

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring berkembangnya zaman dan pesatnya kemajuan teknologi dahulunya masyarakat hanya mencari serta mengetahui informasi terbaru atau mempelajari sesuatu hanya dapat melalui koran atau majalah, dengan kehadiran alat telekomunikasi elektronik atau biasa disebut telepon genggam, (*smartphone*) menjadi sebuah perubahan yang berdampak besar dan memiliki peran yang sangat besar bagi para penggunanya, Berbagai inovasi akan fitur-fitur baru tersebut membuat benda yang satu ini semakin diminati dan laku di dunia pasaran. Hal ini terbukti dengan jumlah pengguna *smartphone* di dunia pada tahun 2019 tercatat sebesar 3,2 miliar naik 5,6% dari tahun sebelumnya (Pusparisa, 2020).

kehadiran *smartphone* tak terlepas dari adanya internet, karena pada intinya kedua hal ini antara *smartphone* dan internet saling berkaitan karena, jika tidak ada internet maka pengguna *smartphone* akan sulit mendapatkan informasi, begitupun dengan tanpa adanya gadget atau *smartphone* internet hanya dapat diakses melalui alat elektronik *computer*. Aktivitas penggunaan internet dan media sosial di Indonesia didominasi oleh kalangan remaja. hal ini berdasarkan data yang dikemukakan oleh (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2017) remaja di Indonesia menjadi pengguna tertinggi media online yaitu dengan presentase 75,50% .

Media sosial dan *smartphone* dapat memberikan dampak negatif pada remaja, salah satunya adalah kecanduan. Hal tersebut dikarenakan dapat mengganggu berbagai kegiatan, diantaranya belajar, interaksi *social* dan pembentukan karakter. Bagi masyarakat khususnya kalangan remaja, *smartphone* dan media sosial sudah menjadi candu yang membuat penggunanya tiada hari tanpa membuka *smartphone* dan media sosial.

Internet dan *smartphone* sebagai fasilitas yang modern seiring berjalannya waktu memiliki pengaruh besar dari berbagai aspek aspek pada kehidupan manusia khususnya pengguna media sosial banyak digunakan pada kalangan remaja yang dimana dengan adanya media sosial remaja dapat mengetahui berbagai informasi mengenai fenomena yang sedang terjadi. Didalam media sosial kita dapat memiliki jaringan pertemanan dan dapat berkomunikasi bahkan dapat melihat apa yang sedang dilakukan oleh teman kita. hadirnya media sosial juga memberikan dampak positif maupun negatif dalam kehidupan manusia, dalam sisi negatif, media sosial dapat mempengaruhi diri menjadi pribadi yang tidak sehat baik jasmani ataupun rohani seperti kesehatan mental dan kecanduan.

Hal ini sangatlah berpengaruh pada perilaku dan perkembangan anak usia remaja. karena Keterikatan pada penggunaan *smartphone* ini dapat terlihat pada saat sekelompok remaja sedang berkumpul bersama dalam satu tempat, dimana frekuensi mereka berbicara lebih rendah karena menggunakan *smartphone*-nya masing-masing (Prayudi, 2014). padahal yang seharusnya dilakukan dalam perkembangan remaja menurut Hurlock (1991) adalah berusaha mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompoknya (kelompok sosialnya) dan berusaha mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial serta dalam usia remaja sangat membutuhkan teman teman sebayanya untuk saling berkomunikasi.

kita juga dapat melihat di tempat umum seperti di mall, restoran, café dan taman sering kali mereka memperlihatkan suatu moment untuk memotret makanan, *selfie* dan *potret* keadaan pada saat itu, dan mengunggah pada jejaring media social yang dimiliki seperti *Instagram, facebook, twitter*, dari hal ini dapat diketahui mereka yang melakukan ini lebih ingin mendapatkan perhatian seperti *like* dan *comment* dari teman di dunia maya, bukan teman yang sedang duduk bersama, sehingga perilaku ini membuat teman teman yang berada disekitarnya merasa terabaikan dengan apa yang dilakukan. Sehingga karena merasa terabaikan akan turut menggunakan atau membuka *smartphone* miliknya (Sandrin *et al.*, 2021).

Pada dasarnya dampak dari penggunaan *smartphone* dapat memicu hal lain. Berdasarkan Studi yang dilakukan oleh James Robert dan Meredith David dalam Thaeras (2017). menyebutkan bahwa seseorang yang memotong pembicaraan lawan bicara untuk melihat *Smartphone* miliknya membuat komunikasi dua arah terasa kurang terhubung, dan dapat merusak kesehatan mental lawan bicara seperti depresi dan gangguan kecemasan. hal ini pasti tidak baik untuk siapapun karena disamping lawan bicara merasa terabaikan & merasa sakit hati, seseorang yang berperilaku *phubbing* pun akan merasakan dampak seperti dianggap tidak sopan dan merusak reputasi orang tersebut. Bahkan dapat menyebabkan masalah yang besar seperti pertengkaran ataupun dikucilkan di lingkungan sekitarnya.

Dengan perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh remaja dapat menjadi konsekuensi yang berkelanjutan terhadap lingkungan sosial dan teman sebayanya. Pada dasarnya Menggunakan telepon genggam pada saat berkumpul disuatu tempat atau diruangan, berkomunikasi dua arah dengan orang lain, berada didalam sebuah forum diskusi dan sebagainya merupakan sesuatu yang dianggap normal dan dapat diterima oleh orang-orang (Retalia, 2020) akan tetapi, perilaku yang berlebihan dalam penggunaan telepon genggam berpotensi merusak hubungan dengan lingkungan sekitarnya (David & Roberts, 2017). telepon genggam tidak hanya mempengaruhi hubungan interpersonal, proses komunikasi tetapi juga berdampak kepada sulitnya dalam membangun dan mempertahankan kontak mata dengan orang yang berada dihadapannya (Karadağ et al., 2015). Istilah *phubbing* berasal dari kata “*phone*” dan “*snubbing*”. Karadağ (2015) berpendapat bahwa *phubbing* adalah perilaku seseorang yang melihat teleponnya saat percakapan dengan orang lain, berurusan dengan teleponnya dan menghindari komunikasi antar pribadi.

Robert dan David (2016) mengatakan bahwa “*phubbee*” adalah sebagai orang yang diperlakukan *phubbing* atau korban dari perilaku *phubbing*, sehingga dengan renggangnya proses komunikasi berlangsung, seseorang yang berperilaku *phubbing* akan mendapat konsekuensi seperti tidak mengetahui apa yang sedang dibicarakan dan akan mendapat perlakuan sebaliknya (tidak

dihargai). Phubbing dapat merusak hubungan atau relasi, baik dalam konteks hubungan romantis, pertemanan, keluarga maupun pekerjaan. Hal ini dikarenakan perilaku phubbing akan mengganggu suatu percakapan, yang kemudian berujung pada kesalahpahaman antar individu. (Al-Shaggaf,2019).

Dilansir dari *Healthline*, salah satu penelitian membuktikan lebih dari 17 persen orang melakukan phubbing kepada orang lain, setidaknya empat kali sehari. Sementara itu, hampir 32 persen menjadi korban phubbing hingga dua sampai tiga kali sehari. Phubbing mengganggu kemampuan untuk merasa benar-benar hadir dan terlibat dengan orang-orang di sekitarnya. Seseorang mungkin hadir secara fisik di hadapan orang lain namun dengan perhatian yang sepenuhnya teralihkan. (syahrial, 2022).

Dilansir dari *Science Daily* pada Kamis (31/5/2018), para peneliti Varoth Chotpitayasunondh dan Profesor Karen Douglas, dari Fakultas Psikologi Kent melibatkan 153 partisipan yang diminta untuk melihat animasi dua orang yang bercakap-cakap lalu membayangkan bahwa mereka adalah salah satu dari mereka. Setiap peserta diberikan salah satu dari tiga situasi yang berbeda. Tanpa phubbing, phubbing parsial dan phubbing ekstensif. Hasilnya menunjukkan, semakin tinggi tingkat phubbing, orang mengalami ancaman yang lebih besar pada kebutuhan fundamental mereka. Para peserta juga menganggap, kualitas komunikasi menjadi lebih miskin dan hubungan jadi kurang memuaskan.

Dilansir dari *cnindonesia.com* separuh remaja Australia menderita penyakit media sosial. Berdasarkan hasil survei *The Stress and Wellbeing di Australia* yang dirilis pada 8 November 2015, Lebih dari separuh remaja Australia, atau sekitar 56 persen adalah pengguna berat media sosial,” kata seorang psikolog, Andrew Fuller. Terdapat 54 persen remaja yang takut bahwa temannya mendapatkan pengalaman penghargaan di media sosial hal ini dapat dijelaskan sebagai (Fomo). Sebanyak 60 persen dilaporkan takut kalau temannya bersenang-senang tanpa mengajak mereka. Ada pula 63 persen remaja yang takut ketinggalan informasi dari teman-temannya. lebih dari 53

persen remaja menghabiskan waktu sekitar 15 menit di media sosial sebelum tidur. 57 persen remaja dilaporkan mengalami sindrom sulit tidur akibat media sosial. (Marsela, 2015).

Menurut Chotpitayasunondh dan Douglas dalam Pemayun (2019) Ada banyak faktor yang mempengaruhi *phubbing* salah satunya adalah, *fear of missing out (Fomo)*. Penelitian yang dilakukan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) menunjukkan bahwa variable Fomo memiliki pengaruh positif terhadap *phubbing* melalui adiksi *smartphone* ($\beta = 0,33, p < 0,001$). yang merupakan terjadinya *phubbing* karena Fomo melemahkan individu dengan membangkitkan rasa tidak aman dan disebabkan karena penggunaan *smartphone* secara terus menerus (Carbonell, Oksent, & Beranuy, 2013; Chotpitayasunondh dan Douglas (2016).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Al-Saggaf dan O'Donnell (2019) di Australia mengenai *The Role Of State Boredom, State Of Fear Of Missing Out And State Loneliness In State Phubbing* yang melibatkan 325 responden membuktikan dan menunjukkan bahwa apabila FOMO tinggi maka *Phubbing* pun tinggi. Dapat diartikan, individu yang memiliki perasaan takut, khawatir, cemas dan gelisah akan kehilangan kesempatan untuk mengetahui informasi tentang orang lain atau teman sebayanya, maka cenderung melakukan *phubbing*.

Dilansir dari eposdigi.com adapun gejala dari perilaku *phubbing* yang didasari oleh adanya Fomo yaitu merasa sulit untuk lepas dari gawai, lebih tertarik pada kehidupan di dunia maya dibandingkan dunia nyata dan berkeinginan kuat (terobsesi) untuk tampil seperti orang lain yang sedang tren, baik itu yang dilihatnya di media sosial maupun dalam keseharian di dunia nyata. Fomo dan juga *phubbing* adalah kompensasi dari kebutuhan akan perhatian sehingga rasa haus akan perhatian itulah yang memicu fomo maupun *phubbing*. Fomo menarik semua perhatian dari dunia maya ke dalam diri dan menuntut kepedulian dan perhatian dari semua orang, terutama orang-orang yang berada di dunia maya sedangkan *Phubbing*, menanggapi rasa tersebut

dengan berlari keluar menuju dunia maya dan tidak mempedulikan orang-orang disekitar.

Intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi di kalangan remaja berkaitan erat dengan kecanduan *smartphone*. Fitur media sosial pada *smartphone* menjadi salah satu faktor yang memperburuk kecanduan *smartphone* di kalangan remaja. Akibat dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan di kalangan remaja tidak hanya menyebabkan masalah kesehatan fisik, tetapi juga psikologis. Dampak dari penggunaan media sosial yang berlebihan pada remaja di antaranya yaitu ketakutan akan tertinggal momen berharga bersama teman ketika mereka tidak hadir secara digital atau *Fear of Missing Out (FoMO)*.

Kecanduan *smartphone* terkait dengan penggunaan media sosial. Penggunaan layanan pesan singkat, messenger, dan media sosial lainnya adalah prediktor utama kecanduan *smartphone*. Kecanduan media sosial merupakan perilaku kompulsif terhadap penggunaan media sosial yang berdampak pada kehidupan penggunanya. Individu sebagai pengguna cenderung mengalami kesulitan mengendalikan penggunaan media sosial dan merasa tidak nyaman ketika mereka tidak dapat menggunakan media sosial. Intensitas penggunaan *smartphone* berhubungan dengan adanya rasa takut akan ketertinggalan atau FoMO. Hal ini disebabkan karena penggunaan yang berlebihan dapat membentuk kebiasaan. Sehingga individu yang terbiasa menggunakan *smartphone* dengan intensitas tinggi akan merasa takut tertinggal informasi jika meninggalkan atau tidak memeriksa *smartphone* beserta fitur yang sering digunakannya. (Eka.,2020).

Fomo (Fear Of Missing Out) adalah keadaan dimana seseorang mengalami kegelisahan setelah melihat ataupun memeriksa media sosial yang dimilikinya serta terfokus pada keseruan keseruan yang sedang dilakukan oleh teman di luar sana dan selalu ada keinginan besar untuk terus dapat mengetahui dan terhubung dengan apa yang sedang dilakukan oleh teman temannya atau orang lain di dunia maya.

Hal ini diiringi dengan adanya keinginan dan kegelisahan untuk ingin terus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain (Przybylski et al., 2013). Perasaan ketidaknyamanan ini muncul karena adanya dan terbentuknya keyakinan bahwa orang lain mengalami hal yang lebih bahagia atau sesuatu yang tidak dialami oleh dirinya (Abel et al., 2016). Agar tetap terus terhubung terhadap informasi terbaru mengenai orang lain remaja akan cenderung membuka *smartphone*. Hal ini dapat menyebabkan kelelahan secara mental dan frustrasi serta rendah diri (Wiesner, 2017), stress, cemas (Przybylski et al., 2013), perasaan tidak ikut serta, terkucilkan dan kesepian (Vaidya et al., 2016), hingga melakukan phubbing (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019).

Rasa kepercayaan diri mereka lebih rendah dan ada rasa kesepian inferior terutama jika mereka yakin bahwa mereka tidak sesukses orang-orang sebaya atau yang ada di lingkaran *social* mereka. Bagi remaja hal semacam ini terasa tidak bisa terpisahkan sedikitpun dari *smartphone* yang dapat dikatakan juga sebagai perilaku phubbing dan media sosial sebagai sasaran ketika membuka *smartphone*. Konsekuensi negatif dari FOMO bagi remaja adalah masalah identitas diri, kesepian, gambaran diri negatif, perasaan inadkuat, perasaan terpinggirkan, dan iri hati.

Hasil Survei FOMO yang dilakukan oleh organisasi profesi psikologi Australia (*Australian Psychological Society*) menunjukkan bahwa remaja rata-rata membuka *smartphone* 2,7 jam per hari.

Prevalensi FOMO pada remaja adalah 50%, sedangkan pada kelompok dewasa adalah 25%. Penelitian ini juga menemukan bahwa, remaja secara signifikan lebih besar kemungkinannya mengalami fenomena FOMO dibandingkan kelompok dewasa. Artinya, *smartphone* dan media sosial sangat berpengaruh pada remaja dalam pembentukan identitas diri, FOMO yang ada pada remaja memiliki kontribusi terhadap perilaku phubbing hal ini dapat diamati dari perilaku yang dimunculkan oleh remaja tersebut. Di Indonesia Di kalangan usia 11-26 tahun, 94,4 persennya telah terkoneksi internet. Sebanyak 98,2 persennya menggunakan *smartphone* rata-rata 7 jam sehari. (Thasandra, 2019).

Penelitian dilakukan di Bekasi berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2020) penduduk Indonesia terkonsentrasi di Jawa sebesar 56,10%. Data dari Kominfo (2017) menyatakan, kepemilikan *smartphone* terbanyak di Indonesia berada di Pulau Jawa yakni sebesar 86,60 %. Salah satu wilayah metropolitan berpengaruh di Jawa yakni adalah Jabodetabek (Tanaga, 2018). Selain itu, Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi merupakan 10 kota besar dengan kepemilikan *smartphone* tertinggi di Indonesia (Badan Pusat Statistik [BPS], dalam Lokadata, 2021).

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan antara FOMO (*Fear Of Missing Out*) dengan *Phubbing Behaviour* Pada Remaja Di Kota Bekasi.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan paparan yang sudah dijelaskan dilatar belakang. Peneliti menemukan permasalahan yang terjadi pada penelitian terdahulu. Penelitian sebelumnya berkaitan dengan topik permasalahan yang sedang diteliti.

Penelitian yang dilakukan oleh Hura, Sitasari dan Rozali (2019) mengenai pengaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada remaja dengan tujuan penelitian untuk mengetahui adanya pengaruh antara fomo terhadap *phubbing* pada remaja. Penelitian ini melibatkan 100 responden yang merupakan remaja. Berdasarkan hasil analisis uji data statistik menggunakan regresi linear sederhana yang telah dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh positif *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada remaja. Dengan demikian, semakin tinggi *fear of missing out* maka remaja tersebut melakukan *phubbing*. Sebaliknya semakin rendah *fear of missing out* maka remaja tersebut tidak melakukan *phubbing*.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Pemayun (2019) yang berjudul pengaruh adiksi *smartphone*, *fear of missing out* dan konformitas terhadap *phubbing*, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat pengaruh dari adiksi *smartphone*, Fomo dan konformitas terhadap *phubbing*, hasil penelitian menunjukan bahwa yang paling besar pengaruhnya terhadap *Phubbing* adalah

adiksi terhadap *smartphone*, sedangkan Fomo memiliki pengaruh yang kurang signifikan terhadap *phubbing*, sehingga keterhubungan antara fomo terhadap *phubbing negative*.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2022) mengenai hubungan antara komunikasi interpersonal dan *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Prodi Sosiologi Agama Angkatan 2020 dan 2021 yang berjumlah 203 orang. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing*. Dengan Sumbangan Efektif sebesar 35,38%. Semakin tinggi *fear of missing out* maka semakin tinggi perilaku *phubbing*.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Aghnia (2020) mengenai pengaruh *fear of missing out* terhadap *phubbing* dengan empati sebagai variable moderator, Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif kausalitas dengan teknik analisis regresi berganda, Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung Hasil penelitian ini menunjukkan, FoMO berpengaruh terhadap *phubbing*, dan empati tidak berpengaruh terhadap *phubbing*.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Fauzan (2018) mengenai analisis psikometrik *instrument phubbing* dan factor factor yang mempengaruhinya. Penelitian ini menjelaskan bagaimana hubungan antar variable yang memiliki pengaruh terhadap perilaku *phubbing* baik secara langsung maupun tidak langsung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variable fomo secara tidak langsung memiliki hubungan dan pengaruh yang signifikan terhadap perilaku *phubbing* dengan melalui *smartphone addiction* sebagai variable mediator.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Fadhila (2022) mengenai Pengaruh fomo terhadap *Phubbing* pada remaja, Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi linear sederhana. Responden dalam penelitian ini adalah remaja

yang berada dalam rentang usia 16-22 tahun, berdomisili di Kota Padang, Metode sampling yang digunakan adalah *accidental* sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh yang kurang signifikan antara FoMo terhadap *Phubbing behavior*, dan Fomo lebih dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Oleh karena itu, peneliti menemukan dengan rumusan masalah “apakah terdapat hubungan antara *Fear Of Missing Out* dengan *Phubbing Behaviour* pada remaja di kota Bekasi ?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Fear Of Missing Out* dengan *Phubbing Behaviour* pada remaja di kota Bekasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya untuk dikembangkan sebagai kajian teoritis maupun sebagai referensi pada bidang psikologi kepribadian khususnya terkait dengan (Fomo) dan Perilaku *Phubbing*. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan dan wawasan bagi masyarakat khususnya pada usia remaja yang membutuhkan terutama penelitian dengan topik yang serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai cara mengamalkan ilmu pada waktu kuliah dengan melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan pendidikan serta memberi pengetahuan kepada peneliti mengenai hubungan *Fear Of Missing Out (Fomo)* terhadap perilaku *Phubbing* dan memahami serta mengetahui akibat dari hubungan kedua hal tersebut.

2. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan khususnya bagi remaja di Bekasi untuk dijadikan bahan informasi

mengenai bagaimana Hubungan dari fenomena *Fear Of Missing Out (Fomo)* pada perilaku *Phubbing*.

