

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Sosial Media merupakan sebuah aplikasi yang berbasis internet yang dibangun dengan dasar teknologi, selain itu media sosial dapat menjadi tempat bertukar informasi. Pengguna sosial media kini menjadi kebutuhan dimana saat ini penggunanya banyak melakukan kegiatan sehari-hari melalui sosial media demi keefektifan dan efisien waktu. (Kaplan dan Haelein, 2010). Hal ini dibuktikan dengan hasil survei pengguna internet periode 2019-kuartal II ditahun 2019 yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia menyatakan bahwa pengguna internet di Indonesia mengalami kenaikan sebesar 8,9% atau setara dengan 2,5 juta. Penggunaan internet yang sering diakses adalah media sosial. Dari hasil penelitian *We Are Social 2020* menyatakan, bahwa media sosial terpopuler salah satunya adalah Instagram. (Kuncorojati, 2020).

Dikutip dari Kumparan.com, Instagram menjadi platform media sosial yang wajib dimiliki semua orang yang tidak ingin ketinggalan informasi. 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). Dalam hal ini yang banyak menggunakan internet rata-rata adalah remaja dan mahasiswa.

Remaja menjadi mayoritas pengguna Instagram karena memberikan fitur-fitur menarik seperti komunikasi melalui chatting, instastory, live dan mengunggah foto yang disertai deskripsi foto. (Shodiq et al., 2020). Media sosial Instagram dapat memberi kemudahan bagi remaja dalam sosialisasi dan komunikasi dengan individu lain serta dapat mencari berbagai informasi dengan cepat secara online (O'Keeffe et al., 2011). Pada umumnya remaja masih kurang mampu memilah hal-hal baik ataupun buruk dari media sosial. Hal ini dikarenakan remaja cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial tanpa

mempertimbangkan efek yang akan diterima. Sehingga remaja rentan terkena dampak negatif dari penggunaan media sosial. (Hakkam et al., 2020).

Remaja merupakan fase pencarian identitas diri yang membutuhkan peran dari keluarga, serta lingkungan seperti teman sebaya, di masa remaja juga berada dalam kondisi kebingungan karena ketidakmampuan menentukan aktifitas yang bermanfaat untuk dirinya, serta keingintahuan terhadap hal yang belum diketahui. (Aprilia, Sriati, Hendrawati, 2018) hal ini yang membuat remaja rentan mengalami masalah kecanduan. Salah satu penyebab kecanduan media sosial dengan intensitas yang tinggi adalah rasa khawatir akan ketinggalan informasi sehingga terarah pada munculnya perilaku penggunaan yang berlebihan. (Fathadhika & Afriani, 2018).

Menurut Gani, (2020) terdapat dampak negatif yang ditimbulkan dari penggunaan sosial media seperti, seorang pelajar biasanya akan menjadi lebih malas belajar karena terlalu asik dengan media sosial dan konsentrasinya pun biasanya akan terganggu. Kedua, remaja menjadi malas berkomunikasi di dunia nyata. Tingkat pemahaman bahasapun menjadi terganggu. Jika anak terlalu banyak berkomunikasi di dunia maya. Ketiga, situs jejaring sosial akan membuat anak dan remaja lebih mementingkan diri sendiri. Mereka menjadi tidak sadar akan lingkungan di sekitar mereka, karena kebanyakan menghabiskan waktu di internet. Hal ini dapat mengakibatkan menjadi kurang berempati di dunia nyata. Keempat, bagi anak dan remaja tidak ada aturan ejaan dan tata bahasa di situs jejaring sosial. Hal ini membuat mereka semakin sulit untuk membedakan antara berkomunikasi di situs jejaring sosial dan di dunia nyata.

Penggunaan media sosial yang kurang bijak dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan mental. Saat ini, media sosial kerap dikaitkan sebagai salah satu faktor resiko depresi dan gangguan kecemasan. Kaitan antara depresi dan media sosial tidak hanya seputar tekanan sosial untuk membagikan atau mengikuti berita terkini. Munculnya kondisi kejiwaan yang satu ini juga disebabkan oleh kecenderungan pengguna sosial media membandingkan dirinya dengan keberhasilan yang dicapai orang lain. Hubungan depresi dan media sosial juga berkaitan dengan koneksi yang dimiliki dengan teman-teman di jejaring media

sosial. Koneksi yang terbentuk di media sosial, tidak berlangsung melalui tatap muka secara langsung. Hal tersebut membuat koneksi yang terbentuk menjadi kurang memuaskan secara emosional, sehingga memicu munculnya rasa terisolasi dari kehidupan sosial (Falakhi, 2021).

Adanya peningkatan dalam mengakses media sosial secara berlebihan yang dilakukan secara terus menerus dapat berpotensi mengalami kecanduan media sosial. (Maheswari & Dwiutami, 2013). Penggunaan sosial media yang aktif berulang dan berlebihan telah dapat dikategorikan sebagai kecanduan meskipun dilakukan oleh pengguna non-patologis. Yang artinya pengguna media sosial rata-rata memiliki kecenderungan akan kecanduan media sosial. (Saragih, 2020). Orang – orang semakin betah di media sosial karena konten yang ada pada *Instagram* semakin menarik. Teknologi memberikan efek baru bagi manusia dalam bersosialisasi dan telah menjadi sarana bermedia sosial bagi masyarakat (Baidu, dalam Soliha 2015)

Berdasarkan temuan yang dilakukan perusahaan riset dan analisis dari Inggris Taylor Nelson Sofres (TNS), bahwa pengguna aktif *Instagram* paling banyak dari kalangan remaja sebanyak 59% dan Indonesia adalah peringkat ke-3. Seperti yang kita tahu masa remaja merupakan fase perkembangan transisi antara kanak-kanak menjadi dewasa yang melibatkan perubahan biologis. Santrock (2013) remaja juga dikatakan dengan masa *storm and stress*, dimana pada fase ini emosi remaja tidak stabil yang terjadi pergolakan yang penuh dengan konflik dan suasana hati yang tidak menentu.

Remaja pada tahapan *storm and stress* sangat dipengaruhi oleh lingkungannya yang menjadikan internet pada media sosial sebagai salah satu alat untuk mengekspresikan dirinya. Pada remaja beranggapan bahwa dengan mengakses *Instagram* dapat menghilangkan rasa bosan dan sebagai pengalihan rasa *stress* bahkan beberapa remaja merasa perasaan gelisah ketika tidak mengakses *Instagram*. Hal yang terjadi pada remaja saat ini adalah remaja yang sibuk sendiri dengan *smartphone* masing-masing walaupun remaja tersebut sedang berjalan bersama teman-temannya, hal itu dikarenakan *Instagram* adalah kebutuhan bagi para remaja.

Hadirnya *Instagram* di masyarakat terutama kalangan remaja ataupun pelajar memberikan dampak negatif terutama jika digunakan secara berlebihan. Gejala negatif yang tampak dari penggunaan *Instagram* sampai melupakan kegiatan sebagai pelajar, bermain *Instagram* sering tak kenal waktu, tidak dapat mengontrol, mengurangi atau menghentikan penggunaan, menjadi malas dalam belajar atau melakukan kegiatan seperti mengerjakan tugas karena lebih tertarik membuka *Instagram* akibat terlalu sering mengecek *Instagram* untuk mengetahui informasi atau berita terbaru. Oleh karena itu, penggunaan *Instagram* tanpa batas dan tanpa mengingat waktu dapat membuat remaja menjadi kecanduan. Kecanduan pada *Instagram* termasuk dalam kecanduan internet terhadap situs pertemanan di dunia maya (*Cyber Relational Addiction*) yang menyebabkan dampak terburuk atau pengaruh *Instagram* bagi dunia pendidikan yaitu menurunnya minat dan prestasi belajar menjadi terganggu akibat adanya kecanduan.

Young, 2010 melihat kecanduan teknologi sebagai sebuah subset kecanduan perilaku. Salah satunya kecanduan internet dalam hal ini juga menunjukkan kecanduan media sosial, ciri-ciri individu yang mengalaminya, yaitu : memikirkan aktivitas di saat online, ingin menggunakan internet dalam waktu yang semakin meningkat untuk mendapatkan kepuasan, tidak dapat mengontrol, mengurangi, atau menghentikan penggunaan, merasa gelisah, murung, tertekan atau lekas marah ketika mengurangi aktivitas penggunaan media sosial dan sebagai *coping* dari permasalahan.

Andreassen, (2015) menjelaskan beberapa aspek yang mempengaruhi kecanduan yaitu *saliency, mood modification, tolerance, withdrawal symptoms, relapse, conflict, problems*. Dari aspek yang disebutkan oleh Andreassen (2015), peneliti melakukan survei pada tanggal 04 Oktober 2021 dengan 30 subjek hasil survey menunjukkan bahwa 100% subjek siswa/i SMAN X Bekasi adalah pengguna *Instagram*. 70% subjek mengakses *instagram* dan membuat perasaannya menjadi senang. 85% subjek akan menggunakan *instagram* untuk melupakan masalah pribadinya. 95% waktu tidur subjek kurang dari 7 jam karena asik mengakses *instagram*. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat siswa/i SMAN

X Bekasi merasakan aspek dari penggunaan media sosial instagram secara berlebihan yaitu, *tolerance*, *mood modification*, *withdrawal*, *replace*, dan *problem*.

Studi penelitian terkait kecenderungan kecanduan media sosial dengan beberapa siswa/i:

Subjek B mengatakan bahwa ia sangat sering bermain sosial media terutama instagram disaat tidak ada kegiatan, bahkan pada saat berkegiatanpun sering mencari cara agar bisa bermain instagram, sampai lupa mengerjakan tugas dan bermain intagram ini dilakukan berjam-jam. Subjek B ketika tidak membuka instagram akan ada perasaan penasaran dengan isi instagram dan merasa ingin segera mengecek instagram. Subjek B, saat merasakan kesedihan atau kekesalan subjek B akan mengunggah sesuatu seperti lagu atau kata-kata yang menggambarkan perasaan.

Subjek C mengatakan bahwa durasi bermain instagram biasanya 5-6 jam dalam satu hari, di instagram sudah terdapat fitur belanja online sehingga sangat mudah digunakan selain fitur belanja C juga sering melihat berita dan instastory artis maupun selebgram sehingga membuat C menjadi *insecure* terhadap dirinya, sehingga muncul keinginan untuk terus mengakses media sosial dan tidak ingin tertinggal informasi terbaru dari kalangan selebgram maupun *story* artis.

Subjek M mengatakan bahwa sosial media ada dunia kedua bagi anak-anak remaja dan orang dewasa, dan ia menjelaskan bahwa kita hidup berdampingan dengan sosial media. Apapun yang kita lakukan dan tampilan berpancu dengan trend sosial media, M juga dapat menghabiskan waktu bermain instagram dalam sehari selama 5 jam. Subjek M merasakan gelisah ketika tidak membuka instagram dalam sehari. Ketika merasa kesal, subjek M akan langsung memposting di story instagram yang berisikan kata-kata secara langsung menyinggung perasaannya atau orang lain.

Subjek A mengatakan sering bermain sosial media terutama instagram selama 6 jam dalam sehari, bahkan A jarang sekali keluar rumah baik bersosialisasi dengan lingkungan atau teman sebayanya. A merasa lebih nyaman berselancar di instagram dari pada berkumpul dengan teman atau melakukan aktivitas di luar rumah. Subjek A merasa dirinya ketika sedang memainkan handphone atau fokus di jejaring sosial maka akan susah diajak mengobrol, sehingga ketika kumpul saya kurang peduli atau tidak mendengarkan pembicaraan orang lain.

Apabila dilihat dari hasil survey dan wawancara diatas dapat diketahui bahwa penggunaan *Instagram* yang berlebih menimbulkan beberapa dampak negatif terhadap penggunaannya, seperti gangguan tidur dan interaksi sosial. Begitupun pendapat Fuster (2017) bahwa dengan mengakses jejaring sosial melalui ponsel akan menghadirkan perilaku kecanduan (adiktif) dan sangat berkolerasi dengan *Fear Of Missing Out*.

Przyblyski, Murayama, DeHaan dan Gladwell (2013) *Fear Of Missing Out* (FoMo) merupakan ketakutan akan kehilangan momen berharga individu atau kelompok lain di mana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya dan ditandai dengan keinginan untuk tetap terus berhubungan dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. *Fear Of Missing Out* (FoMo) merupakan salah satu bentuk kecemasan yang ditandai dengan adanya keinginan untuk selalu mengetahui apa yang orang lain lakukan, terutama melalui jejaring sosial. *Fear Of Missing Out* ditandai dengan kebutuhan untuk tetap terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain.

Beberapa aspek dari *Fear of Missing Out* (FoMO) yang dikemukakan oleh Przyblyski dkk (2013), yaitu : (a) kebutuhan *relatedness* pada individu tidak dapat terpenuhi, (b) kebutuhan psikologis yang berkaitan dengan *competence* dan *autonomy* yang tidak dapat terpenuhi. *Relatedness* sendiri adalah sebuah kebutuhan pada individu yang dapat memenuhi perasaan untuk selalu tergabung serta terhubung dan terpenuhinya rasa kebersamaan dengan individu lain. Apabila kebutuhan *relatedness* ini tidak dapat terpenuhi, dapat mengakibatkan individu merasakan cemas berlebihan. Kebutuhan akan *competence* merupakan sebuah

keyakinan pada individu untuk melakukan sebuah perilaku dengan efisien dan efektif. Kebutuhan akan *competence* tidak terpenuhi maka dapat mengakibatkan timbulnya perasaan frustrasi serta putus asa. *Autonomy* merupakan sebuah perasaan terhadap adanya sebuah pilihan, dukungan serta kemauan yang berhubungan dengan memulai memelihara atau mengakhiri adanya sebuah perilaku. *Autonomy* juga berarti jika individu dapat dengan bebas menjalankan sebuah tindakan yang berdasarkan dengan diri sendiri tanpa adanya gangguan atau adanya kontrol dari orang lain (Mulawarman, 2017). Individu yang memiliki kepuasan dalam kebutuhan dasar yang rendah atau tidak terpenuhi ini akan condong lebih tertarik untuk memainkan media sosial secara berlebihan (Przybylski dkk (2013).

*Fear Of Missing Out* (FoMo) ini disebut sebagai suatu *anxiety* atau kecemasan terhadap informasi orang lain, yang lahir dari kemajuan teknologi, informasi dan keberadaan jejaring sosial yang kian meningkat. Saat ini berbagai macam bentuk informasi dapat diperoleh melalui internet, salah satunya adalah informasi sosial dimana internet memberikan fasilitas bagi individu untuk terhubung dengan lingkungan sosialnya dan dapat melakukan komunikasi tanpa harus bertatap muka (Abel, Buff & Burr, 2016).

Peneliti melakukan survey terkait FoMo pada tanggal 04 Oktober 2021. Hasil survey menunjukkan 65% subjek merasa takut ketika orang lain memiliki lebih banyak pengalaman berharga daripada dirinya. 67% subjek juga merasakan cemas ketika tidak mendapatkan informasi terbaru dari teman. 75% subjek merasakan khawatir ketika dirinya melihat *instagram* teman-temannya dan bersenang-senang tanpa dirinya. 80% subjek mengakses *instagram* untuk melihat aktivitas teman-temannya. 85% subjek merasa tidak mampu untuk berhenti mencari tahu informasi seseorang melalui *instagram*.

Peneliti melakukan wawancara lanjutan terkait *Fear Of Missing Out* (FoMO) dengan beberapa siswa/i:

Subjek B mengatakan bahwa ia sering membuka *instagram* agar semua teman-temannya mengetahui kegiatannya dan memberikan like

atau komen di beranda postingan, semakin banyak yang memberikan komen berarti subjek B menjadi orang yang paling *up date*.

Subjek C mengatakan bahwa sering menghubungi teman-temannya untuk menanyakan kegiatan yang mereka lakukan dan hanya sekedar ingin tahu apa yang dilakukan oleh teman-temannya ketika berada di luar lingkungan sekolah sehingga ketika bertemu dapat membuat bahan pembicaraan.

Subjek M mengatakan merasa sedih jika melihat *story* teman-temannya, dan muncul perasaan sepi serta berpikir negatif kenapa subjek M tidak di ajak ke acara atau kegiatan bersama.

Subjek A mengatakan sering menghabiskan waktunya untuk melihat-lihat dan mencari tahu tentang berita atau peristiwa yang sedang *booming* sehingga tidak tertinggal informasi sehingga selalu membuka instagram, terkadang membuat postingan atau *story* dari berita-berita yang sedang *up date*.

Pada tahun 2012 sebuah survey oleh *MyLife.com* menyatakan bahwa 56% individu merasa takut akan kehilangan moment, info penting maupun *up date* ketika berada jauh dari jejaringan media sosial (Asmil, 2013). Selain itu penelitian di Amerika dan Inggris pada tahun 2012 menyatakan sekitar 56% bahwa remaja pernah mengalami takut akan kehilangan moment. (JWTIntelligence, 2013). *Fear Of Missing Out* (FoMo) suatu penyebab ketika orang mengalami rasa takut ketika tidak dapat memainkan *gadget* terutama media sosial secara berulang-ulang. FoMo akan terus memperoleh peningkatan yang pesat dengan terus berkembangnya media sosial. Hal ini salah satu gejala FoMo yang akan berkembang terus dikalangan remaja serta juga berpengaruh pada kecanduan media sosial.

*Fear Of Missing Out* tidak didorong dari apa yang didapatkan namun dari apa yang telah dilewatkan dari orang sekitar. *Fear Of Missing Out* suatu peristiwa yang sedang berkembang serta menjadi faktor yang besar dalam kontribusi dengan menggambarkan adanya sindrom *Fear Of Missing Out*. Hal ini terlihat



dari bagaimana seseorang mengembangkan perasaannya serta emosional negatif yang disebabkan oleh perasaan iri pada postingan serta kehidupan orang di media sosial. Hal ini sejalan dimana *Fear Of Missing Out* menjadi pemicu untuk melakukan diluar batas kewajaran dalam menggunakan media sosial. Tidak sekedar rasa takut kehilangan moment penting di media sosial. Akan tetapi adanya kesengajaan untuk memposting gambar ataupun tulisan serta menceritakan diri sendiri yang belum tentu adanya kejujuran dalam memposting demi sensasi semata di media sosial. (Department Of Psychologi, School of Social Sciences, Anggraini, 2019).

Hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan media sosial ini bisa dilihat dari adanya informasi yang berasal dari media sosial yang individu dapatkan untuk mengetahui berbagai macam informasi dari pengalaman atau peristiwa yang dialami individu lain sepanjang waktu. Hal tersebut dapat menimbulkan perasaan *Fear Of Missing Out* pada individu yang dapat mengarah pada kecenderungan kecanduan media sosial ( Abel, dkk.,2016). Dengan adanya *Fear Of Missing Out* bisa meningkatkan frekuensi penggunaan media sosial dalam hal ini adalah instagram. Ini menjadi sebuah indikasi adanya perilaku kecenderungan kecanduan media sosial.

Mengacu pada penelitian Putri & Halimah (2019), diketahui bahwa adanya sebuah hubungan yang positif antara *Fear Of Missing Out* dengan pada mahasiswa pengguna instagram di Univesitas Islam Bandung. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa mengalami kecanduan media sosial. Akibatnya, mahasiswa mudah terdistraksi saat melakukan aktivitas sehari-hari yang diakibatkan karena timbulnya keinginan untuk terus mengakses media sosial, tak jarang juga mahasiswa merasa tidak nyaman saat tidak bisa mengakses media sosial. Perilaku ini dapat menjadi indikator bahwa mahasiswa mengalami kecanduan media sosial. Karena adanya ketergantungan ini, mempengaruhi tingkat frekuensi penggunaan media sosial dan juga memperlihatkan ciri-ciri gangguan serta ketergantungan pada media sosial (Kircaburun, dkk.,2018).

Terdapat hasil yang berbeda dari penelitian yang dilakukan oleh Adetya & Siregar (2020). Penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada generasi z didapatkan data yang menunjukkan hasil yang negatif. Dari data yang di dapatkan dalam penelitian ini, kategorisasi variabel kecanduan media sosial ada pada level sedang. Dari hasil uji korelasi yang dilakukan, didapatkan hasil yaitu tidak terdapat hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan kecanduan media sosial pada generasi z.

Berdasarkan dengan hal ini, hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan kecenderungan kecanduan media sosial *Instagram* layak untuk diteliti karena dari beberapa penelitian yang sudah dilakukan terlebih dahulu oleh peneliti lain didapatkan hasil yang berbeda-beda. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan kecenderungan kecanduan media sosial *instagram* pada siswa/i SMAN X Bekasi.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berikut ini akan dijabarkan mengenai beberapa penelitian yang sudah dilakukan terlebih dahulu oleh para peneliti sebelumnya dengan topik kecanduan media sosial maupun *Fear Of Missing Out*.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Emma Azizah dan Fahyuni Baharuddin (2021) yang berjudul “Hubungan Antara *Fear Of Missing Out* Dengan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Remaja” menggunakan metode penelitian systematic literature review (SLR) dengan mengambil kesimpulan dan melakukan rievew pada 14 jurnal yang memiliki topik *Fear Of Missing Out* dan kecanduan media sosial Instagram dan subyek penelitiannya adalah siswa SMAN 1 Kertosono. Hasil dari penelitian ini adalah ditemukan hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan kecanduan media sosial. Semakin tinggi *Fear Of Missing Out* maka tingkat kecanduan media sosial akan tinggi juga.

Penelitian kedua yang dilakukan oleh Salwa Nafisa dan Irma Kusuma Salima (2022) yang berjudul “Hubungan Antara *Fear Of Missing Out* Dengan Kecanduan Media Sosial” menggunakan metode kuantitatif korelasional yang

dipakai untuk dapat melihat hubungan antara variabel terikat dan bebas. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas Islam Riau yang berjumlah 13.529 mahasiswa serta menggunakan teknik sampling berjenis *Non Random Sampling*. Subjek pada penelitian ini berjumlah 100 orang dengan karakteristik mahasiswa aktif dan berusia 19-25 tahun. Analisis korelasi *Spearman Rank Order* digunakan dalam penelitian ini. Hasil dari analisis data menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,264 ( $>0,05$ ) dengan signifikansi 0,008 ( $p<0,05$ ). Selanjutnya juga diperoleh nilai  $R=0,304$  dengan  $p<0,005$  yaitu 0,092. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *Fear Of Missing Out* dengan kecanduan media sosial mahasiswa yang ada di Universitas Islam Riau. Jika kecanduan media sosial tinggi maka akan tinggi pula *Fear Of Missing Out* dan berlaku juga sebaliknya.

Penelitian ketiga yang dilakukan oleh Lita Rahma Aryanti dan Lilim Halimah (2021) yang berjudul “Pengaruh FOMO (*Fear Of Missing Out*) Terhadap Adiksi Media Sosial Instagram Pada Wanita *Emerging Adulthood*” dengan metode penelitian kuantitatif dengan metode analisis regresi linier. Dalam penelitian ini, sampel yang digunakan adalah wanita dalam kategori *emerging adulthood* yang berusia 18-24 tahun dan tinggal di Bandung serta aktif dalam media sosial Instagram dalam setahun terakhir. Dengan menggunakan teknik *purposive sampling* berhasil didapatkan subjek yang berjumlah 284 orang. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *Fear Of Missing Out* dengan adiksi media sosial aplikasi Instagram pada wanita *emerging adulthood* di Bandung yang menunjukkan nilai Sig. sebesar 0,00 serta variabel *Fear Of Missing Out* memberikan pengaruh terhadap adiksi media sosial sebesar 34,1%.

Penelitian keempat dilakukan oleh Sandra Adetya dan Ramadhan Siregar yang berjudul “Analisis *Fear Of Missing Out* Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Generasi Z” menggunakan metode penelitian kuantitatif analisis korelasi Bivariate. Penelitian ini menggunakan seluruh generasi Z dengan rentang tahun kelahiran 1995 – 2010 sebagai populasi dan penentuan sampel dengan *non-probability sampling* yang menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil

analisis kategorisasi variabel kecanduan media sosial menunjukkan berada dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah didapatkan menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan kecanduan media sosial pada generasi z.

Penelitian kelima yang dilakukan oleh Nicho Alinton Sianipar dan Dian Veronika Sakti Kaloeti yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan *Feaf Of Missing Out* (FoMO) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro” menggunakan 246 mahasiswa tahun pertama pada Fakultas Psikologi di Universitas Diponegoro sebagai populasi dan dengan teknik *simple random sampling* berhasil didapatkan sampel penelitian sebanyak 191 mahasiswa. Dalam hasil analisis regresi sederhana yang dilakukan, didapatkan hasil hubungan negatif dan signifikan antara regulasi diri dengan *Fear Of Missing Out* yang berarti jika regulasi tinggi maka semakin rendah *Fear Of Missing Out* yang dialami dan juga sebaliknya.

Penelitian keenam yang dilakukan oleh Otniel Binsar Purba, Andik Matulesy dan Sayyidah Aulia Ul Haque yang berjudul “*Fear Of Missing Out* dan *Psychological Well Being* dalam Menggunakan Media Sosial” dengan populasi 121 siswa SMA YPBK 1, Surabaya yang kemudian mendapatkan 100 subjek dengan menggunakan teknik *incidental sampling*. Hasil uji korelasi dengan teknik *non parametric Spearman Rho* diperoleh  $r_{xy} = -0,047$  dengan signifikan ( $p$ )  $0,000 < 0,01$  yang dapat diartikan sebagai adanya korelasi negatif signifikan antara *Fear Of Missing Out* dengan *psychological well being*. Ini berarti semakin tinggi *Fear Of Missing Out* maka dapat berakibat rendahnya *psychological well being* pada individu dalam menggunakan media sosial.

Dari berbagai penelitian di atas dengan berbagai fakta yang telah dipaparkan, adapun persamaan yang terdapat pada penelitian sebelumnya adalah rata-rata subjek yang digunakan yaitu remaja. Sedangkan perbedaan yang ada dalam penelitian pada penelitian antara lain terletak pada variabel terikat, variabel bebas, dan teknik pengambilan data. Dalam penelitian ini akan digunakan kecenderungan kecanduan media sosial Instagram. Peneliti ingin mengetahui

apakah terdapat hubungan antara kecenderungan kecanduan media sosial dengan *Fear Of Missing Out* dalam aplikasi Instagram.

### **1.3 Tujuan Masalah**

Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui ada atau tidak terdapat “Hubungan *Fear Of Missing Out (FoMO)* terhadap Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Instagram pada Siswa.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat beberapa manfaat, yaitu manfaat teoritis serta manfaat praktis yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

#### **1.4.1 Manfaat Teori**

Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian dan mengembangkan keilmuan psikologi. Selanjutnya, penelitian ini juga bisa bermanfaat untuk referensi jika nantinya ada penelitian-penelitian berikutnya yang ingin mengkaji tentang *Fear Of Missing Out (FoMo)* terhadap Kecenderungan Kecanduan Media Sosial.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta referensi yang nantinya dapat dijadikan sebagai acuan untuk alat ukur peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian secara lebih lanjut di masa yang akan datang, memberikan gambaran secara lebih mendalam tentang kecenderungan kecanduan media sosial serta *Fear Of Missing Out*.