

ABSTRAK

HUBUNGAN PERBANDINGAN SOSIAL DAN KECEMASAN SOSIAL SAAT BERMEDIA SOSIAL PADA DEWASA MUDA AWAL SERTA TINJAUANNYA DALAM ISLAM

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perbandingan sosial dengan kecemasan sosial saat bermedia sosial pada dewasa muda awal di Indonesia, serta meninjaunya dalam perspektif Islam. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional terhadap 345 partisipan menggunakan skala *Iowa-Netherlands Comparison Orientation Scale* (INCOM) untuk mengukur perbandingan sosial di media sosial, dan skala *Social Anxiety Scales for Social Media User* (SAS-SMU) untuk mengukur kecemasan sosial saat bermedia sosial. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara perbandingan sosial dengan seluruh dimensi kecemasan sosial saat bermedia sosial. Dengan demikian, temuan ini menggambarkan bahwa semakin tinggi kecenderungan individu dalam melakukan perbandingan sosial, maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan sosial yang dirasakan saat bermedia sosial. Dalam tinjauan Islam, perbandingan sosial dengan tujuan mendekatkan diri kepada Allah SWT tidak akan menimbulkan kecemasan sosial dikarenakan individu akan berfokus pada penilaian yang Allah SWT berikan terhadap dirinya. Sedangkan perbandingan sosial yang dilakukan dengan tujuan tampil baik di hadapan orang lain maupun berusaha memenuhi standar sosial maka dapat menimbulkan kecemasan sosial pada individu yang melakukannya. Hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat sebagai salah satu sumber wawasan baru bagi para pengguna media sosial, *influencer*, peneliti, maupun pendidik dalam mengembangkan program atau edukasi terkait kesehatan mental di media sosial.

Kata kunci: *Dewasa Muda Awal, Kecemasan Sosial, Perbandingan Sosial, Media Sosial*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL COMPARISON AND SOCIAL ANXIETY WHEN USING SOCIAL MEDIA AMONG EARLY YOUNG ADULTS AND ITS REVIEW IN ISLAM

This study aims to determine the relationship between social comparison and social anxiety when using social media among young adults in Indonesia, and to review it from an Islamic perspective. This study uses a quantitative approach with a correlational design involving 345 participants. It uses the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Scale (INCOM) to measure social comparison on social media and the Social Anxiety Scales for Social Media Users (SAS-SMU) to measure social anxiety when using social media. The results of this study show a significant positive relationship between social comparison and all dimensions of social anxiety when using social media. Thus, these findings illustrate that the higher an individual's tendency to engage in social comparison, the higher the level of social anxiety felt when using social media. In Islamic perspective, social comparison with the aim of getting closer to Allah SWT will not cause social anxiety because individuals will focus on Allah's assessment of themselves. Meanwhile, social comparison carried out with the aim of looking good in front of others or trying to meet social standards can cause social anxiety in individuals who do it. The results of this study can be useful as a new source of insight for social media users, influencers, researchers, and educators in developing programs or education related to mental health on social media.

Keywords: *Young Adults, Social Anxiety, Social Comparison, Social Media*