

PENGARUH SOCIAL COMPARISON TERHADAP KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA FRESH GRADUATE PENGGUNA APLIKASI LINKEDIN

Dhea Nurfitri^a, Lilis Ratnasari^b

^aPsikologi / Psikologi, dheadhea8121@gmail.com, Universitas Gunadarma

^bPsikologi / Psikologi, ratnasari@staff.gunadarma.ac.id, Universitas Gunadarma

ABSTRACT

The LinkedIn application is commonly used by job seekers, including fresh graduates. The use of the LinkedIn application can make some users do social comparisons, so that they feel anxious. This study aims to test the effect of social comparison on anxiety in facing the world of work in fresh graduate students who use the LinkedIn application. The method used is quantitative with a purposive sampling technique, a total of 250 research subjects. The measuring instrument used is an anxiety scale based on aspects of anxiety, while to measure the social comparison variable using the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) scale based on the social comparison dimension. The results of the simple linear regression analysis showed an F value of 31,935 and a significance value of $p = 0.000$ ($p \leq 0.01$) which is very significant. Based on the results of the analysis, the hypothesis is accepted, namely, there is a very significant influence between the influence of social comparison on anxiety in facing the world of work in fresh graduate students who use the LinkedIn application with a contribution of 20.5%.

Keywords: Fresh Graduate, Anxiety, LinkedIn, Influence, Social Comparison.

ABSTRAK

Aplikasi LinkedIn biasa digunakan para pencari kerja tidak terkecuali fresh graduate. Penggunaan aplikasi LinkedIn mampu membuat penggunanya melakukan social comparison sehingga merasakan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh social comparison terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pengguna aplikasi LinkedIn. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling, total subjek penelitian sebanyak 250 responden. Alat ukur yang digunakan yaitu skala kecemasan berdasarkan aspek-aspek kecemasan, sedangkan untuk mengukur variabel social comparison menggunakan skala Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) berdasarkan dimensi social comparison. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan nilai F sebesar 31.935 dan nilai signifikansi $p=0.000$ ($p \leq 0.01$) sangat signifikan. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka hipotesis diterima yaitu, terdapat pengaruh yang sangat signifikan antara pengaruh social comparison terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pengguna aplikasi LinkedIn dengan besaran kontribusi sebesar 20,5%.

Kata Kunci: Fresh Graduate, Kecemasan, LinkedIn, Pengaruh, Social Comparison.

1. PENDAHULUAN

Salah satu sosial media yang sering digunakan oleh para fresh graduate adalah LinkedIn. Tercatat pengguna sosial media LinkedIn di Indonesia berdasarkan data Napoleon Cat, terdapat 24,9 juta per Juli 2023 dengan berusia 18-24 tahun. Sekitar 6,6 juta pengguna atau setara 26,5% dari total nasional. 2,2 juta pengguna LinkedIn berasal dari kelompok usia 35-54 tahun, angka ini setara dengan 8,8% dari total pengguna LinkedIn di Indonesia. Sisanya, berasal dari kelompok usia 55 tahun ke atas yang hanya sekitar 149 ribu pengguna atau berkontribusi 0,6% (Muhamad, 2023). Data terbaru mencatat terjadi penambahan pengguna aplikasi LinkedIn menjadi 28,06 juta pada Februari 2024 Napoleon Cat (dalam Rizaty, 2024). Fresh graduate merasa ragu terhadap kemampuannya karena dirasa masih kurang. Pekerjaan yang semakin

sedikit dan sulit juga menjadi alasan yang membuat fresh graduate merasa cemas (Zwagery, 2020). Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan jumlah pengangguran terbuka di Indonesia mencapai 7,86 juta orang per Agustus 2023 (Annur, 2023).

Ketika individu mendapati diri mereka berada dalam situasi kompetitif, terlepas dari apakah mereka memilih untuk menempatkan diri mereka dalam situasi tersebut atau tidak maka social comparison sering kali terjadi (Suls, Wheeler, & Collins, 2019). Helgeson dan Mickelson (dalam Friedman, 2014) social comparison dapat memiliki beberapa motif berbeda, termasuk evaluasi diri, peningkatan diri, dan menemukan ikatan bersama. Hasil penelitian dari Güler, Gül, Yıldırım (2024) menunjukkan bahwa social comparison secara signifikan memprediksi ketahanan, kepuasan hidup, gejala depresi, dan kecemasan. Wood (dalam Hegtvedt dan Johnson, 2017) social comparison didefinisikan sebagai proses memikirkan informasi tentang satu atau lebih orang lain dalam hubungannya dengan diri sendiri. Crocker dan Major (dalam Guimond, 2006) upward comparison bisa menginspirasi atau melemahkan semangat, sedangkan downward comparison bisa membuat merasa lebih unggul atau membuat tertekan. Penelitian dari Pang (2021) menyatakan bahwa upward comparison terbukti membuat seseorang merasakan suasana hati tertekan dan rasa takut tertinggal dengan orang lain. Penelitian dari Suen (2023) menyatakan bahwa dukungan resmi dari keluarga dan teman dengan menggunakan mekanisme psikologis downward comparison bertujuan untuk mempertahankan sikap positif. Social comparison erat kaitannya dengan sosial media.

Penelitian dari McComb dan Mills (2022) menunjukkan bahwa social comparison pada sosial media Instagram berpengaruh terhadap tingkat kepuasan seseorang khususnya pada wanita. Penelitian dari Marin dan Nilä (2021) menunjukkan bahwa jaringan media sosial LinkedIn adalah alat yang berguna untuk mengembangkan social branding. 46 juta mahasiswa yang menggunakan LinkedIn untuk tujuan karier, melihat postingan orang lain dan bersemangat untuk mendapatkan posisi yang diinginkan (Sitarz, 2023). Akibatnya membuat terjadinya social comparison antara diri sendiri dengan pengguna LinkedIn yang lain. Generasi Z khususnya, mereka mengalami kecemasan jika melihat pencapaian orang lain di aplikasi LinkedIn (Iyer, 2021).

Penelitian dari Kampmann, Isabel, Meyer, dan Morina (2020) menunjukkan bahwa social comparison berpengaruh pada kecemasan. Penelitian dari Jabłońska dan Zajdel (2020) penggunaan Instagram yang luas juga dikaitkan dengan social comparison positif. Perbandingan positif berimplikasi pada rendahnya depresi dan kecemasan serta tingginya harga diri, kepuasan hidup, dan intensitas penggunaan Instagram. Penelitian dari Hong, Tai, Hwang, dan Lin (2022) menunjukkan hasil bahwa social comparison yaitu upward comparison dapat memberikan pengaruh dalam menghilangkan kecemasan khususnya pada kognitif pada siswa.

Berdasarkan uraian di atas penelitian-penelitian sebelumnya membahas mengenai social comparison pada Instagram dan pencapaian hidup. Semakin tinggi melakukan social comparison maka dapat berpengaruh pada kecemasan seseorang. Pada penelitian ini diharapkan mahasiswa fresh graduate dapat berpikir positif, memiliki rasa percaya diri, self esteem dan self efficacy yang tinggi, sehingga para fresh graduate tidak perlu merasa cemas dalam mencari pekerjaan. LinkedIn menjadi aplikasi yang sering digunakan oleh para fresh graduate dalam membangun networking profesional, namun tidak selamanya LinkedIn selalu berdampak positif. Para fresh graduate yang menggunakan LinkedIn dapat mengalami kecemasan berlebih akibat dari social comparison antar pengguna LinkedIn lainnya. Peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar pengaruh social comparison terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pengguna aplikasi LinkedIn.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan dengan menggunakan data berupa angka sebagai alat untuk menganalisis keterangan tentang apa yang ingin diketahui (Kasiram, 2008). Terdapat dua skala yang digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian ini, yaitu skala Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) untuk mengukur variabel social comparison dan skala kecemasan. Penilaian yang digunakan berbentuk model skala likert terdiri dari empat pilihan jawaban yaitu (SS) sangat sesuai, (S) sesuai, (TS) tidak sesuai, dan (STS) sangat tidak sesuai. Nilai reliabilitas aitem pada variabel kecemasan dari Putri (2020) sebesar 0,912, sedangkan pada variabel social comparison setelah dimodifikasi oleh Amelia (2019) memiliki nilai reliabilitas item sebesar 0,821.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode non-probability sampling, yaitu purposive sampling. Pada penelitian ini karakteristik populasi adalah mahasiswa fresh graduate yang lulus dalam kurun waktu 6 bulan. Tingkat pendidikan D3/S1. Pengguna aplikasi LinkedIn dan belum bekerja.

Teknik analisis data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan model regresi linear untuk mengukur pengaruh social comparison terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pengguna aplikasi LinkedIn. Analisis data penelitian dilakukan dengan bantuan software Statistical Package for the Social Science (SPSS) for Windows version 27.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil Deskripsi Responden

Tabel 1. Deskripsi Responden Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Σ | % | Social Comparison | | Kecemasan | |
|---------------|------------|-------------|-------------------|----------|-------------|----------|
| | | | \bar{X}_E | Kategori | \bar{X}_E | Kategori |
| Laki-laki | 75 | 30% | 21.84 | Sedang | 49.14 | Sedang |
| Perempuan | 175 | 70% | 23.92 | Sedang | 55.92 | Sedang |
| Total | 250 | 100% | - | - | - | - |

Berdasarkan hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa social comparison pada jenis kelamin laki- laki dan perempuan berada dalam kategori sedang. Adapun kecemasan pada responden dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan juga berada pada kategori sedang.

Tabel 2. Deskripsi Responden Berdasarkan Karakteristik Strata Pendidikan Terakhir

| Pendidikan | Σ | % | Social Comparison | | Kecemasan | |
|--------------|------------|-------------|-------------------|----------|-------------|----------|
| | | | \bar{X}_E | Kategori | \bar{X}_E | Kategori |
| D3 | 34 | 13.6% | 22.91 | Sedang | 51.64 | Sedang |
| S1 | 216 | 86.4% | 23.35 | Sedang | 54.24 | Sedang |
| Total | 250 | 100% | - | - | - | - |

Berdasarkan hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa social comparison pada responden Pendidikan terakhir D3 dan S1 berada dalam kategori sedang. Adapun kecemasan pada responden dengan pendidikan terakhir D3 dan S1 juga berada pada kategori sedang.

Tabel 3. Deskripsi Responden Berdasarkan Kegiatan Sebelum Lulus Kuliah

| Kegiatan | Σ | % | Social Comparison | | Kecemasan | |
|---------------------|------------|-------------|-------------------|----------|-------------|----------|
| | | | \bar{X}_E | Kategori | \bar{X}_E | Kategori |
| Sudah Pernah Magang | 170 | 68% | 23.14 | Sedang | 53.5 | Sedang |
| Belum Pernah Magang | 80 | 32% | 23.61 | Sedang | 54.5 | Sedang |
| Total | 250 | 100% | - | - | - | - |

Berdasarkan hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa social comparison pada responden kegiatan sebelum lulus kuliah sudah pernah magang dan sebelum lulus kuliah belum pernah magang berada dalam kategori sedang. Adapun kecemasan pada responden dengan kegiatan sebelum lulus kuliah sudah pernah magang dan sebelum lulus kuliah belum pernah magang juga berada pada kategori sedang.

Tabel 4. Deskripsi Responden Berdasarkan Karakteristik Jeda Setelah Lulus

| Jeda Setelah Lulus | Σ | % | Social Comparison | | Kecemasan | |
|--------------------|------------|-------------|-------------------|----------|-------------|----------|
| | | | \bar{X}_E | Kategori | \bar{X}_E | Kategori |
| 6 Bulan | 34 | 13.6% | 23.05 | Sedang | 54.52 | Sedang |
| 5 Bulan | 17 | 6.8% | 23 | Sedang | 55.35 | Sedang |
| 4 Bulan | 27 | 10.8% | 24.03 | Tinggi | 52.11 | Sedang |
| 3 Bulan | 33 | 13.2% | 22.87 | Sedang | 51.54 | Sedang |
| 2 Bulan | 55 | 22% | 23.27 | Sedang | 53.23 | Sedang |
| 1 Bulan | 84 | 33.6% | 23.39 | Sedang | 55.25 | Sedang |
| Jeda Setelah Lulus | Σ | % | Social Comparison | | Kecemasan | |
| Total | 250 | 100% | - | - | - | - |

Berdasarkan hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa social comparison pada responden yang jeda setelah lulus 5 sampai 6 bulan pada tahun 2024 berada dalam kategori sedang, sedangkan pada responden dengan jeda setelah lulus 4 bulan berada pada kategori tinggi. Responden 1 sampai 3 bulan jeda setelah lulus ditahun 2024 berada pada kategori sedang. Adapun kecemasan pada responden yang lulus dengan jeda setelah lulus dari 1 sampai 6 bulan berada pada kategori sedang.

Tabel 5. Deskripsi Responden Berdasarkan Karakteristik Usia

| Usia | Σ | % | Social Comparison | | Kecemasan | |
|-------|----------|-------|-------------------|---------------|-------------|----------|
| | | | \bar{X}_E | Kategori | \bar{X}_E | Kategori |
| 20-22 | 153 | 61.2% | 23.57 | Sedang | 54.53 | Sedang |
| 23-25 | 96 | 38.4% | 22.77 | Sedang | 52.83 | Sedang |
| >25 | 1 | 0.4% | 31 | Sangat Tinggi | 56 | Sedang |
| Total | 250 | 100% | - | - | - | - |

Berdasarkan hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa social comparison pada responden yang berusia 20-22 tahun berada dalam kategori sedang, responden dengan usia 23 tahun sampai dengan 25 tahun berada dalam kategori sedang, dan pada responden usia 25 tahun keatas berkategori sangat tinggi. Adapun kecemasan pada responden berusia 20-22 tahun, 23-25 tahun dan sampai dengan 25 tahun keatas berada pada kategori sedang.

Pada skala kecemasan diperoleh nilai reliabilitas 0.868 dan skala social comparison nilai reliabilitas

0.837. Hasil ini menunjukkan bahwa skala kecemasan merupakan skala yang reliabel karena nilai koefisien cronbach's alpha melebihi nilai ≥ 0.70 .

Uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji Kolmogorov-smirnov untuk mengetahui data tiap variabel terdistribusi normal atau tidak. Dari hasil uji tersebut didapatkan skala social comparison dan skala kecemasan tidak terdistribusi normal dengan nilai signifikansi ≤ 0.05 . Skala kecemasan memiliki nilai signifikansi $p=0.000$ ($p < 0.01$) dan skala social comparison memiliki nilai signifikansi $p=0.000$ ($p < 0.01$).

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui variabel yang digunakan memiliki korelasi yang linear atau tidak. Suatu data dapat dikatakan linear apabila $p < 0.01$, uji linearitas pada penelitian memiliki nilai signifikansi $p=0.000$ ($p < 0.01$) yang berarti data bersifat linear.

Hasil uji hipotesis dapat diketahui dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.01$) dan nilai F sebesar 31.935. Hipotesis pada penelitian ini diterima dengan terdapat pengaruh yang sangat signifikan antara variabel social comparison terhadap variabel kecemasan. Pada variabel social comparison terhadap kecemasan memiliki nilai korelasi (R) sebesar 0.453, sedangkan nilai koefisien determinasi (R²) kedua variabel sebesar 0.205 sehingga dapat dikatakan social comparison memberikan kontribusi sebesar 20.5% terhadap kecemasan pada mahasiswa fresh graduate pengguna aplikasi LinkedIn yang belum bekerja dalam kurun waktu 6 bulan.

Berikut nilai mean empirik, mean hipotetik, standar deviasi hipotetik, nilai maksimal dan nilai minimal dapat dilihat pada table dibawah ini:

Tabel 6. Kategorisasi Kecemasan dan Social Comparison Responden Penelitian

| Skala | Mean Empirik \bar{X}_E | Mean Hipotetik \bar{X}_H | Standar Deviasi Hipotetik | Kategorisasi |
|-------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------|--------------|
| Kecemasan | 53.88 | 50 | 10 | Sedang |
| Social Comparison | 23.29 | 20 | 4 | Sedang |

Berdasarkan hasil dari kedua variabel dapat disimpulkan bahwa social comparison dan kecemasan pada mahasiswa fresh graduate pengguna aplikasi LinkedIn yang belum bekerja dalam kategori sedang.

Pada kecemasan dengan kategori sedang tingkatan ini memungkinkan individu untuk memusatkan pada hal penting dan mengesampingkan yang lain, individu mengalami perhatian yang selektif, sehingga individu mampu dan dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah Stuart dan Laraia (dalam Hardiyati, 2020). Kecemasan sedang dalam penelitian ini masih bermakna positif yang berarti ada kecenderungan responden yang masih mampu untuk melakukan kontrol dan perhatian yang selektif khususnya tentang seleksi di dunia kerja. Responden masih memiliki daya juang dalam situasi yang kompetitif sebagai seorang fresh graduate.

Pada social comparison berada pada kategori sedang yang berarti responden ada kecenderungan melakukan social comparison namun intensitas tidak tinggi sehingga, masih bisa mengontrol perilaku social comparison. Responden dengan intensitas tersebut masih bisa berpikir logis terkait pencapaian yang didapat orang lain dan orang tersebut berhak mendapatkannya. Social comparison pada tingkatan sedang dapat membuat responden termotivasi untuk meningkatkan kemampuan baik soft skill dan hard skill setelah lulus dari perkuliahan. Responden masih mampu berpikir kritis dalam mengevaluasi opinion dan ability orang lain di dalam postingan dan profil LinkedIn. Responden masih mampu memilih apakah hal tersebut dapat dijadikan motivasi ataupun tidak untuk meningkatkan kemampuan dalam diri.

Sejalan dengan peneliti sebelumnya menunjukkan bahwa social comparison berpengaruh pada kecemasan (Kampmann dkk, 2020). Mahasiswa fresh graduate mengalami kecemasan sedang akibat sulitnya mendapat pekerjaan, meskipun mahasiswa tersebut dalam mencari pekerjaan dibantu dengan penggunaan aplikasi LinkedIn, namun hal tersebut tetap tidak membuat mahasiswa tersebut merasa tenang dan cenderung merasakan kecemasan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh social comparison terhadap kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pengguna aplikasi LinkedIn. Dalam penelitian ini social comparison memiliki kontribusi sebesar 20.5% terhadap kecemasan. Berdasarkan hasil kategorisasi dalam penelitian ini dihasilkan nilai social comparison dan kecemasan berada dalam kategori sedang.

Pada tingkat kecemasan sedang ini masih berdampak positif yang artinya subjek tetap memiliki daya juang yang tinggi dalam mendapatkan pekerjaan setelah lulus dari perguruan tinggi dan masih berfikir realistis terhadap pencapaian yang diraih oleh orang lain. Maka dari itu peneliti menyarankan agar subjek mengurangi social comparison dengan cara menumbuhkan rasa percaya diri dan mengurangi rasa insecurity. Diharapkan dengan cara tersebut social comparison dan tingkat kecemasan menjadi menurun.

Kecemasan terjadi akibat sulitnya mendapatkan pekerjaan karena jumlah lowongan kerja yang sedikit sehingga tidak seimbang dengan jumlah lulusan perguruan tinggi. Adanya batasan usia kerja di usia 25-30 tahun membuat para fresh graduate yang lulus tidak tepat waktu ataupun gap year tidak mendapatkan hak yang sama. Peneliti berharap ada penghapusan syarat usia kerja yaitu maksimal 25 tahun, karena para fresh graduate berhak mendapatkan kesempatan yang sama.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti dengan tema yang serupa disarankan untuk meneliti variabel lain yang mempengaruhi social comparison seperti kecemasan sosial ataupun kecemasan pada karir dan memperluas pembahasan yang belum dijabarkan dalam penelitian ini. Diharapkan peneliti selanjutnya mampu menambahkan pertanyaan terkait intensitas penggunaan LinkedIn agar informasi dalam penelitian menjadi lebih lengkap.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Annur, C. M. “Pengangguran RI turun jadi 7,86 juta orang per agustus”. Internet: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/11/07/pengangguran-ri-turun-jadi-786-juta-orang-per-agustus-2023>, Nov. 07, 2023 [Apr. 02, 2024].
- [2] Ariyan, F. A., Sulistiani, Wiwik., & Syanti, W.A. “Dukungan sosial orang tua, efikasi diri, kecemasan dalam mencari kerja di era covid-19 pada fresh graduate universitas x”. *Jurnal Psikologi Poseidon*, Volume [5], 2022, Pages 54-68, <https://journal-psikologi.hangtuah.ac.id/>.
- [3] Friedman, Howard. S. *The oxford handbook of health psychology*. OUP: USA, 2014, pp. 269.
- [4] Guimond, Serge. *Social comparison and social psychology understanding cognition, intergroup relations, and culture*. Cambridge University Press: New York, 2006, pp. 146.
- [5] Güler, Abdurrahim., Gül, Songül., & Yıldırım, Murat. “Social comparison, resilience, life satisfaction, depression, and anxiety among earthquake survivors in Turkey”. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, Vol [105], Apr 2024, Pages 1-9, <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2024.104426>.
- [6] Hanim, L. M., & Ahlas, Sa’adatul. “Orientasi masa depan dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa”. *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol [11], Apr 2020, Pages 41-48, <http://doi.org/10.29080/jpp.v11i1.362>.
- [7] Hardiyati. *Kecemasan saat pandemi Covid-19*. Jariah Publishing Intermedia: Gowa, 2020, pp. 11-12.
- [8] Hegtvedt, Karen. A., Johnson, Cathryn. *Social psychology individuals, interaction, and inequality*. SAGE Publications: California, 2017.
- [9] Hong, Jon-Chao., Tai, Kai-Hsin., Hwang, Ming-Yueh., & Lin, Chia-Yin. “Social comparison effects on students’ cognitive anxiety, self-confidence, and performance in chinese composition writing”. *Front. Psychol*, Vol [13], Nov 2022, 10.3389/fpsyg.2022.1060421.
- [10] Iyer, Mrinalini. (2021). “I’m quitting linkedin (and you should too)”. Internet: <https://www.michigandaily.com/opinion/columns/im-quitting-linkedin-and-you-should-too/>, Sep, 2021 [Feb. 02, 2024].
- [11] Jabłońska, MR, Zajdel, R. “Artificial neural networks for predicting social comparison effects among female Instagram users”. *PLoS ONE*, 15[2], Feb 2020, Pages 1-18, <https://doi.org/10.1371/journal>.
- [12] Kampmann, Isabel, L., Meyer, Thomas., & Morina, Nexhmedin. “Social comparison modulates coping with fear in virtual environments”. *Journal of Anxiety Disorders*, Vol [72], Feb 2020, <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102226>.
- [13] Kasiram, Mohammad. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif*. UIN Malang: Malang, 2008, pp. 232.
- [14] Marin, Diana., & Nila, Constantin. “Branding in social media. using linkedin in personal brand communication: a study on communications/marketing and recruitment/human resources specialists perception”. *Social Sciences & Humanities Open*, Vol 4[1], Jun 2021, 10.1016/j.ssaho.2021.100174.
- [15] McComb, Sarah E. & Mills, Jennifer S. “The effect of physical appearance perfectionism and social comparison to thin-, slim-thick-, and fit-ideal Instagram imagery on young women's body image”. *Body Image*, Vol 40, Mar 2022, Pages 165-175, <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.12.003>.
- [16] Muhamad, Nabila. “Ada 24,9 juta pengguna linkedin di indonesia, milenial mendominasi”. Internet: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/09/22/ada-249-juta-pengguna-linkedin-di-indonesia-milenial-mendominasi>, Sep 2023 [Feb. 02. 2024].
- [17] Pang, Hua. “Unraveling the influence of passive and active wechat interactions on upward social comparison and negative psychological consequences among university students”. *Telematics and Informatics*, Oct 2021, Pages 1-11.
- [18] Rif’a, A. M., Ummah, E. M., dan Rosyid, M. “Upaya menurunkan kecemasan menjadi pengangguran melalui strategi konseling”. *At-Taujih: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. Vol [1], Jun 2023, Pages 79-87, <https://jurnal.iainwpancor.ac.id/index.php/taujih>.
- [19] Rizaty, Monavia Ayu. “Data jumlah pengguna linkedin di indonesia hingga februari 2024”. Internet: <https://dataindonesia.id/internet/detail/data-jumlah-pengguna-linkedin-di-indonesia-hingga-februari-2024>, Mar 2024 [Feb. 02. 2024].
- [20] Sitarz, Kate. “How to use linkedin effectively as a college student”. Internet: <https://shorelight.com/student-stories/how-to-use-linkedin-effectively-as-a-college-student/>, 2023 [Feb. 02. 2024].

- [21] Suen, Yiu Tung. “A qualitative study of older people living with HIV hong kong: resilience through downward comparison amidst limited social support”. *Journal of Aging Studies*, Mar 2023, Vol (64), <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2022.101079>.
- [22] Suls, Jerry M., Wheeler, Ladd., Collins, Rebecca. L. “Social comparison, judgment, and behavior”. Oxford University Press: New York, 2019, pp. 107.
- [23] Zwagery, Rika Vira. “Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa fresh graduate pada masa pandemi Covid 19”. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)*, (Temilnas XII), 2020, Pages 10–14, <https://ojs.unm.ac.id/Temilnas/article/view/20010/11520>.