

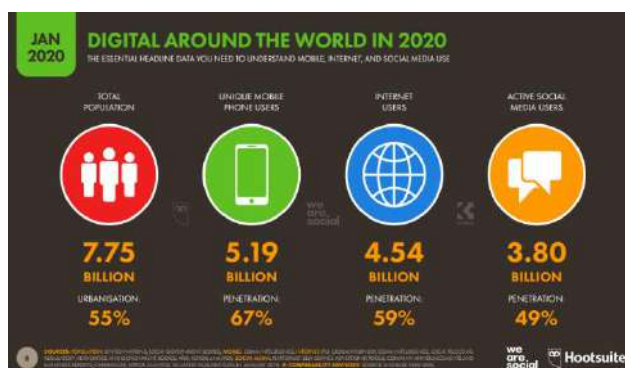
BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Kemajuan teknologi dan informasi saat ini berkembang dengan pesat yang memudahkan semua orang untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan melalui dunia digital. Sehingga dengan teknologi yang mudah dan canggih saat ini semua orang dapat mengakses internet dimanapun berada dan kapanpun waktunya. Selain itu internet juga menyediakan berbagai fasilitas sebagai sarana edukasi terhadap pengetahuan semua orang. Kemudahan dan fasilitas yang ditawarkan internet berupa aplikasi-aplikasi media sosial seperti *instagram*, *facebook*, *twitter*, *youtube*, dll menjadikan semua orang mudah untuk mengakses informasi yang dibutuhkan. Hal ini menyebabkan internet menjadi salah satu kebutuhan semua orang di dunia pada era modern saat ini baik oleh usia dewasa maupun anak-anak.

Hal tersebut bisa dilihat dari data survey yang dilakukan *We are Social and Hootsuite* pada tahun 2020, pengguna internet di seluruh dunia mencapai 4,5 miliar orang. (TEKNOIA, 2020)



Gambar 1.1 Pengguna internet di seluruh dunia tahun 2020

Kemudahan-kemudahan yang beraneka ragam tersebut saat ini tidak hanya dapat di akses melalui komputer atau laptop tetapi dapat di akses melalui *smartphone* yang dimiliki setiap orang. Dengan berkembangnya teknologi tersebut menyebabkan seseorang tidak dapat terlepas dari berbagai aplikasi yang sudah diberikan. Berikut *survey* pengguna internet yang dilakukan oleh APJII pada tahun 2018 di Indonesia:



Gambar 1.2 Pengguna internet di Indonesia tahun 2018

Menurut *survey* (APJII, 2017), pengguna internet di Indonesia telah mencapai 171,17 juta jiwa dengan penetrasi sebesar 64,8% dari total populasi. Hal ini pengguna internet mengalami kenaikan dari tahun 2017 dengan total pengguna sebanyak 143,26 juta jiwa dengan penetrasi sebesar 54,68%. Kemudian *survey* berdasarkan umur pada peringkat pertama ditempati pengguna dengan rentang umur 15 - 19 tahun yaitu sebesar 91%. Posisi kedua ditempati pada rentang umur 20 - 24 tahun yaitu sebesar 88,5%. Mahasiswa menempati peringkat 5 besar yaitu dengan prosentase 92,1%. *Survey* APJII (2018) juga mempunyai alasan pengguna internet di Indonesia. Pertama menggunakan internet untuk komunikasi lewat pesan

sebesar 16,4%, lalu yang kedua untuk mengakses sosial media dengan prosentase sebesar 19,1%.

Penggunaan internet tidak dapat dilepaskan pada era modern saat ini. Dari usia anak-anak, dewasa, bahkan orang tua juga bisa menggunakannya. Akses yang mudah serta didukung dengan terjangkaunya dalam membeli *smartphone* kini mempermudah semua orang dalam penggunaan media sosial. Media sosial tidak hanya menyajikan hal yang positif namun dampak negatif bila digunakan secara berlebih. Terutama pada kalangan pelajar saat ini yang paling banyak menggunakan media sosial, dimana mereka akan melakukan prokrastinasi, mengalami distraksi dalam belajar, tidak produktif, dan menyebabkan turunnya performa akademik (Wang, 2011).

Media sosial sendiri menurut (Kaplan, 2010), mendefinisikan media sosial sebagai sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun diatas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0, dan memungkinkan penciptaan dan pertukaran user-generated content. Menurut (Kaplan, 2010), ada enam jenis media sosial: proyek kolaborasi (misalnya, wikipedia), blog dan *microblogs* (misalnya, *twitter*), komunitas konten (misalnya, *youtube*), situs jaringan sosial (misalnya *facebook*, *instagram*), virtual game (misalnya *world of warcraft*), dan virtual social (misalnya, *second life*). Sehingga media sosial bisa diartikan sebagai sebuah media online, dengan para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi dan menciptakan isi meliputi blog, wiki, forum dan dunia *virtual*. Blog dan Wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia.

Seiring meningkatnya jumlah pengguna internet dalam mengakses sosial media menyebabkan individu tidak dapat lepas dari *smarphonenya*. Intensitas penggunaan internet yang tinggi akan menimbulkan berbagai dampak yang terjadi, baik pada diri kita sendiri, lingkungan sosial ataupun keluarga. Intensitas penggunaan media sosial menurut (Salehan, 2013), mendefinisikan sebagai seberapa besar frekuensi dari penggunaan dan waktu yang dihabiskan dalam menggunakan layanan media sosial dan ikatan emosional yang dimiliki pengguna terhadap media sosial yang digunakan.

Penelitian terbaru yang dilakukan perusahaan *We Are Social*, menunjukkan data total pengguna aktif Instagram bulanan di Indonesia mencapai 53 juta jiwa dan didominasi oleh individu berusia 18-24 tahun yang berstatus mahasiswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2019), kepada mahasiswa-mahasiswa pengguna media sosial Instagram di Unisba melalui pembagian kuesioner secara online, didapatkan data Sebanyak 45 atau 84,90% mahasiswa melihat fitur instastory sebagai aktivitas yang paling sering dilakukan ketika mengakses media sosial Instagram untuk melihat aktivitas dari orang lain yang diposting pada fitur instastory. Sebanyak 21 atau 32,07% mahasiswa mengakses media sosial Instagram saat kegiatan perkuliahan berlangsung karena ingin mengetahui aktivitas teman atau hal-hal yang terjadi di sosial media Instagram. 36 atau 67,92% mahasiswa mencari tau hal-hal atau kejadian viral yang diperbincangkan oleh temannya di sosial media Instagram, 38 atau 76% mahasiswa merasa terlalu lama mencari tahu apa yang sedang terjadi dengan teman didunia

maya, dan 31 atau 62% mahasiswa merasa penting untuk memposting kegiatan diri yang menurutnya berharga ke dunia maya.

Menurut (Parker, 2003)& Solis (2008) mengatakan bahwa media sosial adalah sarana untuk berinteraksi orang-orang satu sama lain dengan cara menciptakan, berbagi, serta bertukar informasi dan gagasan melalui kata-kata, gambar, dan video dalam sebuah jaringan dan komunitas virtual. Berdasarkan hasil penelitian dari (Wild J., 2008), menjelaskan bahwa ada banyak alasan seseorang menggunakan media sosial yaitu untuk berkenalan, untuk mengeksplor hal-hal yang diminati, menggunakan media sosial karena kerabat dan temannya juga menggunakan, menghabiskan waktu luang dan untuk terus tersambung dengan orang lain itu semua merupakan alasan mendasar menggunakan media sosial. Keinginan untuk terus tersambung dengan orang lain yang dinamakan dengan fenomena *Fear of Missing Out (FoMO)*. *Fear of Missing Out (FoMO)* menurut (Przybylski, 2013), mendefinisikan sebagai kecemasan akan kehilangan momen berharga suatu individu atau kelompok lain di mana individu tersebut tidak dapat hadir didalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. *Fear of Missing Out (FoMO)* mempunyai aspek-aspek menurut (Przybylski, 2013), yaitu Individu bisa dikatakan mengalami *Fear of Missing Out (FoMO)* terlihat dari perilaku tertentu yang muncul. Aspek-aspek *Fear of Missing Out (FoMO)* menurut (Przybylski, 2013), antara lain yaitu : 1. Kompetensi (*Competence*) Kompetensi merupakan kapasitas individu untuk bertindak secara efektif di kehidupan sehari-hari, mengacu pada kebutuhan untuk merasa mampu dan dapat melaksanakan tugas

di berbagai tingkat kesulitan secara efektif. 2. Otonomi (*Autonomy*) Otonomi merupakan kapasitas individu untuk memunculkan inisiatif pribadi, mengacu pada kebutuhan individu menentukan keputusan atau tindakannya sendiri tanpa pengaruh dari luar. 3. Kebutuhan psikologis akan *relatedness* yang tidak terpenuhi. *Relatedness* diartikan sebagai suatu kedekatan kepada orang lain untuk merasakan kenyamanan dalam kebersamaan. Kondisi *relatedness* ini memiliki perasaan yang kuat antar individu memiliki tali persaudaraan yang kuat sehingga membuat orang ingin memiliki kesempatan lebih dalam bersosialnya. Apabila kondisi *relatedness* tidak terpenuhi maka akan timbul rasa cemas dan mencari tau informasi dari individu yang melebihi dirinya akan suatu hal, sehingga membuat individu tersebut harus terhubung dengan dunia maya.

Penelitian yang dikemukakan oleh (Abel, 2016), menyatakan *Fear of Missing Out* merupakan gabungan dari perasan terganggu, cemas, dan perasaan kekurangan akan dirinya sendiri yang kedepannya akan semakin meningkatkan penggunaan media sosial. Penelitian yang dikemukakan oleh Miller (2012, dalam (Abel, 2016), seseorang yang secara konstan mengikuti atau melihat *update* dari kehidupan orang lain di media sosial seperti (pesta, makan malam mewah, karir cemerlang, dll.) akan merasa tertinggal ketika orang tersebut membandingkan kehidupannya dengan orang lain yang ia lihat melalui media sosial, dan hal ini kemudian akan menimbulkan munculnya rasa ketidakpuasan akan diri, kecemasan, dan perasaan tidak berharga.

Menurut pendapat dari (Al-Menayes, 2016), menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat *Fear of Missing Out* seseorang maka akan semakin tinggi ketertarikan

mereka dalam menggunakan media sosial. Sehingga dapat disimpulkan fenomena *Fear of Missing Out* memiliki hubungan dengan intensitas penggunaan media sosial dan hubungan tersebut dapat dikatakan berjenis timbal balik, dimana level *Fear of Missing Out* seseorang dapat mengindikasikan tingginya intensitas penggunaan media sosial seseorang, serta level intensitas penggunaan media sosial seseorang dapat meningkatkan level *Fear of Missing Out* mereka. Pernyataan ini juga sesuai dari (Fuster, 2017), yang menyatakan bahwa seseorang yang memiliki level *Fear of Missing Out* yang tinggi akan mempunyai keinginan untuk tersambung melalui media sosial, namun penggunaan media sosial yang tinggi akan membuat pemicu dalam meningkatkan level *Fear of Missing Out* yang dimiliki, karena meningkatnya tingkat *awareness* seseorang disebabkan oleh banyaknya kemungkinan untuk berinteraksi melalui penggunaan media sosial.

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan bulan Februari 2020 kepada beberapa mahasiswa & mahasiswi aktif di Program Studi Psikologi Universitas Negeri Surabaya (Unesa) sebelum masa pandemi *Covid-19* masuk ke Indonesia, terlihat bahwa setiap mahasiswa lebih sering membuka *smartphone*-nya minimal 2 jam dalam sehari bahkan lebih untuk mengakses media sosial pada saat sendiri ataupun sedang berkumpul dengan teman-teman. Mahasiswa membuka media sosial karena kebutuhan akan informasi yang dianggap menunjang pengetahuan dan gaya hidup mahasiswa saat ini terkait kabar terbaru diluar sana. Sehingga mahasiswa tidak ingin ketinggalan akan informasi terbaru terhadap orang yang dikenalnya. Hasil wawancara akhir secara *online* kepada beberapa mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Negeri Surabaya (Unesa) ketika pandemi covid-19 ini

berlangsung menjabarkan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* lebih tinggi lagi dimana setiap mahasiswa lebih sering lagi membuka *smartphone*-nya untuk melaksanakan kuliah secara online selain menggunakan laptop. Selain itu juga untuk mengakses sosial media seperti *whatsapp* untuk melihat perkembangan grup teman kuliah, dimana tugas-tugas kuliah kadang kala diberikan melalui grup *whatsapp*. Selain itu mereka tertarik dengan sosial media untuk mengetahui aktifitas dari teman-teman mereka, juga untuk memposting foto-foto kegiatan mereka sendiri di sosial media.

Berdasarkan permasalahan yang sudah dijelaskan diatas peneliti tertarik untuk membuat penelitian mengenai hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya (Unesa).

1.2. Identifikasi Masalah

Penggunaan media sosial apabila digunakan secara intens maka akan menyebabkan dampak-dampak negatif khususnya bagi pelajar, dimana mereka akan melakukan prokrastinasi, mengalami distraksi dalam belajar, tidak produktif, dan menyebabkan turunnya performa akademik (Wang, 2011). Alasan seseorang menggunakan media sosial adalah karena mereka membutuhkan komunikasi sosial untuk tersambung dengan orang lain (Wild J., 2008)

Hasil penelitian terkini yang di lakukan oleh organisasi *Royal Society for Public Health* (dikutip dari RSPH.org.uk) pada hampir 1500 individu dengan rentang usia remaja dan dewasa awal di Inggris, di dapatkan hasil bahwa mereka yang menggunakan media sosial Instagram mengalami kecemasan, depresi,

bullying, dan *Fear of Missing Out* (FoMO). (Przybylski, 2013) mengatakan bahwa mahasiswa yang mengalami FoMO dengan level tinggi cenderung akan mudah teralihkan dalam kegiatan perkuliahan, dan mudah tergoda untuk saling berkirim pesan atau mengakses media sosial ketika berkendara. FoMO menurut (Przybylski, 2013), mendefinisikan sebagai kecemasan akan kehilangan momen berharga suatu individu atau kelompok lain di mana individu tersebut tidak dapat hadir didalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. FoMO mempunyai aspek-aspek menurut (Przybylski, 2013), yaitu

1. Kompetensi (*Competence*) Kompetensi merupakan kapasitas individu untuk bertindak secara efektif di kehidupan sehari-hari, mengacu pada kebutuhan untuk merasa mampu dan dapat melaksanakan tugas di berbagai tingkat kesulitan secara efektif.
2. Otonomi (*Autonomy*) Otonomi merupakan kapasitas individu untuk memunculkan inisiatif pribadi, mengacu pada kebutuhan individu menentukan keputusan atau tindakannya sendiri tanpa pengaruh dari luar.
3. Kebutuhan psikologis akan *relatedness* yang tidak terpenuhi. *Relatedness* diartikan sebagai suatu kedekatan kepada orang lain untuk merasakan kenyamanan dalam kebersamaan. Kondisi *relatedness* ini memiliki perasaan yang kuat antar individu memiliki tali persaudaraan yang kuat sehingga membuat orang ingin memiliki kesempatan lebih dalam bersosialnya. Apabila kondisi *relatedness* tidak terpenuhi maka akan timbul rasa cemas dan mencari tau informasi dari individu yang melebihi dirinya akan suatu hal, sehingga membuat individu tersebut harus terhubung dengan dunia maya.

Penelitian yang dikemukakan oleh Wortham 2011, dalam (Abel, 2016), menyatakan *Fear of Missing Out* merupakan gabungan dari perasaan terganggu, cemas, dan perasaan kekurangan akan dirinya sendiri yang kedepannya akan semakin meningkatkan penggunaan media sosial. Penelitian yang dikemukakan oleh Miller 2012, (Abel, 2016), seseorang yang secara intens mengikuti dan melihat *update* dari kehidupan orang lain di media sosial seperti (acara pesta, makan mewah, karir yang cemerlang, dll.) orang tersebut akan merasa tertinggal membandingkan kehidupannya dengan orang lain yang dilihatnya di media social. Hal ini kemudian membuat seseorang akan menimbulkan rasa ketidakpuasan akan diri, kecemasan, dan perasaan yang tidak berharga.

Penelitian lain dari (Przybylski, 2013), mendukung adanya hubungan antara perilaku *Fear of Missing Out* dengan penggunaan media sosial *facebook* dari penelitiannya juga menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat *Fear of Missing Out* yang dimiliki seseorang maka semakin sering ia menggunakan media sosial *facebook* dalam kehidupan sehari - hari.

Berdasarkan penelitian diatas dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat *Fear of Missing Out* seseorang maka akan semakin tinggi ketertarikan mereka dalam menggunakan media sosial. Sehingga dapat disimpulkan fenomena *Fear of Missing Out* memiliki hubungan dengan intensitas penggunaan media sosial dimana level *Fear of Missing Out* seseorang dapat mengindikasikan tinggi rendahnya intensitas penggunaan media sosial seseorang. Hal ini sejalan dengan pendapat dari (Fuster, 2017), yang menyatakan bahwa seseorang yang memiliki level *Fear of*

Missing Out yang tinggi akan memiliki keinginan untuk tersambung melalui media sosial.

Dari keterangan di atas menunjukkan perilaku mahasiswa yang mengindikasikan mengalami intensitas penggunaan pada media sosial. Penulis menentukan *Fear of Missing Out* (FoMO) sebagai variabel bebas (variabel X) yang berhubungan dengan intensitas penggunaan media sosial sebagai variabel terikat (variabel Y). Pada penelitian lainnya yang berjudul ‘Hubungan antara Kebutuhan Afiliasi dengan *Fear Of Missing Out* (FoMO) di Media Sosial Pada Mahasiswa’ yang menempatkan *Fear Of Missing Out* (FoMO) sebagai variabel terikat (variabel Y) sedangkan Kebutuhan Afiliasi sebagai variabel bebas (variabel X). Dimana terlihat adanya perbedaan dalam menempatkan *Fear Of Missing Out* (FoMO) sebagai suatu variabel.

Berdasarkan permasalahan yang sudah dijelaskan di atas, peneliti tertarik untuk membuat penelitian mengenai hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya.

1.3. Batasan Masalah

1.3.1. Intensitas Penggunaan Media Sosial (Y)

Intensitas penggunaan media sosial menurut (Salehan, 2013), mendefinisikan sebagai seberapa besar frekuensi dari penggunaan dan waktu yang dihabiskan dalam menggunakan layanan media sosial dan ikatan emosional yang dimiliki pengguna terhadap media sosial yang digunakan.

1.3.2. *Fear of Missing Out* (FoMO) (X)

Fear of Missing Out (FoMO) menurut (Przybylski, 2013), mendefinisikan sebagai kecemasan akan kehilangan momen berharga suatu individu atau kelompok lain di mana individu tersebut tidak dapat hadir didalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. *Fear of missing out* biasanya dikaitkan dengan penggunaan *smartphone* dan juga media sosial. Berdasarkan penjelasan dari teori *self determination theory* (SDT), *Fear of missing out* berfungsi sebagai mediator yang menghubungkan defisit yang ada pada kebutuhan psikologis *self* dan *relatedness* yang ada pada seorang individu (Przybylski, 2013)

1.3.3. Mahasiswa

Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa baik laki-laki ataupun perempuan. Mahasiswa menurut (Hartaji, 2012), mendefinisikan sebagai seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Mahasiswa berada pada tahap perkembangan remaja akhir sampai masa dewasa awal yaitu pada usia 18-25 tahun. Menurut Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2018, pengguna internet di Indonesia berasal dari kelompok usia muda, umur 19-34 tahun dengan jumlah sekitar 49,52% dari total pengguna, dan mahasiswa merupakan populasi terbesar dalam rentang usia tersebut.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *Fear of Missing*

Out (FoMO) dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya”.

1.5. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah penelitian diatas, maka secara umum tujuan dari penelitian dari ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan kajian dan literatur yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya mengenai keterkaitan antara konsep-konsep teoritis dalam psikologi, khususnya dalam bidang psikologi terkait dengan hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu referensi bagi mahasiswa psikologi yang mengambil skripsi yang akan meneliti tentang penggunaan media sosial.

1.6.2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran pembaca terutama mahasiswa terkait dengan hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi bidang psikologi khususnya peminatan psikologi kepribadian dan sosial dalam memberikan sumbangan wawasan terkait dengan hubungan antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya.