

ABSTRAK

Metha Hilmiyana Putri. 190541100089. Program Studi Psikologi. Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Welas Diri pada Remaja Akhir yang Menjalani Gap Year.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perbandingan sosial terhadap welas diri pada remaja akhir yang menjalani *gap year*. Hipotesis penelitian yaitu terdapat pengaruh perbandingan sosial terhadap welas diri pada remaja akhir yang menjalani *gap year*. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan melibatkan 349 remaja akhir sebagai subjek. Adapun teknik pengambilan sampling dengan *nonprobability sampling* jenis *purposive sampling*.

Karakteristik subjek diantaranya yaitu berusia 18 hingga 20 tahun, sedang menjalani *gap year*, pernah mengikuti tes masuk Perguruan Tinggi, berencana kuliah di tahun 2023, dan berdomisili di Indonesia. Alat ukur yang digunakan meliputi, skala welas diri modifikasi dari Sugianto, Suwartono, dan Sutanto (2020) yang mengacu pada komponen Neff (2003) terdiri dari 25 item memiliki reliabilitas 0,875 dan skala perbandingan sosial yang disusun oleh peneliti dengan mengacu pada dimensi Festinger (1954) terdiri dari 19 item memiliki reliabilitas 0,873. Analisis data menggunakan regresi linier sederhana dengan program IBM SPSS 25.

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai $F = 136,421$, $p = 0,000$ ($p < 0,05$), $R^2 = 0,282$ dan $\beta = -0,531$. Dengan demikian, hipotesis diterima artinya terdapat pengaruh perbandingan sosial terhadap welas diri pada remaja akhir yang menjalani *gap year*. Perbandingan sosial memberi kontribusi terhadap welas diri sebesar 28,2% dan 71,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Nilai *standardized coefficients* (β) yang negatif menunjukkan bahwa perbandingan sosial memiliki korelasi negatif terhadap welas diri, dengan kata lain semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan maka semakin rendah welas diri yang dimiliki, begitu pula sebaliknya.

Kata kunci: Perbandingan sosial, welas diri, remaja akhir, *gap year*

ABSTRACT

Metha Hilmiyana Putri. 190541100089. Psychology Study Program. *The Effect of Social Comparison on Self-Compassion in Late Adolescents Undergoing a Gap Year.*

This study aims to determine the effect of social comparison on self-compassion in late adolescents who are undergoing a gap year. The research hypothesis is that there is an effect of social comparison on self-compassion in late adolescents who are undergoing a gap year. The research method used was quantitative involving 349 late adolescents as subjects. The sampling technique with non-probability sampling of purposive sampling.

Subject characteristics include being aged 18 to 20 years, currently undergoing a gap year, having taken a university entrance test, planning to study in 2023, and domiciled in Indonesia. The measurement tools used include a modified self-compassion scale from Sugianto, Suwartono, and Sutanto (2020) which refers to the Neff component (2003) consisting of 25 items having a reliability of 0,875 and a social comparison scale compiled by researchers with reference to Festinger's dimensions (1954) consisting of 19 items has a reliability of 0,873. Data analysis used simple linear regression with the IBM SPSS 25 program.

The results of the hypothesis test showed that the value of $F = 136,421$, $p = 0.000$ ($p < 0,05$), $R \text{ square} = 0,282$ and $\beta = -0,531$. Thus, the hypothesis is accepted, meaning that there is an effect of social comparison on self-compassion in late adolescents who are undergoing a gap year. Social comparison contributes to self-compassion by 28,2% and the remaining 71,8% is influenced by other factors not examined in this study. A negative value of standardized coefficients (β) indicates that social comparison has a negative correlation with self-compassion, in other words, the higher social comparison is lower self-compassion, and vice versa.

Keywords: Social comparison, self-compassion, late adolescence, gap year