

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pada fase dimana individu memasuki awal dewasa, mereka mulai merencanakan aturan dan harapan yang erat hubungannya dengan pendidikan dan karir. Tahap ini terjadi pada usia 18-20 tahun dan mencapai puncaknya pada usia 20-25 tahun (Arnett & Murphy, dalam Revinda Devika Anggraeni, 2021). Perasaan tidak yakin dan kegelisahan yang dirasakan dapat menyebabkan ketidakstabilan pada aspek kognitif maupun emosi. Kelompok usia awal dewasa saat ini sedang mengalami masa krisis di mana banyak tuntutan dan harapan pada diri mereka yang dapat memicu perasaan tidak nyaman (Robbins, dalam Revinda Devika Anggraeni, 2021).

Menurut DSM-5, frustrasi dan perasaan tidak aman merupakan bagian dari gangguan kepribadian ketakutan. Dari sekian banyaknya masalah ketakutan yang sering muncul pada masa post-modern adalah ketakutan akan tertinggal dari individu lain dalam suatu kondisi (Parker, dalam Revinda Devika Anggraeni, 2021). Istilah takut ketertinggalan dari orang lain bukan istilah yang baru di dengar. Istilah *fear of missing out* (FoMO) semakin populer bersamaan berkembangnya media sosial (Asti, 2019).

Pada tahun 1996, Dr. Dan Herman memulai penelitian dan mengenalkan istilah *Fear of Missing Out* (FoMO). Pada tahun 2000, Herman mengeluarkan artikel akademik pertama yang membahas topik tersebut di *The Journal of Brand Management*. Herman menemukan fenomena ini ketika ia mendengarkan sekelompok konsumen yang membahas mengenai suatu produk. Mayoritas konsumen menunjukkan perilaku yang sama, yaitu takut kehilangan peluang dan kegembiraan yang dapat diperoleh (Asti, 2019). FoMO adalah sebuah sindrom ketakutan sosial yang dicirikan oleh keinginan untuk tetap terhubung dengan aktivitas individu lainnya (Przybylski, dalam Revinda Devika Anggraeni, 2021).

Pada tahun 2004, FoMO diperkenalkan dalam sebuah artikel yang berjudul "*Social Theory at HBS: McGinnis Two FOs*" yang terbit di The Harbus, koran mahasiswa *Harvard Business School* (HBS). Kini, setelah 15 tahun akronim tersebut telah menjadi sangat populer. "FoMO" sering disebut dalam budaya pop dan bahkan dimasukkan ke dalam beberapa kamus terkenal, seperti Oxford dan Merriam-Webster. Walaupun populer dan sering digunakan sebagai tagar, fenomena ini bukanlah hal yang lucu-lucuan. FoMO dapat menimbulkan perasaan tertekan, minder, iri, bahkan depresi. Selain itu, FoMO juga dapat mengancam kesuksesan seseorang di tempat kerja. Dalam hal ini, FoMO dapat mengganggu konsentrasi dan membuang-buang waktu serta energi (Ginnis, 2020).

Ketakutan adalah ketidakpastian umum mengenai peristiwa yang akan datang dan belum jelas kapan dan bagaimana terjadi. Bahwa sekitar 20% dari subjek penelitian menunjukkan tingkat ketakutan yang tinggi tentang masa depan, terutama tentang pekerjaan dan pengangguran. Individu yang bekerja menunjukkan tingkat ketakutan yang lebih rendah daripada individu yang tidak memiliki pekerjaan (Swift, 2014). Hal-hal yang biasanya menjadi sumber ketakutan meliputi kesehatan, hubungan sosial, ujian, karir, hubungan internasional, dan kondisi lingkungan tempat tinggal individu, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Melanie K. Jones, 2011). Proses pemilihan jalur karir merupakan tahapan utama dalam perkembangan karir seseorang. Setidaknya, hal ini merujuk pada beberapa ciri individu dalam perkembangan karirnya yang mempengaruhi proses pengambilan keputusan, sebagaimana yang dijelaskan dalam teori perkembangan karir Ginzberg. Pengambilan keputusan karir adalah tahap akhir yang menunjukkan kematangan karir seseorang (Zamroni, 2016).

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah pengangguran terbuka di Indonesia mencapai 8,42 juta orang pada periode Agustus 2022, mengalami kenaikan dari sebelumnya 8,40 juta orang pada Februari 2022. Adapun faktor yang dapat menyebabkan tingginya angka pengangguran di Indonesia terjadi setiap tahunnya, di mana berbagai

perguruan tinggi di Indonesia menghasilkan ribuan sarjana setiap tahunnya baik dari institusi swasta maupun negeri. Kebanyakan dari sarjana yang lulus kemungkinan besar akan mengalami pengangguran.

Ketakutan juga bisa muncul dan dirasakan ketika seseorang dihadapkan pada kenyataan dan tanggung jawab yang lebih besar dalam hidupnya. Misalnya, ketika seseorang mencapai usia dewasa, mereka mulai mencari pekerjaan, mempertimbangkan peluang karir, dan bersaing dengan orang lain yang juga mencari pekerjaan. Hal ini seringkali menimbulkan perasaan bingung dan gelisah yang tidak menyenangkan, yang juga disertai dengan perubahan fisik dan perilaku. Seseorang mungkin menunjukkan perubahan perilaku seperti menghindari kegiatan dengan bermain game, bepergian, atau mencari kesibukan lainnya (Nugroho, dikutip dalam Nadziri, 2018). Semua gejala yang dialami oleh seseorang tersebut menunjukkan tanda-tanda ketakutan, yang muncul ketika seseorang merasa terancam terhadap nilai diri dan keyakinan pada diri sendiri, kesuksesan, dan karir.

Ketakutan dapat terjadi dalam berbagai kondisi, termasuk ketakutan terhadap masa depan (Hurlock, 2011). Ketakutan akan masa depan biasanya muncul karena faktor utama adalah dunia kerja. Ketakutan yang tidak teratasi dapat menimbulkan beberapa tindakan yang timbul, seperti tindakan menghindar. Tindakan tersebut umumnya akan menghalangi individu untuk memperoleh pekerjaan yang diidamkan. Rasa cemas menghadapi lingkungan kerja seharusnya dikurangi, agar seseorang mampu menghadapi lingkungan kerja dan mendapatkan pekerjaan yang cocok dengan keinginan mereka (Muarifah, dalam Nadziri 2018).

Komunitas mahasiswa Jabodetabeka Cirebon merupakan komunitas yang menghimpun mahasiswa di wilayah Cirebon yang berasal dari Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi, dan Karawang. Komunitas mahasiswa Jabodetabeka Cirebon adalah organisasi kemahasiswaan yang bersifat independen (Febriansyah, 2019).

Pada bulan 12 Februari 2023, peneliti melakukan wawancara langsung dengan salah satu anggota komunitas Jabodetabeka tersebut, lalu peneliti mendapatkan informasi bahwa sekitar 20 dari seluruhnya mengalami takut ketinggalan dengan teman-temannya yang berada di daerah rumah tempat tinggalnya terkait karirnya, yang dimana sudah memiliki pekerjaan yang mapan dengan gaji UMR (Upah Minimum Regional) sesuai daerahnya masing-masing. Para anggota komunitas mahasiswa Jabodetabeka Cirebon tersebut pun kebingungan terkait pemilihan karir yang tepat untuknya di masa mendatang sementara di sisi lain takut tertinggal masalah karirnya dengan teman-temannya yang lain. Hal ini pun diketahui bahwa satu sama lain anggota saling bercerita permasalahan yang sama dirasakannya.

Berdasarkan paparan diatas, maka peneliti tertarik dalam menguji hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dan *career decision making* dengan terfokus kepada mahasiswa di komunitas Jabodetabeka Cirebon (KMJC). Komunitas Jabodetabeka Cirebon juga memiliki nama lain komunitas mahasiswa yang berasal dari Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi, dan Karawang (Jabodetabeka). Alasan menetapkan fokus pada mahasiswa dari komunitas tersebut dikarenakan mahasiswa yang berasal dari kota-kota besar dengan banyaknya perusahaan serta peluang dalam dunia kerja rentan mengalami *fear of missing out* (FoMO).

Komunitas mahasiswa Jabodetabeka Cirebon merupakan komunitas yang menghimpun mahasiswa di wilayah Cirebon yang berasal dari Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi, dan Karawang. Komunitas mahasiswa Jabodetabeka Cirebon adalah organisasi kemahasiswaan yang bersifat independen (Febriansyah, 2019).

## **B. Perumusan Masalah**

### **1. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

- a. Mahasiswa di Komunitas KMJC mengalami ketakutan *fear of missing out* merasa ketinggalan dalam hal-hal menarik yang dilakukan orang lain.
- b. Mahasiswa di Komunitas KMJC mengalami kesulitan pengambilan keputusan karir.
- c. Mahasiswa di Komunitas KMJC mengalami kurangnya pencapaian diri di daerah rantauan.

## 2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti menetapkan batasan isu yang dihadapi dalam penelitian ini untuk memastikan fokus pada tujuan penelitian dan mencegah perluasan isu yang tidak relevan. Oleh karena itu, isu-isu yang dibahas dalam penelitian ini dibatasi sebagai berikut: Hubungan antara *fear of missing out* dan *career decision making* yang terjadi pada Mahasiswa di Komunitas Jabodetabeka Cirebon (KMJC).

## 3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan batasan masalah yang telah dipaparkan di atas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *fear of missing out* (FoMO) pada mahasiswa di komunitas mahasiswa Jabodetabeka Cirebon (KMJC)?
2. Bagaimana tingkat *career decision making* pada mahasiswa di komunitas mahasiswa Jabodetabeka Cirebon (KMJC)?
3. Bagaimana hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dan *career decision making* pada mahasiswa di komunitas Jabodetabeka Cirebon (KMJC)?

## C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan diatas, maka tujuan penelitian adalah:

1. Untuk mengukur tingkat *value fear of missing out* (FoMO) pada mahasiswa di komunitas Jabodetabeka Cirebon (KMJC).

2. Untuk mengukur tingkat *value career decision making* pada mahasiswa Jabodetabeka Cirebon (KMJC).
3. Untuk mengungkapkan adanya hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dan *career decision making* pada mahasiswa di komunitas Jabodetabeka Cirebon (KMJC).

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti berharap dapat dijadikan sebagai sumber pemikiran bagi peneliti maupun orang lain. Manfaatnya adalah sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan referensi bagi peneliti lain yang ingin mengkaji masalah terkait penelitian tersebut dan pemikiran dalam keilmuan psikologi sosial yang berkaitan dengan *fear of missing out* (FoMO) dan *career decision making*. Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang fenomena *fear of missing out* (FoMO) dan *career decision making*.

##### **2. Manfaat Praktis**

Manfaat secara praktis yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi komunitas mahasiswa Jabodetabeka Cirebon (KMJC)

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan terobosan baru atau aksi nyata terkait *fear of missing out* (FoMO) ketakutan ketinggalan suatu peristiwa dengan orang lain dan proses pemilihan karir sebagai suatu pembaharuan yang nantinya dapat dijadikan sebagai suatu acuan dalam pembuatan pengurangan kekhawatiran dalam proses pemilihan karir.

2. Bagi anggota mahasiswa komunitas Jabodetabeka Cirebon (KMJC)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pertimbangan mengenai pemilihan karir yang tepat bagi anak-anak komunitas

KMJC dan tidak perlu merasa khawatir berlebih terkait pemilihan karir sehingga ikut-ikutan dengan teman terkait pemilihan karir di masa mendatang.

#### **E. Sistematika Penelitian**

Untuk mempermudah dalam pembahasan tema yang diteliti, penulis membagi penelitian ini dalam 5 (lima) bab dengan sistematika sebagai berikut:

**Bab 1 Pendahuluan**, yang berisi latar belakang mengapa perlu dilakukan penelitian terkait *fear of missing out* (FoMO) dan *career decision making*, identifikasi masalah, pembatasan masalah, rumusan masalah / pertanyaan penelitian, tujuan dan manfaat penelitian serta sistematika penulisan.

**Bab 2 Landasan Teori**, berisi teori yang menjelaskan masing-masing variabel dalam penelitian, faktor-faktor yang mempengaruhi, dimensi-dimensi pada tiap variabel dan kerangka berpikir serta hipotesis penelitian.

**Bab 3 Metode Penelitian**, membahas tentang pendekatan dan metode penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, populasi dan sampel dan pengumpulan data serta analisis data.

**Bab 4 Hasil Penelitian**, membahas mengenai hasil penelitian meliputi pengolahan statistik dan analisis terhadap data.

**Bab 5 Kesimpulan**, Diskusi dan Saran, berisi rangkuman keseluruhan isi penelitian, kesimpulan, diskusi dan saran.