

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Pengguna internet di Indonesia terus bertambah. Hal ini dibuktikan dengan hasil survei pengguna internet periode 2019 sampai dengan kuartal II di tahun 2020 yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia menyatakan, bahwa pengguna internet di Indonesia mengalami kenaikan menjadi 73,7% dari populasi atau setara dengan 196,7 juta pengguna, sehingga ada kenaikan sebesar 8,9% atau setara dengan 25,5 juta pengguna dibandingkan jumlah pengguna di 2018 silam, dan menempati peringkat ketiga dengan pengguna internet terbesar setelah China (APJII, 2020). Penggunaan internet yang paling sering diakses adalah media sosial. Berdasarkan dari hasil penelitian *We Are Social 2020* menyatakan, bahwa media sosial terpopuler salah satunya adalah instagram. Dimana instagram ini merupakan *platform visual* terbesar dengan pengguna aktif lebih dari satu miliar perbulan (Kuncorojati, 2020).

Dikutip dari Kumparan.com, Instagram menjadi *platform* media sosial yang wajib dimiliki semua orang yang tidak mau ketinggalan informasi. Di akhir November 2019, Indonesia diberitakan memiliki lebih dari 61.610.000 pengguna aktif instagram. Jumlah tersebut meningkat dari bulan sebelumnya, dengan total 59.840.000 pengguna (Putri, 2019). Salah satu pengguna media sosial tertinggi adalah remaja, dengan persentase 75,50% pada rentan usia 13-18 tahun (APPJII, 2017).

Remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Masa peralihan inilah yang merupakan salah satu tahapan dalam perkembangan hidup remaja (Santrock, 2012). Penggunaan media sosial adalah salah satu dari banyaknya faktor yang mempengaruhi proses perkembangan remaja (Setiasih dan Puspitasari, 2017). Alasan remaja menjadi mayoritas pengguna instagram karena instagram memberikan fitur-

fitur menarik seperti komunikasi melalui fitur *chatting*, *video call*, *voice call*, *instastory*, *live* dan mengunggah foto yang disertai deskripsi foto tersebut (Shodiq et al., 2020).

Dilansir dari Kompas.com, CEO instagram, Adam Mosseri mengatakan bahwa instagram terinspirasi dari media sosial Snapchat, Youtube, dan Tiktok. Pada tahun 2016 lalu, instagram menambahkan fitur menarik stories yang terinspirasi dari snapchat, dimana pengguna dapat memposting foto atau video pendek maksimal berdurasi 15 detik, tidak hanya format, namun namanya juga dibuat sama. Tidak puas dengan eksperimen video pendek, instagram lanjut memperkenalkan fitur video dengan durasi yang lebih panjang bernama IGTV tahun 2018 lalu untuk menyaingi Youtube. Dengan fitur video yang sudah ada, instagram kembali merilis fitur baru tahun 2021 bernama Reels yang sangat mirip dengan Tiktok, seperti video pendek dengan latar belakang musik, kecepatan video dan filter. Sehingga dengan diluncurkannya fitur-fitur tersebut banyak digunakan sebagai sarana hiburan dan remaja dapat mudah untuk menangkap atau membagikan momen hanya dalam satu platform saja (Pertiwi, 2021)

Media sosial instagram juga dapat memberi kemudahan bagi remaja dalam media sosialisasi dan komunikasi dengan teman, keluarga ataupun guru serta dapat mencari berbagai informasi dengan cepat secara online (O'Keeffe et al., 2011). Namun pada umumnya remaja masih kurang mampu memilah hal-hal baik ataupun buruk dari media sosial. Hal ini dikarenakan remaja cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sosialnya tanpa mempertimbangkan efek yang akan diterima. Sehingga remaja rentan terkena dampak negatif dari penggunaan media sosial (Hakkam et al., 2020).

Menurut Rini (2011) terdapat beberapa dampak negatif yang ditimbulkan dalam penggunaan media sosial pada remaja, yaitu yang pertama terhadap kesehatan, meliputi gangguan makan yang menyebabkan penurunan berat badan, dan gangguan tidur. Yang kedua terhadap

pendidikan, seperti sulit berkonsentrasi pada pelajaran karena memikirkan media sosial yang dimilikinya, mengalami penurunan prestasi, menjadi cuek, dan kurang peduli terhadap kewajibannya sebagai pelajar. Yang ketiga terhadap masyarakat, seperti menimbulkan kurangnya minat untuk bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan (Hakkam et al., 2020). Sejalan dengan hasil penelitian dari Elia (2009) yang menemukan bahwa 20% pengguna internet dapat terlibat dalam satu atau lebih masalah pengabaian diri, terisolasi secara sosial, menghindari orang lain, menurunnya produktivitas akibat bermedia sosial, depresi, munculnya masalah dalam relasi, dan kegagalan studi karena tidak bisa mengatur penggunaan internet termasuk juga perilaku mengecek secara terus-menerus pada media sosial (Azka et al., 2018).

Masa pandemi covid-19 telah membuat segala aktivitas dilakukan dirumah, kondisi saat ini menjadikan jumlah penggunaan media sosial terus meningkat khususnya pada remaja yang mayoritas sedang menempuh masa pendidikan (Budury et al., 2020). Hal ini dikarenakan pemerintah maupun sekolah telah memberlakukan pembelajaran jarak jauh, menjalankan *social distancing* dan mematuhi protokol kesehatan untuk memutuskan rantai penularan virus covid-19 (Hakkam et al., 2020). Proses pembelajaran secara daring ini menjadikan remaja berkurang dalam berinteraksi di luar, dan akan lebih sering membuka media sosial untuk mencari informasi dan berkomunikasi dengan individu lain (Yuanita et al., 2020).

Dikutip dari [Republika.co.id](http://Republika.co.id), pandemi telah menyebabkan remaja menghabiskan waktu lebih banyak dalam mengakses media sosial saat tinggal di rumah dan belajar daring. Hal ini juga dialami seorang siswa di Hongkong yang berinisial LT (16 tahun) yang menghabiskan waktu 10 jam per hari hanya untuk mengakses media sosial. LT sudah menghabiskan banyak waktu menggunakan gadgetnya sebelum pandemi, untuk membuka Instagram dan Facebook. Namun waktunya di depan layar ponsel meningkat selama masa pandemi dari empat jam menjadi tujuh jam sehari. Sedangkan berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh *HongKong Playground Association* pada 97 remaja berusia 13-25 tahun, mengatakan

bahwa rata-rata remaja menghabiskan delapan setengah jam sehari menggunakan media sosial, untuk mencari tahu apa yang dilakukan orang lain, dan untuk komunikasi. Selain itu lebih dari separuhnya mengatakan menghabiskan terlalu banyak waktu di media sosial menyebabkan insomnia, dan kinerja yang buruk dalam studi mereka (Laveda, 2020).

Tingginya kebutuhan akan informasi dan komunikasi ini, membuat para remaja menggunakan media sosial secara berlebihan (Syahrani, 2021). Pernyataan tersebut juga didukung oleh temuan dari Kashif, Rehman dan Javed (2020) yang mengatakan, bahwa sebagian besar orang di masa pandemi covid-19 mengalami peningkatan waktu dari sebelumnya dalam penggunaan media sosial, untuk menggantikan kegiatan yang tidak bisa dilakukan diluar dalam mengisi waktu luang, sehingga dapat berpotensi adanya penggunaan secara berlebihan. Penelitian Risalah dkk 2020) juga menyatakan, bahwa remaja yang merupakan pelajar, menjadikan media sosial sebagai jembatan ilmu selama pandemi Covid-19. Namun, juga memberikan dampak negatif, yaitu dapat menimbulkan sifat kecanduan media sosial yang dapat menjadi masalah yang lebih serius (Annastasya et al., 2021). Sejalan juga dengan penelitian dari Anyira (2020), ditemukan aktivitas selama *lockdown* yang paling banyak dilakukan pelajar adalah mengakses media sosial, dibandingkan membaca buku untuk belajar.

Adanya peningkatan dalam mengakses media sosial secara berlebihan yang dilakukan terus-menerus dapat berpotensi mengalami kecanduan media sosial (Maheswari et al., 2013). Menurut Basri (2004) penggunaan media sosial yang aktif berulang dan berlebihan telah dapat dikategorikan sebagai kecanduan meskipun dilakukan oleh pengguna yang non-patalologis. Yang artinya pengguna media sosial rata-rata memiliki kecenderungan akan kecanduan media sosial (Saragih, 2020).

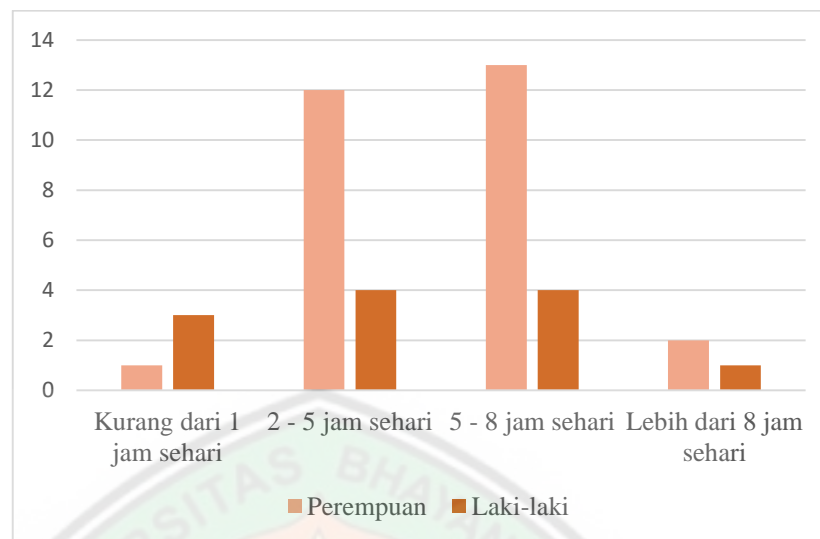
Dilansir dari Kompasiana.com, pernyataan dari Dr. dr. Kristiana Siste, SP.Kj yang merupakan Dokter Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo (RSCM), menyampaikan bahwa kecanduan internet pada remaja mengalami peningkatan hingga 19,3% di masa pandemi. Dari 2.933 remaja

di 34 Provinsi di Indonesia yang dilakukan riset, 59% di antaranya mengaku mengalami peningkatan durasi online per hari (Azzahra, 2021). Menurut Badan Pusat Statistik (2021) menyatakan bahwa DKI Jakarta merupakan provinsi tertinggi dalam penggunaan internet yang setiap tahunnya mengalami peningkatan. Pada tahun 2017 sebanyak 60,65% pengguna, 2018 sebanyak 65,89% pengguna dan di tahun 2019 sebanyak 73,46% pengguna yang didominasi oleh masyarakat dengan pendidikan SMA ke atas.

Menurut Young (Widiana et al., 2004) pengguna internet dibedakan menjadi dua golongan, yaitu pengguna internet secara sehat (*Non Dependent*) dengan pengguna internet yang adiktif (*Dependent*). *Non Dependent* menggunakan internet antara 4 sampai 5 jam per minggu. Sedangkan *Dependent* menggunakan internet antara 20 hingga 80 jam per minggu atau sekitar lebih dari 2 sampai 11 jam sehari. *Dependent* secara bertahap mengembangkan kebiasaan menggunakan internet.

Untuk bisa lebih dalam mengetahui gambaran remaja yang memiliki kecenderungan kecanduan media sosial, penulis melakukan survey pada tanggal 29 April 2021 kepada 40 remaja yang bersekolah di SMAN 76 Jakarta, menggunakan *Google Form*. Survey yang disusun sesuai dengan durasi dua golongan pengguna internet Menurut Young (Widiana et al., 2004) yaitu durasi pengguna internet secara sehat (*Non Dependent*) dan durasi pengguna internet yang adiktif (*Dependent*), yang dibagi menjadi empat kategori. Berdasarkan survey tersebut maka di dapatkan hasil sebagai berikut:

**Gambar 1.1 Survey Durasi Golongan Pengguna Media Sosial Instagram Pada Remaja SMAN 76 Jakarta**



Bedasarkan diagram diatas durasi pengguna media sosial instagram yang penulis bagi menjadi empat kategori. Terdapat 1 remaja perempuan dan 3 laki-laki mengakses instagram kurang dari 1 jam sehari. Terdapat 12 remaja perempuan dan 4 laki-laki mengakses instagram 2-5 jam sehari. Terdapat 13 remaja perempuan dan 4 laki-laki mengakses instagram 5-8 jam sehari. Terdapat 2 remaja perempuan dan 1 laki-laki mengakses instagram lebih dari 8 jam sehari. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 36 dari 40 remaja termasuk golongan pengguna media sosial yang adiktif (*dependent*). Dimana pengguna mengakses media sosial instagram sekitar 2-8 jam lebih dalam sehari.

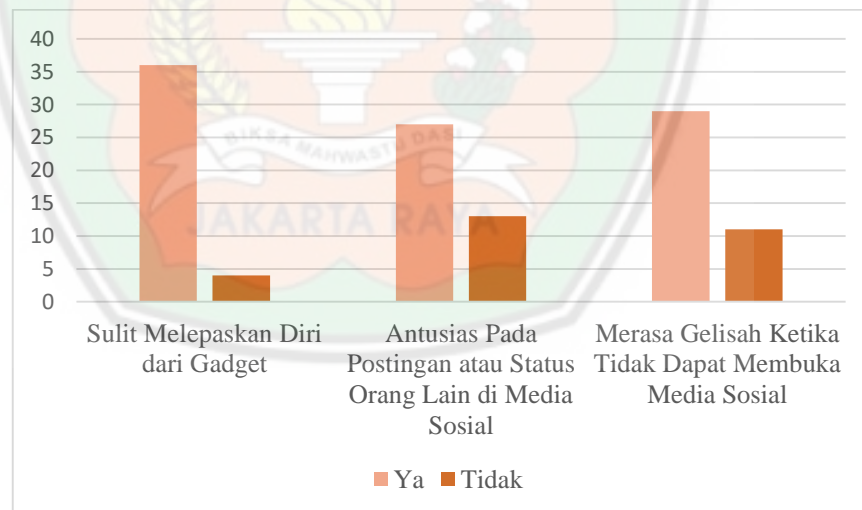
Menurut Andreassen (2015) kecanduan media sosial merupakan perilaku yang cenderung didorong oleh motivasi yang kurang dapat dikendalikan dalam penggunaan media sosial dengan jangka waktu yang lama. Salah satu bentuk perilaku kecanduan media sosial dapat ditunjukkan dengan banyaknya jumlah waktu yang dihabiskan, misalnya membuka instagram secara berulang hanya untuk melihat sekilas jumlah suka dari pengguna lain (Al-Menayes, 2016). Remaja yang mengalami kecenderungan kecanduan akan menjadi bergantung pada media sosial,

sehingga mereka rela menghabiskan waktu yang lama untuk mendapatkan kepuasan (Aprilia et al., 2020). Menurut Afriani (2018) salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial adalah *Fear Of Missing Out* (FOMO).

Untuk bisa lebih dalam mengetahui gambaran remaja yang memiliki *Fear of missing out*, penulis juga melakukan survey pada tanggal 29 April 2021 kepada 40 remaja yang bersekolah di SMAN 76 Jakarta, menggunakan *Google Form*. Survey yang disusun sesuai dengan gejala *Fear of missing out* Menurut Abel (2016) yaitu sulit melepaskan diri dari *gadget*, antusias pada postingan atau status orang lain di media sosial, merasa gelisah ketika tidak dapat membuka media sosial. Berdasarkan survey tersebut maka di dapatkan hasil sebagai berikut:

**Gambar 1.2 Survey Gejala *Fear Of Missing Out***

**Pada Remaja SMAN 76 Jakarta**



Berdasarkan diagram diatas mengenai gejala *Fear of missing out* maka dapat disimpulkan bahwa dari 40 remaja, terdapat 36 remaja yang merasa sulit melepaskan diri dari gadget, sedangkan 4 menjawab tidak. Dari 40 remaja terdapat 27 remaja yang merasa antusias pada postingan atau status orang lain di media sosial, sedangkan 13 menjawab tidak. Dari 40

remaja terdapat 29 remaja yang merasa gelisah ketika tidak dapat membuka media sosial, sedangkan 11 menjawab tidak. Maka dapat disimpulkan bahwa dari 40 remaja, sebagian besar mengalami gejala *Fear Of Missing Out*.

Menurut Przybylski dkk (2013) *fear of missing out* sebagai ketakutan akan kehilangan momen berharga terhadap individu atau kelompok lain, dimana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui media sosial. *Fear of missing out about social media* adalah bentuk ketakutan ketika individu tertinggal atau tidak mengetahui *update* berita tentang pengalaman dan kegiatan orang lain yang menarik di media sosial (Tresnawati, 2016). *Fear of missing out* tertinggi dialami pada usia dibawah 21 tahun dimana usia tersebut merupakan usia remaja (Gezgin et al., 2017).

Dilansir dari Tribunnews.com, banyaknya fenomena viral yang bertebaran di media sosial disebabkan banyaknya generasi millennial di Indonesia yang terjangkit *Fear Of Missing Out* (FOMO), sebanyak 68% generasi millennial di Indonesia yang mengalami FOMO, dimana remaja saat ini merupakan generasi millennial yang akan melakukan apa saja untuk menunjukkan diri mereka. Salah satu contohnya adalah dengan membuat konten-konten yang mengorbankan akal sehat di media sosial (Juniarto, 2019).

Penulis juga melakukan wawancara pada tanggal 23-24 Maret 2021, terkait fenomena yang dialami oleh remaja yang bersekolah di SMAN 76 Jakarta guna memperkuat data bahwa memang benar terjadi fenomena yang hendak diteliti. Berikut ini adalah hasil wawancara dari 5 narasumber:

Sedangkan subjek D mengatakan,

*“Aku sering banget buka instagram, bisa sejam sekali ka, karna kan sekolah semasa pandemi gini daring ya. Jadi kalo suntuk nunggu tugas-tugas sekolah aku buka ig buat nyari info sama liat story temen kadang juga stalking mantan hehe. Tapi terkadang aktivitas aku jadi keganggu ka gara-*



*gara nyempetin buka ig. Contohnya pas lagi kerja kelompok, aku sempetin buka ig buat story dirumah temen, terus di tegor sama temen, disuruh kerjain tugas dulu baru main handphome.”*

Subjek A mengatakan

*“Medsos yang paling sering dimainin sih instagram sama twitter kak. Main ig tuh bisa ngehibur diri kalo lagi jenuh atau bosan biar ga stress ka, tapi kadang ngerasa insecure sama orang-orang di ig karna ngeliat hidupnya kok enak banget ya kaya gaada masalah gitu. Kalo sehari ga buka ig rasanya gelisah kaya ada yang kurang, karna udah jadi kaya rutinitas aja tiap hari pasti buka ig, scroll-scroll ig liat explore, cari info terkini tentang artis. Jadi terkadang kalo pas ada aktivitas lain kaya lagi ngerjain tugas pasti baru sebentar ngerjain aku sempetin buka ig kak, tapi tugasnya jadi lama kelarnya hehe..”*

Subjek R mengatakan,

*“Aku seringnya pake instagram mba, Sehari bisa 5x paling lama durasinya 2jam. Kadang juga kalo misalkan lagi di motor atau lagi main sama temen aku sering buka ig, pokoknya kalo ada notif instagram masuk aku jadi kaya mau terus-terusan liat ig mulu. Aku juga pernah coba deactivate instagram selama 7hari tapi itu cuma bertahan sampe 4hari doang, aku juga punya dua akun ig mba, jadi kalo lagi deactivate akun yang pertama aku masih bisa buka di akun yang kedua jadi tetep bisa liat aktivitas orang-orang di instagram mba.”*

Sedangkan subjek E mengatakan,

*“Media sosial yang aku punya tuh ada ig, twitter, facebook, tapi aku lebih sering mainin yang instagram kak. Setiap hari pasti buka instagram bisa berjam-jam, ga liat situasi dan kondisi pokoknya, kadang pas tiduran, lagi dijalan, mau makan pasti aku buka instagram, terus juga pekerjaan rumah kaya nyapu, ngepel, ibadah, ngerjain tugas suka ketunda karna sering buka instagram, karena kalo buka instagram tuh seru, bisa liat story sama foto-foto orang, gosip tentang artis. Kalo ada gangguan jaringan aku minta hotspot ke orang biar tetep bisa buka instagram kak, soalnya kaya*

*hampa aja gitu kalo sehari ga buka media sosial handphome jadi sepi gaada yang bisa di lihat-lihat.”*

Sedangkan subjek D mengatakan,

*“Aku buka instagram tuh pas lagi gabut sama abis selesai belajar daring, sehari bisa buka 3-4 kali, durasinya 1 jam kurang lebih ka. Yang aku rasain pas buka ig tuh seru banget ka, bisa bebas liat story orang-orang sama bisa liat olshop gitu ka. Pokoknya gabisa hidup tanpa medsos, apalagi sekarang kan apa-apa serba online ka.”*

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan pada 5 remaja pengguna media sosial instagram menyatakan, bahwa membuka instagram dijadikan sebagai rutinitas sehari-hari khususnya di masa pandemi covid-19 saat ini. Penggunaan instagram bisa 3-5 kali dalam sehari dengan durasi kurang lebih 2 jam persesinya. Mereka kerap kali merasakan gelisah atau merasa ada yang kurang dalam dirinya ketika sehari tidak bisa menggunakan media sosial instagram. Pada kasus diatas penggunaan media sosial instagram secara konstan dalam waktu yang panjang membuat para remaja jatuh pada perilaku kecenderungan kecanduan yang dipengaruhi oleh *Fear Of Missing Out* (FOMO) yang merupakan rasa kekhawatiran apabila melewatkan suatu informasi atau hal yang dibagikan oleh orang lain di akun media sosialnya (Miftahurrahmah dan Harahap, 2020),

Bedasarkan pemaparan diatas tentang teori kecenderungan kecanduan media sosial dan *fear of missing out*, teori tersebut dapat diperkuat dengan beberapa hasil penelitian mengenai hubungan *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Ayu Pratiwi dan Anggita Fazriani (2020) didapatkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sarentya Fathadhika dan Afriani (2018) didapatkan hasil yaitu ada hubungan antara *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial yang dimediasi oleh social media engagement. Penelitian lainnya dilakukan oleh Aisyah Firdaus Hariadi

(2018) didapatkan hasil yaitu terdapat hubungan antara *Fear of missing out* dengan kecanduan media sosial.

Dapat dikatakan bahwa *fear of missing out* (fomo) menjadi salah satu faktor remaja memiliki kecenderungan kecanduan media sosial. Hal ini dikarenakan remaja yang memiliki *fear of missing out* akan melihat media sosial sebagai sesuatu yang penting. Penelitian ini dilakukan karena mengingat pentingnya dari penggunaan media sosial secara berlebihan pada remaja, yang dapat menimbulkan efek negatif, salah satunya adalah kecenderungan kecanduan terhadap media sosial yang dipengaruhi oleh *fear of missing out*, sehingga dapat memunculkan perilaku irasional, seperti terus melakukan pemantauan obsesif terhadap media sosial pada saat bangun tidur, sebelum tidur, makan bahkan adanya kemungkinan pada saat sedang berkendara (Akbar et al., 2019). Hal ini juga dialami oleh remaja di SMAN 76 Jakarta, dimana mereka membuka instagram setiap hari dalam kondisi sedang makan, istirahat, di jalan, bahkan pada saat berkendara, agar tidak melewatkan suatu informasi atau hal yang dibagikan oleh orang lain di akun media sosialnya. Selain itu penelitian tentang hubungan *fear of missing out* dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja di Indonesia akan terus terjadi selama teknologi berkembang. Oleh sebab itu, berdasarkan pemaparan mengenai fenomena, data-data dan permasalahan diatas, penulis tertarik untuk mengangkat penelitian ini dengan judul **“Hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Remaja Pengguna Instagram”**

## 1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah terdapat Hubungan antara *Fear Of Missing Out* (FOMO) dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada remaja pengguna instagram?”

### 1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan antara *Fear Of Missing Out* (FOMO) dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada remaja pengguna Instagram

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan pemikiran dan menambah bahan kajian dalam ilmu psikologi, khususnya pada bidang psikologi sosial, yang berkaitan dengan *fear of missing out* dan kecenderungan kecanduan media sosial.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

##### a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menggunakan media sosial dengan bijaksana, sehingga dapat dijadikan sebagai perbaikan diri untuk mencegah adanya kecanduan media sosial dan *fear of missing out* bagi perkembangan remaja kedepannya.

##### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan ilmu baru untuk dijadikan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tentang *fear of missing out* dan kecenderungan kecanduan media sosial.

## 1.5 Uraian Keaslian Penelitian

Berikut ini akan dijabarkan mengenai kebaruan penelitian terkait dengan penelitian yang akan diteliti:

- a. Dwi Puji Septiana (2017) dengan judul “Keterhubungan dengan Kecenderungan Perilaku Kecanduan Media Sosial Pada Sswa Kelas IX SMP Negeri 55 Palembang”. Subjek dalam siswa-siswi kelas IX di SMP Negeri 55 Palembang berjumlah 146 siswa. Alat ukur dalam penelitian ini terdiri dari skala keterhubungan dan skala kecanduan media sosial. Hasil analisa data menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara *relatedness* dengan kecenderungan perilaku kecanduan media sosial pada siswa kelas IX di SMP Negeri 55 Palembang.
- b. Abdul Syahrani (2021) dengan judul “Ketakutan Akan Kehilangan Momen dan Kesepian Terhadap Kecenderungan Adiksi Internet Pada Mahasiswa Teknik Informatika”. Subjek berjumlah 69 mahasiswa yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala kecenderungan adiksi internet yang disusun oleh Griffiths (2000). Adapun skala ketakutan akan kehilangan momen yang disusun oleh Abel dkk (2016). Hasil analisa menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara ketakutan akan kehilangan momen dan kesepian terhadap kecenderungan adiksi internet.
- c. Resti Fauzul Muna, Tri Puji Astuti (2014) dengan judul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial pada Remaja Akhir”. subjek dalam penelitian ini berjumlah 164 orang yang diperoleh dengan menggunakan teknik *sampling incidental*. Alat ukur dalam penelitian ini terdiri dari skala Kecenderungan Kecanduan Media Sosial dan skala Kontrol Diri. Hasil analisis adanya sumbangan efektif sebesar 15,1% yang diberikan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan, sedangkan sisanya 84,9 % dipengaruhi oleh faktor lain.

- d. Febrina Rani Tresnawati (2016) dengan judul “Hubungan antara *The Big Five Personality* dengan *Fear Of Missing Out* about social media pada mahasiswa”. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa/i Universitas Negeri Semarang yang terbagi dalam beberapa fakultas yang sedang menjalani perkuliahan, Memiliki akun media sosial dan termasuk dalam kategori sering menggunakannya yakni  $\pm 3$  jam atau lebih. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *fear of missing out about social media* yang dimodifikasi dari Skala penelitian Hato (2013) dan Przybylski (2013) dan skala *the big five personality traits* yang merupakan adaptasi dari *Big Five Inventory*. Hasil analisis ini menghasilkan koefisien korelasi secara simultan, sehingga hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara *the big five personality traits* dengan *fear of missing out about social media* diterima.

Dari uraian diatas, kebaruan serta perbedaan dengan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yang berjudul Hubungan *Fear Of Missing Out* dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Pengguna Instagram. Sampel dalam penelitian ini dilakukan pada 155 remaja SMAN 76 Jakarta kelas XI yang berusia 16-18 tahun dan merupakan pengguna aktif media sosial instagram. Penelitian ini menggunakan skala kecenderungan kecanduan media sosial dengan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Andreassen (2015), dan skala *fear of missing out* dengan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Przybylski dkk (2013). Aspek tersebut kemudian dikembangkan menjadi indikator.