiran XXI Blanko Bimbingan Skripsi	135
Lampiran XXII Bukti Hasil Cek Turnitin.....	138