

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Komunikasi merupakan bagian penting dalam kehidupan sehari-hari, karena tanpa adanya komunikasi, seorang individu tidak bisa saling bertukar pikiran, saling terhubung, saling berinteraksi, dan saling memahami satu sama lainnya. Ada beberapa gaya dalam komunikasi, diantaranya adalah komunikasi verbal dan komunikasi non verbal. Yang dimaksud dengan komunikasi verbal yaitu komunikasi yang dilakukan dalam bentuk lisan maupun tulisan, sedangkan komunikasi non verbal pada umumnya cara berkomunikasi-nya lebih menggunakan bahasa tubuh sebagai alat komunikasi. Contohnya, seperti menggunakan beberapa gerakan tangan, raut muka, menggelengkan kepala, beberapa tanda, dan tindakan lainnya. Begitu pula dengan adanya sosial media, sosial media atau media sosial juga merupakan salah satu alat yang biasa digunakan oleh seseorang sebagai alat untuk berkomunikasi online secara jarak jauh, serta dapat digunakan untuk mendapatkan arahan atau mendapatkan berita melalui beberapa aplikasi khusus yang digunakan menggunakan jaringan internet. Kemunculan hadirnya media sosial berbasis online memberi banyak kesempatan dan peluang untuk suatu individu agar dapat saling berkomunikasi dan bertukar berbagai macam informasi dengan mudah bagi pengguna internet di berbagai negara, termasuk juga Indonesia.

Seiring berkembangnya zaman, dari tahun ke tahun, dunia mengalami berbagai macam perkembangan, terutama perkembangan revolusi teknologi informasi dan komunikasi yang selalu memunculkan banyak perubahan-

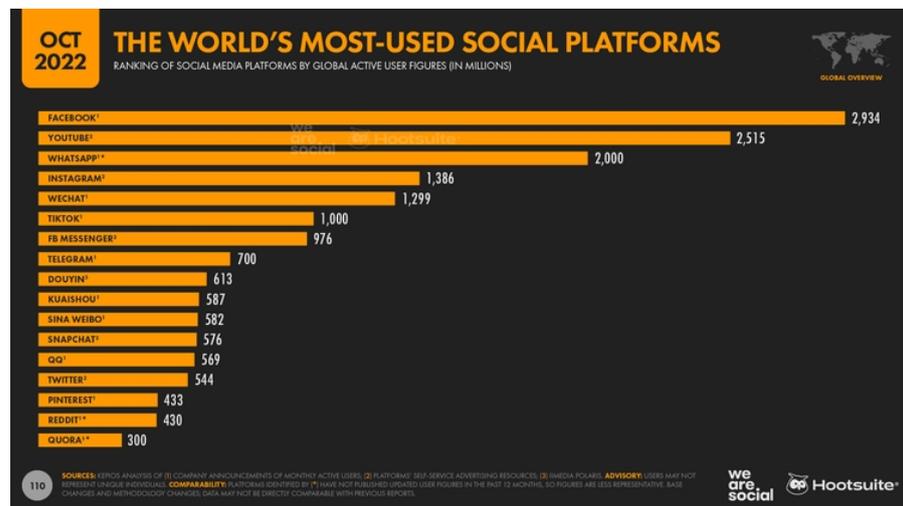
perubahan baru terutama dalam cara berkomunikasi yang berbeda dari yang sebelumnya sudah ada. Interaksi antar sesama manusia yang sebelumnya terbatas antara ruang dan waktu secara fisik, kini dengan adanya perkembangan teknologi komunikasi yang serba digital, kegiatan berkomunikasi dan bersosialisasi dapat dengan mudah dilakukan tanpa batas dan dapat dengan mudah menembus kota maupun negara. Sosial media atau yang biasa disebut juga media sosial, merupakan teknologi komunikasi dan informasi.

Hampir seluruh penduduk di belahan dunia memanfaatkan teknologi komunikasi yang serba digital ini dalam kehidupan mereka. Hal tersebut pun membuktikan bahwa media sosial erat kaitannya dengan kehidupan sehari-hari. Dengan menggunakan media sosial mereka dapat saling berkomunikasi dengan teman maupun keluarga, mengisi waktu luang, membaca berita, melihat aktifitas seseorang melalui *story* yang mereka bagikan, membuat konten, menemukan suatu inspirasi, membeli barang kebutuhan di *platform* perbelanjaan, sharing dan diskusi dengan seseorang, menonton *live streaming*, dan masih banyak hal lain yang dapat dilakukan dengan media sosial. Media sosial merupakan sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun di atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0 yang memungkinkan penciptaan dan pertukaran konten oleh penggunanya (Kaplan, 2010).

Pada tahun 2021 terdapat 4.2 miliar pengguna media sosial di seluruh dunia, sehingga pengguna media sosial sebanyak 53% dari total populasi di dunia. Terdapat penambahan pengguna media sosial dari tahun 2020 ke 2021 sebesar 13% dengan rata-rata 1.3 juta pengguna baru setiap harinya, terdapat 15 pengguna baru setiap detiknya (Kemp, 2021). Di Indonesia sendiri,

pengguna sosial media meningkat 8,1% (12 juta) dari tahun 2019 sampai 2020, sehingga pada tahun 2020 terdapat 160 juta pengguna aktif media sosial di Indonesia (Simon, 2020).

Berdasarkan data dari We Are Social pada tahun 2022 di seluruh dunia, media sosial setiap tahun-nya memiliki peran yang signifikan dan memiliki dampak yang lumayan cukup banyak terhadap kehidupan manusia, bisa dilihat dari perkembangan orang-orang di seluruh dunia yang mengakses media sosial, dan hal ini menandakan bahwa media sosial berkembang sangat pesat yang mana dapat dilihat pada gambar 1.1 di bawah ini:



Gambar 1. 1 Grafik Platform Media Sosial di Seluruh Dunia Tahun 2022

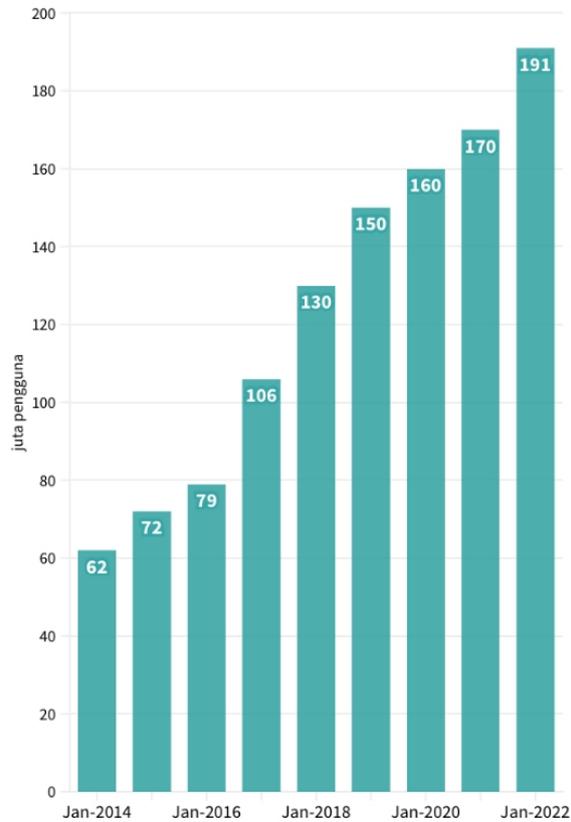
Sumber Gambar: (<https://datareportal.com/social-media-users>)

Data tersebut menunjukkan bahwa media sosial yang paling banyak digunakan di seluruh dunia pada bulan Oktober tahun 2022 di peringkat pertama diduduki oleh *platform* media sosial Facebook, sedangkan peringkat kedua diduduki oleh Youtube dan yang ketiga adalah WhatsApp. Hal ini berarti terbukti bahwa media sosial sangat berpengaruh dalam kehidupan

manusia di keseharian mereka.

Sementara itu, We Are Social juga memiliki data terkait pengguna media sosial paling banyak di Indonesia, berdasarkan data tersebut jumlah pengguna aktif media sosial di Indonesia adalah sebanyak 191 juta orang pada bulan Januari 2022. Jumlah tersebut meningkat dibandingkan pada tahun 2021 yang hanya berjumlah sebanyak 170 juta orang. Peningkatan jumlah dari tahun 2021 sampai 2022 yakni berkisar 12,35% dan hal ini juga menandakan bahwa media sosial berkembang sangat pesat yang mana dapat dilihat pada gambar 1.2 di bawah ini:

**Jumlah Pengguna Aktif Media Sosial di
Indonesia
(2015-2022)**



Sumber: We Are Social

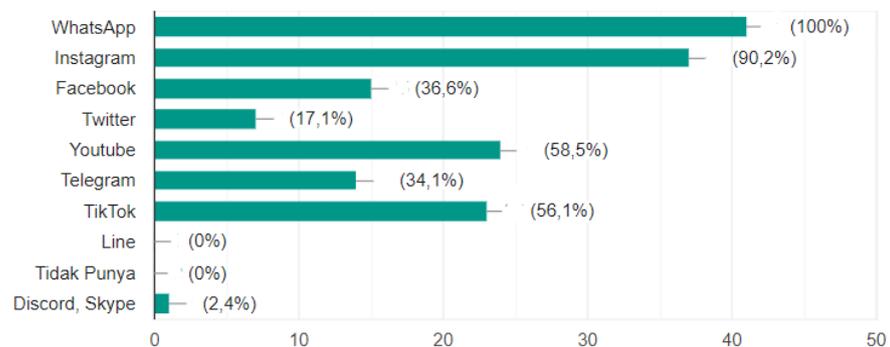
Gambar 1. 2 Grafik Jumlah Pengguna Aktif Media Sosial di Indonesia Tahun 2014-2022

Sumber Gambar: <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-media-sosial-di-indonesia-capai-191-juta-pada-2022>

Data tersebut menunjukkan bahwa, jumlah pengguna media sosial di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun. Tahun yang paling banyak pengguna aktif media sosial yakni pada Januari 2022, yang berjumlah 191 juta orang di Indonesia. Dilihat dari data tersebut di atas, kenaikan jumlah pengguna media sosial paling tinggi ada pada tahun 2017 yakni prosentasenya

mencapai 34,2% dari tahun sebelumnya.

Lalu berdasarkan data yang Peneliti dapatkan dari Mahasiswa di UNUGHA (Univeritass Nahdlatul Ulama Al Ghazali) Cilacap, ada beberapa Mahasiswa yang telah mengisi kuisisioner survei terkait jumlah penggunaan media sosial yang paling sering digunakan oleh para Mahasiswa UNUGHA Cilacap, dapat dilihat pada gambar 1.3 di bawah ini, sebagai berikut:



Gambar 1. 3 Grafik Jumlah Media Sosial Yang Paling Sering Digunakan Mahasiswa UNUGHA Cilacap Periode Tahun 2020-2022

Sumber Gambar: Data Peneliti (2023)

Berdasarkan data di atas, menunjukkan bahwa media sosial yang paling banyak dan paling sering digunakan oleh Mahasiswa UNUGHA Cilacap angkatan tahun 2020-2022, pada urutan pertama yakni media sosial WhatsApp. Sementara untuk urutan kedua yaitu Instagram, dan yang ketiga adalah Youtube, dengan selisih tidak jauh berbeda dengan TikTok.

Perkembangan teknologi dan informasi terutama dibidang komunikasi, seiring berjalannya waktu, berjalan dengan sangat pesat dan canggih. Berbagai jenis alat komunikasi diciptakan dengan tujuan untuk mempermudah berkomunikasi, mencari informasi, atau menyebarkan

informasi. Kebutuhan suatu individu untuk terus update setiap saat, membuat banyak khalayak orang terkesan seperti tidak bisa lepas dari media sosial. Berdasarkan apa yang dipaparkan oleh Cahyono, mengemukakan bahwa media sosial ialah sebuah situs jejaring sosial dengan berbasis web yang memungkinkan setiap orang untuk membangun profil atau akun dalam sistem publik serta dapat melihat dan mengetahui data koneksi mereka yang dirancang oleh orang lain menggunakan suatu system (Cahyono, 2016). Media sosial dapat disebut juga sebagai mediator bagi seorang individu dengan individu yang lainnya. Dengan adanya media sosial, seseorang dapat saling mengekspresikan diri mereka, saling berinteraksi dan berkomunikasi satu sama lain, serta dapat saling bekerja sama. Dengan hal tersebut, bagi kebanyakan orang, media sosial dapat menjadi sebuah kegelisahan, apabila suatu individu memiliki rasa takut akan ketinggalan suatu momen, trend kekinian, berita terupdate dan lain sebagainya, sehingga individu tersebut memiliki keinginan untuk selalu mengecek akun media sosial yang mereka miliki setiap waktu. Kondisi tersebut tidak lain merupakan salah satu bentuk akibat dari kecanduan bermain media sosial.

Menurut (Eijnden, R. J. J. M. Lemmens, J. S. & Valkenburg, 2016) kecanduan media sosial ialah suatu gangguan sikap dalam pemakaian media sosial yang melampaui batas yang merujuk akibat terlalu sering menggunakan media sosial. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami kecanduan media sosial diantaranya yaitu; kecemasan sosial (Azka, Firdaus, & Kurniadewi 2018), kesepian (Miftaburrahmah & Harabap, 2020), dan *Fear of Missing Out* (Fathadika & Afriani, 2018). (Przybylski et al., 2013) menyatakan bahwa setiap individu yang mengalami

FoMO (*Fear of Missing Out*) dapat memungkinkan dirinya terikat media sosial. Salah satu ciri yang paling menonjol dari seseorang yang terkena FoMO yaitu adanya dorongan untuk selalu bermain menggunakan media sosial setiap waktu. Hubungan antar sesama manusia yang kian melekat meskipun dipisahkan oleh jarak ribuan kilometer antara satu dengan yang lainnya, terbukti juga memiliki dampak yang negatif. Seperti halnya contoh kasus penganiayaan yang viral se-Indonesia bahkan dunia pada tahun 2019, yang terjadi pada siswi SMP bernama Audrey di Pontianak, Kalimantan Barat. Audrey mengalami penganiayaan oleh sejumlah siswi SMA yang diduga dipicu karena masalah percintaan dan saling membully di media sosial. Bahkan Presiden Joko Widodo merasa khawatir dengan kasus perundungan yang terjadi karena media sosial ini. "Yang pasti adalah, kita sedang menghadapi masalah perubahan pola interaksi sosial antar masyarakat melalui media sosial. Kita sedang dalam masa transisi pola interaksi sosial itu, hendaknya lebih berhati-hati," kata Jokowi dalam akun Instagram, @jokowi, pada hari Rabu (10/4/2019) (Yudo Dahono, 2019).

(Przybylski et al., 2013) menyatakan bahwa, FoMO merupakan keinginan atau hasrat yang besar untuk saling berkomunikasi dan tetap terhubung dengan kegiatan orang lain melalui media sosial. (Przybylski et al., 2013) juga mengemukakan bahwa, FoMO juga dapat diartikan sebagai perasaan ketakutan akan kehilangan atau ter-ketinggalan terhadap suatu momen yang berharga dengan melibatkan teman atau sekelompok teman sebayanya, ketika individu tersebut tidak hadir dari interaksi atau koneksi dengan mereka. Istilah FoMO dapat diartikan pula dengan suatu kondisi di mana seseorang takut dan cemas untuk dikatakan tidak gaul, tidak update, dan

takut ketinggalan suatu berita yang sedang viral atau sedang panas dibicarakan baru-baru ini.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh organisasi psikologi dari Australia (*Australian Psychological Society*) dengan hasil yang menyatakan bahwa remaja rata-rata bermain media sosial selama 2,7 jam perhari dan telah dinyatakan positif mengalami FoMO. Dari penelitian ini pula diperoleh bahwa, usia remaja secara signifikan lebih besar (50%) mengalami FoMO daripada usia dewasa, yakni hanya sebesar (25%). Seperti yang kita ketahui bersama, ada beberapa macam generasi dalam kehidupan manusia, yaitu generasi Baby Boomers, generasi Y, generasi Z, generasi X, dan generasi Alfa. Generasi mereka lahir ketika internet sudah mendunia seperti sekarang ini, sehingga hal tersebut tentu sangat berpengaruh terhadap pandangan, nilai-nilai dan tujuan hidup mereka. Generasi Y dan generasi Z tidak perlu lagi melakukan penyesuaian diri terhadap lonjakan teknologi komunikasi, karena mereka sudah terbiasa dengan perkembangan pesat teknologi dari mereka lahir hingga sekarang.

FoMO merupakan suatu jenis kecemasan yang mayoritas dirasakan oleh generasi Z, yaitu mereka yang terlahir pada tahun 1995 sampai tahun 2010. Di zaman yang modern dan serba canggih oleh penggunaan media sosial seperti sekarang ini, media sosial memiliki peran dan kegunaan yang begitu penting bagi setiap orang untuk saling terhubung dengan teman-teman maupun keluarganya. Menurut (Rathus, 2007) mengungkapkan bahwa masa remaja merupakan tahap perkembangan yang menunjukkan kemampuan koneksi dan peran sosial mereka, serta membentuk siapa diri mereka. Kemampuan menjalin suatu koneksi tersebut digambarkan oleh Hawk yang

menekankan bahwa usia remaja merupakan pengguna media sosial paling banyak dengan kisaran 70% oleh kalangan usia muda (Hawk, S. T., van den Eijnden, R. J., van Lissa, C. J., & Bogt, 2019). Hanya saja, (Gemmill & Peterson, 2006) menyatakan bahwa teknologi, terkhusus media sosial, berperan sebagai pengalih perhatian karena memberikan berbagai fitur yang dapat menimbulkan atau memunculkan rasa kesenangan pada diri penggunanya.

Menurut hasil survei dari (Global Web Index, 2018) juga mengungkapkan bahwa masyarakat Indonesia yang rentang berusia 16-24 tahun mengakses akun media sosial selama lebih dari 3 jam per hari. Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa Mahasiswa yang mengalami kecanduan media sosial ini dapat menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial yaitu sekitar 5 jam per hari (Azka et al., 2018). Sementara dari data sementara yang Peneliti dapatkan dari Mahasiswa UNUGHA Cilacap, rata-rata mayoritas Mahasiswa menghabiskan waktu untuk menggunakan media sosial juga sekitar lebih dari 5 jam perhari. Dari hal tersebut sudah dapat kita lihat bahwa Mahasiswa di UNUGHA Cilacap rentan terkena FoMO.

Apabila kita lihat bersama dari gambaran empat belas tahun terakhir sampai saat ini (sekitar tahun 2008-2022), pendidikan di Indonesia telah memberlakukan sistem pembelajaran dengan menggunakan teknologi berbasis digital dan internet, seperti dihadapkannya fitur-fitur edukasi yang dapat diakses melalui *smartphone* mereka. Salah satu hasil penelitian yang melibatkan kelompok siswa dengan proses belajar melalui bantuan alat digital, siswa lebih sering membuka konten diluar dari bahasan pembelajaran, salah

satunya adalah mencuri waktu untuk membuka media social (Junco, Reynol; R. Cotten, 2012). Oleh karena itu, hal tersebut tentu dapat menunjukkan bahwa remaja-remaja nampak begitu susah untuk melepaskan diri dari gadget mereka, apalagi ditambah dengan adanya fitur-fitur tambahan di *smartphone* mereka, seperti terdapat hiburan-hiburan tertentu, dalam bentuk media sosial yang begitu mudah dalam proses pengaksesannya menggunakan jaringan internet. Sehingga hal tersebut dapat menyebabkan remaja-remaja se-usia mereka mengalami kecanduan dalam bermain media sosial. Dalam bidang psikologi, hal tersebut biasa dikenal dengan istilah *problematic social media use* (Risdyanti et al., 2019).

Fenomena FoMO ini muncul dari sebuah perasaan cemas dan takut, yang muncul di dalam diri seseorang akibat ketinggalan sesuatu hal yang baru, seperti trend terkini, berita yang sedang update, dan lain hal sebagainya (yang dilakukan oleh orang lain dan tidak bisa dilakukan oleh mereka). Selain karena takut ketinggalan berita yang sedang viral atau suatu tren kekinian, FoMO juga bisa memberikan dampak yang buruk terhadap suatu individu untuk melakukan sesuatu hal yang dinilai kurang etis, yakni berbohong salah satunya. Beberapa oknum sengaja melakukan kebohongan yang mereka lakukan di media sosial dengan memasang atau mengupload suatu konten gambar, tulisan, ataupun video yang tidak sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya sedang mereka alami.

FoMO dapat membuat seseorang menghabiskan sebagian besar waktunya hanya untuk menjelajah dunia maya dan mengabaikan dunia nyata, dengan demikian produktifitas-pun akan menjadi menurun (Tv, 2020). Selain itu juga, FoMO dapat menimbulkan seseorang merasa kurang bahagia dan

kurang puas terhadap kehidupan nyata yang sedang mereka alami, sehingga dapat menurunkan rasa percaya diri dan meningkatkan rasa *insecure* ke dalam diri mereka. FoMO yang berlebihan, tentu dapat memberikan dampak yang negatif, dimana individu tersebut akan terus memantau kegiatan yang dilakukan oleh orang lain sehingga mereka akan terus-menerus melihat media sosial mereka setiap waktu dan setiap saat. Selain itu, FoMO juga ditandai dengan selalu melihat notifikasi di dalam *smartphone*-nya, meskipun terkadang tidak ada notifikasi sekalipun yang masuk, mereka tetap memantau *smartphone* mereka (Przybylski et al., 2013). (Przybylski et al., 2013) menyebutkan adanya keterhubungan antara FoMO dan *social connectedness* tidak terlepas dari intensitas penggunaan media sosial.

Alasan Peneliti memilih objek penelitian ini karena, sebagai seorang Mahasiswa, apalagi di zaman modern ini yang semuanya serba canggih dengan hadirnya internet dan serba digital, bahkan banyak dari kita yang mayoritas hampir menggunakan semua jenis media sosial, mulai dari YouTube, Instagram, Facebook, Whatsapp, Line, Twitter, TikTok, Snapchat dan media sosial lainnya. Dengan hal ini, menurut Peneliti, FoMO tentu akan sangat berdampak bagi kehidupan para Mahasiswa. Dan juga karena lokasi dari penelitian ini yang terletak di kampus UNUGHA Cilacap, Peneliti rasa sudah cukup mewakili kriteria untuk dilakukan pengambilan sampling, sehingga penelitian ini dapat untuk dilakukan. Selain itu juga karena Peneliti adalah salah satu Mahasiswa dari Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam, UNUGHA Cilacap, dimana di prodi ini Peneliti dituntut untuk harus update tentang segala hal baik itu tentang media sosial, issue berita terkini, suatu tren dan lain sebagainya.

Pada penelitian ini juga, Peneliti memulai penelitian ini dengan mencari permasalahan dan kemudian menemukan masalah atau persoalan yang ingin diteliti oleh Peneliti. Dimana permasalahan ini Peneliti temukan dari penelitian orang lain yang meneliti terkait FoMO di kampus-kampus lain yang mendapatkan hasil bahwa FoMO sangat berpengaruh pada kehidupan para Mahasiswa. Sedangkan untuk permasalahan yang ada pada tempat penelitian yang hendak Peneliti lakukan ini, belum terbukti terdapat pengaruh FoMO pada Mahasiswa, dikarenakan belum ada penelitian yang membahas terkait FoMO di kampus UNUGHA Cilacap sebelumnya. Oleh karena itu, Peneliti rasa penelitian ini penting untuk dilaksanakan, karena agar para Mahasiswa tahu dan paham tentang apa itu FoMO, dampak yang ditimbulkan karena adanya FoMO dan pengaruh penggunaan media sosial terhadap FoMO.

Maka dari itu, berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, Peneliti sangat tertarik untuk meneliti penelitian dengan mengangkat judul tentang, **“Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap FoMO “*Fear of Missing Out*” Pada Mahasiswa UNUGHA Cilacap Periode Tahun Ajaran 2020-2022”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dari penelitian ini dapat dibuat suatu rumusan masalah sebagai berikut:

“Apakah terdapat pengaruh antara Media Sosial dengan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa UNUGHA Cilacap.”

C. Definisi Operasional

Yang dimaksud dengan definisi operasional adalah memberikan batasan atau definisi atas istilah kunci yang ada dalam judul penelitian secara

terukur (operasional), bukan abstrak. Sehingga mendefinisikan judul penelitian sesungguhnya bukan mendefinisikan setiap kata yang ada dalam judul penelitian (Zulfa, 2014).

Adapun definisi operasional pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengaruh adalah (1) daya yang menyebabkan sesuatu yang terjadi; (2) sesuatu yang dapat membentuk atau mengubah sesuatu yang lain; (3) tunduk atau mengikuti karena kuasa atau kekuatan orang lain (Badudu, 2001).
2. *Fear of Missing Out* (FoMO) adalah suatu teori yang didasarkan pada teori *self-determinant* (Al-Menayes, 2016). Secara teoritis, (Przybylski et al., 2013) mendefinisikan *Fear of Missing Out* 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 terhubung dengan apa yang orang lain lakukan melalui internet atau dunia maya. Menurut (Alabri, 2022) dari berbagai literatur telah memvalidasi hubungan antara FoMO dan penggunaan *smartphone* itu disimpulkan bermasalah. Sejumlah penelitian telah mengungkapkan FoMO telah mendahului penggunaan media sosial, dengan hipotesis bahwa mereka yang mengalami tingkat FoMO yang lebih tinggi akan merasa lebih terdorong untuk selalu memeriksa jaringan media sosial mereka. Beberapa indikasi atau gejala yang muncul karena FoMO menurut Amna Alabri diantaranya adalah sebagai berikut:
 - a. Selalu memeriksa halaman Facebook atau jejaring sosial lainnya.

- b. Selalu memeriksa jejaring sosial di Tempat Kerja atau Sekolah.
 - c. Sering memposting pembaruan status.
 - d. Sering memposting foto.
 - e. Menelusuri profil dan foto.
 - f. Membaca postingan.
 - g. Mengomentari postingan, pembaruan status, foto, dll.
 - h. Klik “suka” pada postingan, foto, dll.
 - i. Memeriksa jaringan sosial untuk mencari tahu di mana pesta atau pertemuan sosial tersebut.
 - j. Posting foto dari pesta/kumpulan sosial yang dihadiri.
 - k. Mengomentari atau menyukai foto pesta/kumpul-kumpul teman.
3. Media Sosial (Medsos) adalah media berbasis internet yang digunakan untuk kebutuhan komunikasi secara jarak jauh, proses interaksi antara user satu dengan user lain, serta mendapatkan sebuah informasi melalui perangkat aplikasi khusus yang menggunakan jaringan internet (Adani, 2020).
4. Mahasiswa UNUGHA Cilacap Periode Tahun Akademik 2020-2022, ialah merupakan seorang pelajar yang tengah menempuh pendidikan di bangku kuliah dengan tujuan memperoleh gelar sarjana Strata 1 di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap. Dalam Penelitian ini para Mahasiswa yang dimaksud adalah Mahasiswa UNUGHA Cilacap periode tahun akademik 2020-2022. Sedangkan UNUGHA Cilacap merupakan sebuah

perguruan tinggi berbasis islam yang terletak di Jalan Kemerdekaan Timur No. 17 Kesugihan, Cilacap, Jawa Tengah.

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat “Pengaruh antara Media Sosial dengan *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa UNUGHA Cilacap.”

E. Manfaat Penelitian

Manfaat Penelitian yang diharapkan oleh Peneliti tentunya terdapat dua manfaat, baik itu manfaat teoritis maupun manfaat praktis seperti sebagai berikut ini:

1. Manfaat Teoritis

Dalam hasil Penelitian ini, Peneliti harap nantinya Penelitian ini dapat menambah khazanah keilmuan bagi para pembacanya untuk lebih paham lagi terkait pengaruh dari FoMO, dan mengetahui dampak atau proses yang ditimbulkan dari FoMO pada Mahasiswa UNUGHA Cilacap.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi para Pembaca, Penelitian ini diharapkan untuk dapat menjadi suatu bahan pertimbangan mereka dalam mengakses media sosial, sehingga dapat mencegah pembaca dari kecanduan bermain media sosial yang berlebihan, yang mana hal tersebut tentunya akan sangat berdampak bagi kehidupan mereka, sehingga dapat mengakibatkan mereka rentan terkena FoMO.
- b. Bagi Peneliti selanjutnya, hasil Penelitian ini diharapkan supaya dapat menambah referensi atau bahan bacaan tambahan dalam

melakukan Penelitian yang sama pada Penelitian selanjutnya dan harapannya untuk Peneliti selanjutnya dapat dikembangkan lagi supaya menjadi lebih sempurna.

- c. Bagi UNUGHA Cilacap, Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rekomendasi dan memberikan saran kepada kampus UNUGHA agar para Mahasiswanya dapat mempertimbangkan lagi dalam pengaksesan media sosial dengan baik dan secara bijaksana.

F. Batasan Penelitian

Agar dalam proses pelaksanaan penelitian ini mempunyai arah yang jelas dan tidak terjadi salah tafsir, maka ruang lingkup permasalahan dari penelitian perlu untuk dibatasi. Batasan penelitian digunakan untuk mempertimbangkan suatu hal yang perlu, dan tidak perlu dicantumkan dalam penelitian, agar Peneliti dapat lebih fokus dan lebih mudah sehingga tujuan penelitian dapat tercapai. Dengan demikian, diharapkan masalahnya dapat dikaji secara mendalam untuk dapat memperoleh hasil yang maksimal. Berdasarkan penelitian media sosial terhadap FoMO, maka batasan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya membahas terkait pengaruh media sosial terhadap FoMO pada Mahasiswa UNUGHA Cilacap.
2. Tidak ada batasan *platform* media sosial yang digunakan dalam penelitian ini, supaya Peneliti dapat melihat secara jelas terkait penggunaan media sosial apa saja yang dapat mempengaruhi, sehingga menimbulkan adanya FoMO pada Mahasiswa UNUGHA Cilacap.

3. Lokasi maupun objek penelitian hanya meliputi Mahasiswa UNUGHA Cilacap periode tahun ajaran 2020-2022 di kampus UNUGHA Cilacap.
4. Metode yang digunakan adalah dengan menggunakan metode kuantitatif, agar dapat diketahui seberapa besar pengaruh antar variabel penelitian.
5. Data yang di ambil oleh Peneliti, dalam penelitian ini hanyalah Mahasiswa aktif UNUGHA Cilacap Periode Tahun Ajaran 2020 sampai 2022 dengan menggunakan kuisisioner.

G. Telaah Pustaka

Berdasarkan beberapa bahan bacaan yang telah Peneliti dapatkan, penelitian mengenai *Fear of Missing Out* ini terbilang sudah cukup banyak dilakukan. Langkah awal dalam proses penelitian ini ialah meneliti terhadap pustaka dan jurnal yang berisi karya-karya skripsi, maupun jurnal terdahulu yang memiliki relevansi terhadap masalah yang akan diteliti oleh Peneliti, yakni tentang *Fear of Missing Out*. Tujuan dan telaah pustaka ini adalah untuk memperlihatkan persamaan dan perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang Peneliti lakukan. Dari hasil penelusuran langkah awal, berikut ini adalah karya ilmiah terdahulu yang terkait dengan penelitian ini:

1. (Azmi, 2019) juga telah melakukan penelitian mengenai *Fear of Missing Out* dengan judul penelitiannya yang membahas tentang “Hubungan Antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau”. Persamaan pada penelitian ini yaitu terletak pada jenis penelitian, yang mana pada penelitian yang dilakukan oleh Neli Azmi ini juga menggunakan

penelitian jenis kuantitatif. Adapun perbedaannya yaitu, pada penelitian yang dilakukan oleh Neli Azmi, ini lebih membahas terkait hubungan antara FoMO dengan kecanduan media sosial. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Peneliti pada skripsi ini lebih membahas terkait pengaruh antara media sosial dengan FoMO.

2. (Siddik et al., 2020) dengan penelitian yang berjudul tentang “Peran Harga Diri terhadap *Fear of Missing Out* pada Remaja Pengguna Situs Jejaring Sosial”. Persamaan pada penelitian ini yaitu pada pengukuran Harga Diri sama-sama mengukur menggunakan skala likert dengan rentang skor 1 sampai 5 dengan bentuk pilihan jawaban “Sangat Sesuai” hingga “Sangat Tidak Sesuai”. Sedangkan perbedaannya yaitu, pada penelitian yang dilakukan oleh Siddik, Mafaza, dan Lala ini menggunakan pengambilan sampel metode *accidental sampling*, sementara pada penelitian yang Peneliti lakukan menggunakan pengambilan sampel metode *random sampling*.
3. (Risdyanti et al., 2019) melakukan penelitian yang membahas tentang “Peranan *Fear of Missing Out* terhadap *Problematic Sosial Media Use*”. Persamaan dari penelitian ini yaitu juga sama-sama menjadikan remaja sebagai bahan subjek penelitian, yang diadaptasi dengan skala alat ukur *Fear of Missing Out scale* (FoMOs) dari Wegmann, Oberts, Stodt dan Brand (2017), yang memiliki 12 item dengan pengukuran lima skala likert dari “Sangat Sesuai” hingga “Sangat Tidak Sesuai”. Sedangkan perbedaannya yaitu, mereka lebih membahas tentang *Problematic Sosial Media Use*. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Peneliti pada skripsi ini lebih membahas terkait pengaruh antara media

sosial dengan FoMO.

4. (Aisafitri & Yusriyah, 2020) pada penelitian ini, mereka membahas tentang “Sindrom *Fear of Missing Out* Sebagai Gaya Hidup Generasi Milenial di Kota Depok”. Persamaan dari penelitian ini terletak pada subjek Penelitian, dimana subjek dalam penelitian yang dilakukan oleh Lira Aisafitri, dan Kiayati Yusriyah ini menjadikan generasi milenial, yang berstatus sebagai Mahasiswa. Sedangkan letak perbedaan pada Penelitian ini yaitu, penelitian yang dilakukan oleh Aisafitri dan Yusriyah ini menggunakan teori Interaksi Simbolik, dengan menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan Fenomenologi. Sedangkan penelitian yang Peneliti lakukan ini yaitu, menggunakan jenis penelitian kuantitatif.

H. Kerangka Berpikir

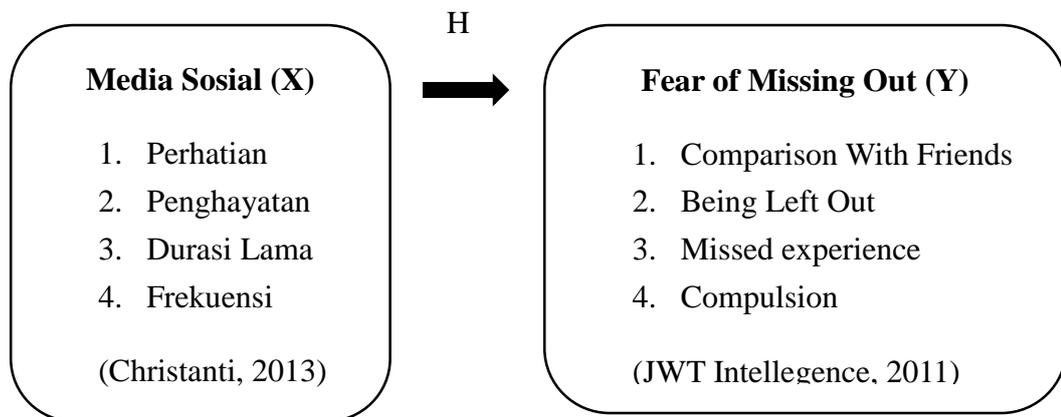
Dalam kerangka berpikir pada penelitian ini penggunaan Fear of Missing Out adalah sebagai variabel dependen, sementara untuk variabel independennya adalah media sosial. Menurut (Maksudi, 2018) media sosial adalah sarana yang merupakan medium berbasis teknologi internet (*media online*) yang memungkinkan seseorang dapat berinteraksi sosial, berkomunikasi, dan bekerjasama serta berbagi dengan orang lainnya. Selain itu, penggunaanya dengan mudah berpartisipasi di dalamnya, berbagi, dan menciptakan pesan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang terdampak FoMO adalah media sosial, karena media sosial merupakan sarana komunikasi yang penting dalam kehidupan sekarang, di mana di zaman ini adalah zamannya

teknologi informasi dan komunikasi yang serba digital. Dari tahun ke tahun, dunia digital akan selalu berubah dan semakin berubah dari tahun-tahun sebelumnya. Terlebih lagi, dengan media digital seperti sekarang ini pula, segala sesuatu pekerjaan yang dikerjakan oleh seseorang dapat dengan mudah dan cepat terselesaikan. Dari situ, setiap orang dituntut untuk update dan mengikuti perkembangan zaman, karena apabila tidak, maka akan jauh tertinggal dengan yang lainnya. Namun, di sisi lain media digital juga dapat berdampak buruk terhadap perkembangan setiap manusia, salah satunya adalah adanya fenomena FoMO. Semua orang dapat rentan terkena FoMO, apabila mereka tidak bijak dalam mengelola penggunaan media digital dengan baik.

Di beberapa jurnal, skripsi, dan artikel yang telah Peneliti baca, mayoritas penelitian mereka menyatakan bahwa usia remaja dan Mahasiswa sangat rentan terkena FoMO. Sementara di kampus UNUGHA, belum ada penelitian yang membahas terkait FoMO sebelumnya, dan hasil penelitian sementara yang Peneliti dapatkan dari melihat skala kuisioner yang telah tersebar, maka dapat Penulis ambil kesimpulan bahwa media sosial berdampak terhadap timbulnya FoMO pada Mahasiswa di UNUGHA Cilacap.

Berdasarkan kerangka berpikir di atas, maka pengaruh pola hubungan kausalitas antara variabel media sosial terhadap FoMO dalam penelitian ini adalah:



I. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu dugaan sementara dalam sebuah penelitian, yang masih perlu dibuktikan dengan cara diuji kebenarannya. Berdasarkan kerangka berpikir di atas, maka hipotesis yang digunakan dari penelitian ini adalah hipotesis asosiatif, yaitu sebagai berikut:

Ho : Tidak ada hubungan antara penggunaan Media Sosial dengan FoMO.

H1 : Ada hubungan antara penggunaan Media Sosial dengan FoMO.

J. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini terdiri dari lima bab yang saling berkaitan antara bab yang satu dengan bab yang lain. Dalam sistematika penulisan yang dilakukan oleh Peneliti ini, diharapkan dapat memberikan gambaran secara umum terkait dengan proses penyusunan skripsi yang telah dilakukan. Adapun sistematika penulisan ini adalah sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Pada bab ini, Peneliti membahas terkait latar belakang masalah yang akan diteliti oleh Peneliti, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan, manfaat penelitian, serta telaah pustaka yang berisi penjelasan tentang persamaan dan perbedaan antara penelitian yang sedang Peneliti lakukan dengan penelitian terdahulu.

BAB II : KAJIAN TEORI

Pada bab kajian teori, Peneliti menjelaskan mengenai permasalahan dari penelitian ini dengan mencantumkan konsep-konsep serta beberapa teori yang berhubungan dengan permasalahan yang ada pada penelitian ini, yang dalam hal ini adalah pengaruh penggunaan media sosial terhadap FoMO pada Mahasiswa UNUGHA Cilacap periode tahun 2020-2022.

BAB III : METODE PENELITIAN

Pada bab ini, terdiri dari jenis penelitian, sumber data penelitian, diagram alir penelitian, tempat dan waktu penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel penelitian, teknik pengumpulan data, teknik keabsahan data, dan analisis data. Dalam penelitian ini, Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif untuk meneliti permasalahan yang akan diteliti.

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini, berisi tentang laporan hasil dari penelitian yang telah diteliti, serta pembahasan secara umum tentang objek dari penelitian.

BAB V : PENUTUP

Pada bab terakhir ini, yaitu berisi penutup yang mana terdiri dari kesimpulan dan saran. Kemudian pada bagian akhir dari penelitian ini adalah berupa daftar pustaka, serta berupa lampiran-lampiran.