

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemajuan teknologi yang semakin berkembang pesat dari waktu ke waktu hingga pada zaman saat ini yang mana dikenal sebagai era *society* 5.0 membawa kita pada sesuatu yang serba digital. Era *society* 5.0 merupakan resolusi lanjutan dari era sebelumnya yaitu 4.0 yang dirintis oleh Jepang. Era ini mengharuskan tiap individu mampu berlari kencang dalam mengembangkan banyak kemampuan, terutama pada hal yang berkaitan dengan literasi digital untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat serta menghadapi tantangan global. Tentu saja hal demikian menjadi tantangan baru bagi Indonesia yang berfokus pada sumber daya manusianya.

Salah satu yang menjadi fokus pada era *society* 5.0 adalah *internet of things* (internet untuk segala sesuatu) sehingga tidak dapat dipungkiri penggunaan internet memiliki dampak yang cukup besar terhadap cara berkomunikasi, berinteraksi serta berpartisipasi dalam masyarakat yang semakin terhubung dan digitalisasi. Menurut pendapat Komala, dkk. (2022) pengguna internet di Indonesia terus bertambah, hal ini terjadi karena kemampuan internet dapat memberikan kemudahan bagi kebutuhan penggunanya tanpa mengenal waktu dan tempat. Selain itu munculnya berbagai aplikasi media sosial juga membuat para pengguna internet dapat dengan mudah mengetahui aktivitas dan keseharian hidup orang lain. Hal ini selaras dengan pendapat McGinnis (2020) yang menyatakan bahwa media sosial memiliki kendali yang kuat dalam provokasi karena memudahkan untuk mengetahui informasi secara luas sehingga menimbulkan banyak pengaruh, namun seringkali tidak disadari oleh banyak orang.

Instagram merupakan salah satu platform aplikasi media sosial paling populer di Indonesia dengan ratusan juta pengguna mulai dari anak-anak hingga orang tua. Dilansir dari laman portal media DataIndonesia (2023) berdasarkan

data Napoleon Cat bahwa pengguna instagram di Indonesia hingga Agustus 2023 mencapai 116,16 juta. Jumlah tersebut meningkat sebanyak 6,54% dibandingkan pada bulan sebelumnya yang memiliki pengguna 109,03 juta, dan jika dibandingkan pada tahun sebelumnya meningkat sebanyak 11,8%. Mayoritas pengguna aplikasi instagram didominasi oleh perempuan sebanyak 55,5% sedangkan laki-laki hanya 44,5%.

Aplikasi instagram diperkenalkan pertama kali pada tahun 2010 oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger, aplikasi ini seringkali digunakan untuk membagikan foto ataupun video kepada teman-teman dan pengikut (*followers*) nya, tidak hanya itu instagram juga menyediakan berbagai konten yang diunggah oleh pengguna lain yang dapat kita lihat. Hal tersebut selaras dengan pendapat Agianto, dkk. (2020) yang mengatakan bahwa Instagram sebagai salah satu media sosial untuk berbagi foto dan video bahkan saat ini instagram juga telah mempunyai banyak fitur seperti filter foto, *instastory*, *direct message* dan IGTV.

Seorang pengguna instagram biasanya melakukan hal tersebut dengan maksud untuk mengekspresikan perasaan yang sedang terjadi, mendapatkan dukungan sosial, mencari informasi dan teman baru atau ingin menunjukkan kepercayaan dirinya. Namun tidak jarang sebagian orang yang memanfaatkan instagram hanya untuk mencari popularitas, seperti yang disampaikan oleh Lubis (2018) bahwa pengguna instagram akan berlomba untuk mempublikasikan foto atau video paling bagus dan menarik yang dimilikinya untuk bersaing dengan pengguna lain. Misalnya, mengunggah foto *selfie* yang jernih dan indah, foto dengan barang-barang mewah, foto dengan pakaian yang menarik dan modis, atau mengambil foto dalam suasana modern seperti di kafe mahal dan mewah serta mengunggah video yang mengunjungi ke berbagai destinasi wisata populer.

Hal tersebut kerap kali dapat memunculkan dampak negatif bagi beberapa pengguna instagram, seperti yang disampaikan oleh Khoerunnisa, dkk. (2021) terlebih saat seorang pengguna instagram mendapatkan jumlah *like* yang tidak sesuai dengan harapan dan munculnya komentar negatif, tentu perasaan yang

akan datang adalah perasaan kecewa dan tingkat kepercayaan diri menjadi menurun. Selain itu adapun dampak lainnya seperti timbul perasaan cemas, gelisah, *overthinking*, kesepian bahkan takut jika tertinggal informasi, momen ataupun tren yang sedang terjadi di media sosial orang lain ketika sedang mengakses atau men-*stalking* instagram, perasaan inilah yang disebut dengan *Fear of Missing Out* (FOMO). Istilah FOMO diartikan sebagai perasaan cemas atau takut saat terjadi moment bahagia pada orang lain yang terposting atau tertuang di media sosial. Menurut pendapat Przybylsky, dkk. (2013) mendefinisikan FOMO dengan perasaan selalu ingin terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain di internet atau media sosial, hal ini ditandai dengan rasa takut pada individu akan tertinggal atau merasa ketinggalan dengan kejadian-kejadian berharga milik orang lain karena individu tersebut tidak berpartisipasi.

Fear of Missing Out atau yang seterusnya disebut dengan FOMO dapat mendorong seseorang untuk terus melakukan banyak hal dengan waktu yang terbatas agar tidak tertinggal. Intensitas penggunaan instagram dapat mempengaruhi terhadap munculnya FOMO terutama pada mahasiswa yang tergolong pada generasi milenial, karena mahasiswa merupakan masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal yang sedang mengalami dinamika psikologis.

Menurut pendapat Komala, dkk. (2022) semakin lama intensitas penggunaannya, membuat tingkat FOMO menjadi lebih tinggi dan mempengaruhi gejala insomnia serta efek kecanduan. Semakin banyak waktu yang dihabiskan untuk melihat cerita atau postingan orang lain yang menampilkan momen kebahagiaan dan kesuksesan, sehingga tidak dapat dipungkiri akan menciptakan perasaan *insecure* dan ragu akan kemampuan diri sendiri untuk dapat mencapai standar tersebut. Biasanya mahasiswa seringkali lebih aktif di media sosial daripada bersosialisasi dengan dunia nyatanya, kegiatan memposting foto atau video merupakan hal yang menyenangkan, bahkan hanya sekedar melihat dan menscroll postingan orang lain saja sudah cukup membuat mereka mendapatkan suatu informasi, sehingga tanpa disadari

hal demikian membuat mahasiswa lebih rentan terhadap FOMO daripada orang dewasa.

Berdasarkan studi pendahuluan dari hasil observasi yang sudah peneliti lakukan pada bulan Agustus tahun 2023 terhadap mahasiswa Bimbingan Konseling Islam terkait dampak penggunaan Instagram terhadap FOMO yang ternyata cukup terlihat dan terjadi. Merujuk pada penemuan dilapangan terlihat beberapa mahasiswa yang sedang membuka sosial media terutama aplikasi instagram saat sedang kuliah baik dalam kelas ketika jam kosong atau ada pelajaran, kumpul bersama teman, sedang berjalan, merasa bosan, sedih ataupun senang, untuk mengecek status atau *instastory* teman-temannya atau *followers* yang masih dalam lingkup sosial yang sama untuk mencari atau mendapatkan informasi ter-*update*, kemudian dari sinilah mulai muncul perasaan khawatir, cemas bahkan *insecure* saat *story* yang sedang dilihatnya menampilkan kejadian menyenangkan, seperti liburan ke destinasi wisata populer, pencapaian yang diraih, menggunakan *outfit* yang kekinian dan belanja barang-barang yang membuat beberapa mahasiswa tersebut memiliki pandangan yang berbeda. Ada yang merasa tersaingi untuk mengikuti hal yang sama dan sebaliknya merasa jika dirinya tidak mampu seperti mengikuti *story* yang dilihatnya.

Kebalikan dari FOMO adalah *Joy of Missing Out* atau disebut JOMO yaitu respon puas dan bisa menghargai hidup yang sedang dijalani saat ini. Menumbuhkan sikap JOMO akan membuat dinamika hidup yang sehat dan terbebas dari pemikiran negatif. Menurut pendapat Taswiyah (2022), orang yang bisa mengimbangi FOMO menjadi JOMO adalah orang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik. Ketika semua informasi tersebar di jejaring sosial, tidak merasa terdorong untuk mengikuti apa yang terjadi. Hal ini selaras dengan yang dikatakan Adawiyah (2020) bahwa dengan memaknai berbagai hal di sekitarnya dengan sudut pandang yang positif dan juga dapat menerima segala kemampuan dengan perasaan yakin dan bebas, maka individu telah mampu untuk beroptimis serta memiliki kepercayaan diri yang baik. FOMO dapat

diatasi dengan fokus pada kelebihan diri sendiri, membatasi penggunaan media sosial terlebih Instagram, membangun koneksi di dunia nyata dan ubah persepsi.

Oleh karenanya permasalahan ini perlu menjadi perhatian bersama, sebab apabila dibiarkan secara terus menerus terjadi maka generasi bangsa akan menjadi rusak, kesehatan mental terganggu, tingkat produktivitas menurun karena kurangnya keyakinan pada diri sendiri dan dapat menghambat interaksi sosial. Selain itu akan membuat semakin banyak orang memiliki tingkat percaya diri yang rendah karena selalu merasa tersaingi dan tidak pernah cukup dengan segala pencapaiannya ketika melihat postingan foto atau video orang lain di Instagram yang tentunya hal tersebut sangat merugikan diri sendiri.

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang sudah dijelaskan, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Dampak Penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon Angkatan 2020”. Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan pemahaman terkait dampak penggunaan aplikasi instagram terhadap tingkat FOMO dan lebih bijak dalam menggunakan sosial media bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti menjabarkan identifikasi permasalahan yang dapat dijadikan sebagai topik pembahasan, sebagai berikut:

1. Instagram dapat menimbulkan dampak negatif bagi penggunaannya terlebih dikalangan mahasiswa adalah munculnya FOMO ketika tidak dapat berpartisipasi dalam momen bahagia yang orang lain lakukan seperti melihat postingan foto atau video pengguna lain yang terlihat lebih jernih dan bagus, foto yang menampilkan sejumlah prestasi atau pencapaian, atau foto dalam suasana seperti kafe yang sedang trending dan video bepergian ke destinasi wisata populer. Hal tersebut memicu perasaan tidak puas (*insecure*)

sehingga cenderung membandingkan diri sendiri dengan postingan orang lain yang nampak lebih bahagia, selain itu juga dapat memicu perasaan cemas, gelisah, *overthinking*, kesepian bahkan depresi.

2. Intensitas penggunaan Instagram yang tidak dapat dipungkiri berpengaruh terhadap dampak yang ditimbulkan seperti insomnia karena ingin selalu terhubung dengan sesama pengguna dan tingkat FOMO yang tinggi karena pengguna menjadi terlalu sering mengecek sosial mediana untuk mendapatkan informasi.
3. *Fear of Missing Out* (FOMO) apabila dibiarkan terus-menerus banyak generasi muda termasuk para mahasiswa mentalnya akan terganggu serta tidak memiliki kepercayaan diri yang baik sehingga tingkat produktivitas akan menurun karena kurangnya keyakinan pada diri sendiri yang berakibat dapat menghambat interaksi sosial dan mereka tidak mampu menghadapi segala situasi yang terjadi.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari luasnya permasalahan yang akan peneliti lakukan, maka peneliti membuat batasan masalah. Dalam penelitian ini permasalahan hanya akan menentukan dan membahas terkait dampak penggunaan instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2020.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah dan fokus kajian di atas, maka peneliti merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- a. Bagaimana gambaran umum *Fear of Missing Out* (FOMO) mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2020?
- b. Bagaimana intensitas penggunaan aplikasi Instagram pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2020?
- c. Bagaimana dampak penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2020?

E. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah mampu menjawab rumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, sehingga tujuan penelitian dijelaskan sebagai berikut:

- a. Untuk menggambarkan gambaran umum *Fear of Missing Out* (FOMO) mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2020.
- b. Untuk mengetahui intensitas penggunaan aplikasi Instagram pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam di IAIN Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2020.
- c. Untuk menganalisis dampak penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2020.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoretis maupun praktis bagi peneliti selanjutnya maupun bagi peneliti itu sendiri. Berikut manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah khazanah ilmu pengetahuan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI) IAIN Syekh Nurjati Cirebon dan bagi perkembangan kurikulum dalam pembahasan terkait Dampak Penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon Angkatan 2020.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi beberapa pihak sebagai berikut:

- a. Untuk peneliti sendiri, sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

- b. Untuk mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020, dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman terkait dampak penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO).
- c. Untuk masyarakat umum, dapat menambah pengetahuan dalam memahami pentingnya penggunaan media sosial yang bijaksana dan sehat.

G. Signifikasi Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber informasi dan bahan referensi untuk peneliti selanjutnya, serta dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman kepada para pembaca terutama bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020 terkait dampak penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) sehingga diharapkan pembaca dapat lebih bijak dalam menggunakan media sosial.

H. Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan penelitian lapangan (*field research*) yang dilakukan dengan meninjau secara langsung dan alamiah pada lingkungan yang menjadi objek penelitian (Sugiyono, 2013). Adapun tinjauan pustaka yang relevan bersumber dari buku serta karya ilmiah terdahulu berkaitan dengan “Dampak Penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon Angkatan 2020” sebagai acuan penelitian diantaranya sebagai berikut:

Tabel 1.1
Penelitian Terdahulu

No	Identitas Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Penulis: Adristi Naura Syifa dan Irwansyah Judul: Dampak Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri	1) Keduanya bertujuan meneliti dampak penggunaan aplikasi Instagram 2) Pendekatan yang digunakan adalah Kualitatif	1) Pada penelitian terdahulu membahas terkait Kepercayaan Diri, sedangkan pada penelitian yang penulis teliti membahas

	<p>Anak Remaja Tahun: 2022 Jenis: Jurnal</p>		<p>dampaknya terhadap FOMO</p> <p>2) Subjek penelitian yang sebelumnya dilakukan pada remaja sedangkan yang penulis teliti ditujukan pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020.</p> <p>3) Metode dalam penelitian ini menggunakan studi kasus, sedangkan yang penulis teliti menggunakan metode deskriptif.</p> <p>4) Lokasi penelitian tersebut tidak diketahui, sedangkan pada lokasi yang penulis teliti bertempat di kampus IAIN Syekh Nurjati Cirebon.</p>
<p>2.</p>	<p>Penulis: Jessica Medly Salinding dan Christiana Hari Soetjningsih Judul: <i>Fear Of Missing Out</i> pada Pengguna Media Sosial dan Kaitannya dengan <i>Loneliness</i> di Masa Pandemi <i>Covid-19</i> Tahun: 2022 Jenis: Jurnal</p>	<p>1) Subjek penelitian keduanya dilakukan terhadap mahasiswa</p> <p>2) Terdapat variabel yang sama membahas terkait FOMO</p>	<p>1) Penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi, sedangkan yang penulis teliti menggunakan pendekatan kualitatif metode deskriptif.</p> <p>2) Sampel yang digunakan pada penelitian terdahulu sebanyak 161 mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2018-2020,</p>

			<p>sedangkan pada penelitian ini berjumlah 7 mahasiswa Bimbingan Konseling angkatan 2020.</p> <p>3) Lokasi pada penelitian terdahulu bertempat di Universitas Kristen Satya Wacana, sedangkan pada penelitian yang penulis teliti berada di kampus IAIN Syekh Nurjati Cirebon.</p> <p>4) Teknik pengumpulan data pada penelitian terdahulu melalui penyebaran skala FOMO dan <i>loneliness</i> dengan menggunakan <i>google form</i>, sedangkan yang penulis teliti menggunakan pedoman wawancara langsung dan observasi.</p>
3.	<p>Penulis: Zaidan Lukmanul Hakim, Mochammad Reyhan Putra Damopoli, Kania Annisa Putri dan Pingkan Visionari Prasetyaningtyas</p> <p>Judul: <i>Fear of Missing Out</i> (FOMO) Pada</p>	<p>1) Subjek penelitian terhadap mahasiswa yang menggunakan aplikasi Instagram</p> <p>2) Membahas terkait FOMO dan dampak penggunaan Instagram</p>	<p>1) Metode penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif metode survey, sedangkan yang penulis teliti menggunakan pendekatan kualitatif metode deskriptif</p>

	Mahasiswa Pengguna Instagram Tahun: Februari 2023 Jenis: Jurnal	2) Lokasi penelitian terdahulu yang berada di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, sedangkan pada penelitian ini bertempat di kampus IAIN Syekh Nurjati Cirebon. 3) Jumlah informan pada penelitian sebelumnya sebanyak 73 mahasiswa, sedangkan yang penulis teliti berjumlah 7 mahasiswa.
--	--	--

Penelitian ini mengeksplorasi terkait Dampak Penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Mahasiswa BKI angkatan 2020 di IAIN Syekh Nurjati Cirebon yang mana sebelumnya belum terdokumentasikan atau diungkap secara mendalam. Kontribusi utama dari penelitian ini terletak pada penemuan faktor X yang memiliki dampak signifikan terhadap faktor Y dengan pengembangan pendekatan kualitatif yang pada penelitian terdahulu belum banyak digunakan dalam konteks tersebut, serta lokasi yang terkait belum pernah diteliti sebelumnya.

I. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, sehingga dalam proses menganalisis suatu permasalahannya dilakukan dari awal hingga akhir. Menurut Fiantika, dkk. (2022) metode deskriptif adalah jenis metode yang mendeskripsikan atau menggambarkan suatu masalah yang bertujuan untuk mendeskripsikan suatu populasi, situasi maupun fenomena dengan akurat dan sistematis. Selaras dengan yang

disampaikan oleh Adiputra, dkk. (2021) metode deskriptif adalah metode yang bertujuan untuk mendeskripsikan fenomena yang ada, baik fenomena alamiah maupun buatan manusia yang digunakan untuk mempelajari dan menjelaskan tanpa memberikan implikasi yang luas. Sedangkan pendekatan kualitatif menurut pendapat Kirk & Miller (1986) merupakan tradisi ilmiah sosial yang secara fundamental didasari pada pengamatan manusia dan berhubungan dengan mereka dalam bahasa dan terminologi.

Pendapat tersebut juga selaras dengan Moleong (2004) yang mendefinisikan bahwa pendekatan kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan memahami suatu fenomena apa yang terjadi pada subjek penelitian, dilihat dari sudut pandang perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lainnya secara holistik. Umumnya pendekatan kualitatif dilakukan dengan cara deskriptif. Sedangkan menurut pendapat Sugiyono (2020) pendekatan kualitatif sering disebut dengan naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada obyek yang alamiah dimana teknik pengumpulan serta analisis datanya bersifat induktif/kualitatif sehingga hasil penelitian yang sudah dilakukan lebih menekankan pada makna daripada generalisasi.

Oleh karena itu, penelitian ini relevan dengan menggunakan jenis pendekatan kualitatif metode deskriptif menurut Fiantika, dkk. (2022) karena metode deskriptif bertujuan memperoleh gambaran realitas sosial secara sistematis dan akurat terkait dampak penggunaan instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) pada mahasiswa BKI angkatan 2020. Hasil yang diperoleh berdasarkan metode yang digunakan adalah data deskriptif berupa kata-kata bukan dalam bentuk angka sehingga menghasilkan data yang mendalam dari ucapan, tulisan atau foto maupun perilaku yang diamati serta mendapatkan pemahaman makna sebenarnya.

2. Tempat dan Waktu Penelitian

Seperti yang sudah dituliskan dalam judul penelitian, maka lokasi yang digunakan adalah di kampus IAIN Syekh Nurjati Cirebon Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam yang

beralamat di Jl. Perjuangan By Pass Sunyaragi, Kec. Kesambi, Kota Cirebon. Rencana waktu penelitian dilakukan selama 4 bulan, terhitung dari bulan September sampai Desember 2023.

Tabel 1.2
Waktu Penelitian

No.	Kegiatan	Tahun 2023			
		September	Oktober	November	Desember
1	Persiapan	✓			
2	Membuat daftar pertanyaan	✓	✓		
3	Assesment	✓	✓		
4	Observasi		✓	✓	
5	Wawancara dengan informan			✓	✓
6	Analisis data			✓	✓
7	Penyusunan skripsi		✓	✓	✓

3. Penentuan Sumber Informasi/Informan

Dalam menentukan sumber informan, penelitian kualitatif tidak berfokus pada jumlah populasi dan sampel minimum, namun berdasarkan pada kecukupan serta kesesuaian data. Menurut Sugiyono (2021) informan dalam penelitian kualitatif adalah orang yang dipandang tahu tentang situasi tersebut dan oleh peneliti dianggap mampu memberikan informasi serta data yang cukup. Pendapat tersebut juga selaras dengan yang dikemukakan oleh Martha & Kresno (2016) yang menjelaskan bahwa patokan peneliti dalam menentukan jumlah informan bukan pada keterwakilan, namun apabila kedalaman informasi telah cukup.

Oleh karena itu berdasarkan dari para pendapat ahli tersebut, maka penelitian ini menggunakan sumber data primer dan sekunder dalam

menentukan sumber informan untuk memperoleh data kajian yang diperlukan antara lain:

1. Sumber Data Primer

Penentuan informan diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* untuk memudahkan peneliti dalam menganalisis dan mengobservasi perilaku serta pengalaman dari masing-masing informan. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan Sugiyono (2020). Pertimbangan tertentu yang dimaksud adalah sumber informan dianggap paling mengetahui tentang situasi yang penulis teliti sehingga memudahkan peneliti untuk menjelajahi dan mendapatkan datanya.

Adapun kriteria tertentu yang harus dimiliki sumber informan dalam penelitian ini berdasarkan permasalahan yang peneliti teliti diantaranya mahasiswa angkatan 2020 yang memiliki aplikasi Instagram dan menggunakan aplikasi Instagram tersebut secara aktif. Oleh karena itu sumber data primer yang digunakan sebagai data yang langsung memberikan informasi bagi peneliti adalah 7 mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020 sebagai informan dalam penelitian ini yang dilakukan dengan wawancara serta observasi.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data pendukung yang tidak secara langsung memberikan informasi, data tersebut dapat berupa dokumentasi gambar atau foto, rekaman serta hasil catatan lapangan yang seluruhnya berkaitan dengan penelitian yang sedang diteliti untuk melengkapi data primer.

4. Unit Analisis

Unit analisis merupakan suatu subjek yang berkaitan dengan fokus penelitian. Unit analisis dalam penelitian ini adalah menganalisis dampak penggunaan Instagram terhadap *fear of missing out* (FOMO) mahasiswa

Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020 yang merupakan subjek untuk diteliti.

5. Teknik Pengumpulan Data

Dalam melakukan pengumpulan data, teknik yang digunakan pada penelitian ini adalah:

a. Wawancara

Untuk mendapatkan data informasi yang lebih mendalam mengenai situasi yang sedang diteliti dari narasumber, maka dilakukanlah kegiatan wawancara dengan pedoman yang telah disiapkan peneliti. Menurut Esterberg (dalam Sugiyono, 2020) wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui kegiatan tanya jawab. Oleh karena itu dalam penelitian ini, peneliti akan mewawancarai mahasiswa BKI angkatan 2020 yang berperan aktif menggunakan aplikasi Instagram.

b. Observasi

Observasi merupakan kegiatan pengamatan yang meliputi pencatatan dan perhatian khusus terhadap perkembangan yang tampak pada subyek penelitian dilapangan. Seperti yang dikutip oleh Marshall (dalam Sugiyono, 2020) dengan melakukan observasi, peneliti akan belajar terkait perilaku serta makna dari perilaku tersebut. Dalam penelitian ini metode observasi digunakan untuk mengetahui bagaimana dampak penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) mahasiswa BKI angkatan 2020.

c. Dokumentasi

Dalam penelitian ini dokumentasi digunakan sebagai data pendukung yang menguatkan dari hasil observasi dan wawancara. Bentuk dokumentasi bisa berupa gambar ataupun tulisan sebagai catatan kegiatan yang sudah dilakukan.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian terpenting dalam penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan berbagai data untuk mendapatkan informasi hasil penelitian. Menurut Bogdan (dalam Sugiyono, 2020) analisis data adalah pencarian dan penyusunan data secara terstruktur berdasarkan hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi sehingga temuannya dapat dengan mudah dipahami oleh peneliti atau orang lain.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan secara interaktif dan triangulasi berlandaskan model Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2020) yang memiliki langkah-langkah sebagai berikut:

a. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Mereduksi data merupakan kegiatan merangkum serta mencatat data dari lapangan secara teliti dan rinci, seperti memilih hal-hal pokok yang penting untuk memfokuskan agar data yang sudah direduksi dapat memberikan gambaran dengan lebih jelas.

b. *Data Display* (Penyajian Data)

Langkah berikutnya yaitu data yang sudah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk naratif yang isinya sudah tersusun dan terorganisir sehingga data tersebut menghasilkan kumpulan informasi yang mudah dipahami untuk nantinya dapat ditarik sebuah kesimpulan.

c. *Verification* (Penarikan Kesimpulan)

Pada tahap ini, peneliti menarik kesimpulan akhir yang didukung oleh berbagai bukti-bukti valid dan konsisten yang dikumpulkan selama proses pengumpulan data, sehingga menghasilkan kesimpulan yang berkualitas dan kuat.

J. Sistematika Penelitian

Untuk memudahkan dalam penulisan skripsi yang berjudul “Dampak Penggunaan Instagram terhadap *Fear of Missing Out* (FOMO) Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon Angkatan 2020”

peneliti menguraikan pembahasan kedalam lima bagian yang dikelompokan sesuai dengan sistematika penulisan sebagai berikut:

Bagian pertama memuat pendahuluan, yang di dalamnya membahas latar belakang, identifikasi masalah, pembatasan masalah, rumusan masalah dan tujuan penelitian. Selain itu juga membahas manfaat penelitian, signifikansi penelitian, penelitian terdahulu, metode penelitian dan sistematika penelitian.

Bagian kedua memuat landasan teori, yang di dalamnya berisi pembahasan terkait aplikasi Instagram, *Fear of Missing Out* (FOMO) dan Mahasiswa.

Bagian ketiga memuat Profil Lembaga, yang di dalamnya berisi profil jurusan BKI terkait sejarah singkat, visi misi dan sumber daya pengajar. Kemudian profil lulusan BKI yang memuat capaian pembelajaran serta Sarana dan prasarana.

Bagian keempat memuat hasil penelitian dan pembahasan, yang berisi analisis dan pembahasan hasil penelitian terkait yang terdapat pada rumusan penelitian.

Bagian kelima berisi penutup, yang memuat kesimpulan, saran, daftar pustaka dan lampiran.

