

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Media sosial merupakan salah satu bentuk perkembangan teknologi yang mempengaruhi individu dalam memperoleh informasi dan berhubungan dengan orang lain. Media sosial adalah platform yang paling umum digunakan di internet dan dengan cepat menjadi alat komunikasi dan interaksi yang paling penting (Kircaburun, 2016). Media sosial bekerja dengan cara memodelkan bagaimana koneksi terbentuk di dunia nyata dan menyediakan informasi tersebut melalui serangkaian aplikasi yang memungkinkan orang untuk berbagi informasi, foto, atau video dari suatu peristiwa dengan mudah dan cepat (Young & Abreu, 2011). Dalam penggunaan sosial media terdapat peran UU ITE sangat penting, karena UU ITE mengatur para pengguna sosial media agar lebih bijak dalam menggunakan sosial media. Undang-undang Informasi dan Transaksi Elektronik atau Undang Undang nomor 11 tahun 2008 (ITE) adalah UU yang mengatur tentang informasi serta transaksi elektronik, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2016 tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik atau teknologi informasi secara umum.

Kehidupan di dunia maya kemudian menjadi mengarah ke konsep diri ideal bagi penggunanya, membuat para remaja berlomba-lomba membentuk citranya sesuai dengan keinginannya dengan cara apapun. (Beyens, Frison, & Eggermont, 2016). Disisi lain, fenomena ini membuat remaja merasa lebih dihargai dengan adanya timbal balik berupa pujian dan likes dari orang lain dalam media sosial sehingga membuat remaja menjadi lebih berani untuk memaparkan dirinya dan membuat orang lain terkesan dengan citra yang dibangun. (Turner, 2012). Fenomena ini memberikan pengaruh besar dalam lingkungan sosial. Kemudian dari penggunaan media yang berlebihan sehingga berdampak pada lingkungan sosial (*Social Environment*) mengakibatkan terjadinya FoMO (*Fear of Missing Out*) Istilah baru ini terjadi

akibat seringnya menggunakan media sosial. Menurut (Przybylski, Murayama, Dehaan, & Gladwell, 2013) FoMO sebenarnya merupakan sebuah ketakutan dan kecemasan dari seseorang yang merasa bahwa akan ada sebuah kejadian menarik dan menyenangkan yang akan terjadi di suatu tempat, sehingga menimbulkan keinginan kompulsif dari orang tersebut untuk mengharuskan dirinya berada di lokasi dan ikut mengalami kejadian yang ada disana. FoMO tidak termotivasi dari apa yang akan didapatkan namun dari apa yang mungkin akan terlewatkan dari lingkungan sekitar.

FoMO fenomena yang sudah lama terjadi dan terpicu sejak adanya *Word of Mouth*. Pada awal FoMO mulai muncul pada kehidupan masyarakat di awal tahun 2000an, teknologi masih belum seanggih pada hari ini sehingga perkembangan fenomena FoMO masih sangat rendah sampai akhirnya teknologi memberikan jalan untuk setiap orang mengirim pesan singkat secara massal (SMS) sehingga kejadian ini membukakan jalan untuk berkembangnya fenomena FoMO dengan sangat cepat. FoMO berhubungan erat dengan emosi dan perasaan yang terbentuk dari lingkungan, semakin banyak yang membicarakan sebuah kejadian semakin sang pendengar ingin mengikuti dan ikut serta dengan kejadian tersebut karena adanya rasa rewarding (dari kebutuhan psikologi) dengan mengikuti perkembangan dan berhubungan dengan yang bersangkutan secara *online*. Seperti yang sudah disebutkan diatas, berkembangnya sosial media memperkuat FoMO untuk terus berkembang juga, ditambah dengan adanya ponsel pintar yang bisa dibawa kemana saja, FoMO juga akan terus dibawa kemanapun oleh pengguna internet.

Penelitian yang dilakukan oleh Abel (dalam Saputra, 2023) menunjukkan bahwa fenomena *fear of missing out* merupakan gabungan dari perasan terganggu, cemas, dan perasaan kekurangan akan dirinya sendiri yang kedepannya akan semakin meningkatkan penggunaan media sosial. Miller (2012) mengemukakan bahwa seseorang yang secara, konstan mengikuti atau melihat *update* dari kehidupan orang lain di media sosial seperti *trend* yang

ada akan merasa tertinggal ketika orang tersebut membandingkan kehidupannya dengan orang lain yang ia lihat melalui media sosial, dan hal ini kemudian akan menimbulkan munculnya rasa ketidakpuasan akan diri, kecemasan, dan perasaan tidak berharga (Sulistianti & Sugiarta, 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan perilaku FoMO pada remaja. Selain itu, intensitas penggunaan media sosial dan FoMO juga secara simultan berpengaruh signifikan terhadap perilaku *cyber bullying*. Semakin tinggi intensitas penggunaan social media maka perilaku FoMO juga akan tinggi dan sebaliknya jika intensitas penggunaan social media rendah maka perilaku FoMO juga rendah (Azizah & Zahid, 2023).

Menurut JWT Intelligence 70% masyarakat yang berusia 18-34 tahun berhubungan dengan FoMO, usia tersebut termasuk usia remaja akhir sampai dewasa awal, namun usia remaja terutama remaja akhir lebih berhubungan dengan FoMO karena pada usia tersebut mereka memiliki lebih sedikit sumber daya dan terlibat dalam deprivasi relatif atau kesenjangan antara apa yang diharapkan dengan kenyataan yang ada, mereka ingin sama dengan apa yang diperlihatkan oleh orang lain di media sosial, baik itu materi, pengalaman, maupun perilaku orang lain. Hal tersebut terjadi karena tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *autonomy*, *competence* dan *relatedness*, dalam diri individu (Se'u & Rahayu, 2022).

FoMO merupakan suatu perilaku remaja yang perlu mendapatkan perhatian karena perilaku ini dapat meningkatkan rasa individualis dan juga membatasi sosialisasi dengan lingkungan sekitar. Selain itu, mereka yang mengalami FoMO di media sosial memiliki kecenderungan pemuasan kebutuhan, *mood*, dan kepuasan hidup yang rendah di dunia nyata. Bahkan perilaku FoMO dapat berbahaya jika karena individu dapat menjadi berperilaku irasional untuk mengatasi FoMOnya. Misalkan tetap memantau media sosial ketika mengemudikan kendaraan (Santoso et al., 2021).

Berdasarkan Hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti mengenai perilaku *Fear of Missing Out* yang ditemui pada Remaja di lingkungan Mahasiswa IAIN Syekh Nurjati Cirebon fenomena FoMO dalam Media sosial telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi mahasiswa jurusan Tadris IPS di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon. Penggunaan media sosial telah memberikan dampak yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam hal interaksi sosial, pembelajaran, dan juga perilaku konsumen. Salah satu fenomena yang muncul akibat penggunaan media sosial adalah *fear of missing out* (FOoMO), yaitu rasa takut untuk ketinggalan informasi atau kegiatan yang sedang tren di media sosial.

Fenomena FoMO ini menjadi semakin relevan untuk diteliti di lingkungan mahasiswa jurusan Tadris IPS di IAIN Syekh Nurjati Cirebon mengingat penggunaan media sosial yang semakin meningkat di kalangan mahasiswa. Mahasiswa sebagai Generasi Z cenderung lebih rentan terhadap FoMO karena sering terpapar informasi dan aktivitas teman-teman mereka di media sosial. Hal ini dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mahasiswa, seperti meningkatnya tingkat kecemasan dan stres. Berangkat dari pemaparan di atas maka penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian mengenai Fenomena Perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Penggunaan Media Sosial di Lingkungan Mahasiswa Jurusan Tadris IPS IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat merumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Adanya perasaan kecenderungan ketidakpuasan akan pemenuhan kebutuhan dan kepuasan hidup.
2. Munculnya perasaan kecemasan dari ketertinggalan tersebut membuat diri kita merasa tidak percaya diri terhadap diri sendiri dan cenderung membandingkan dengan orang lain.

3. Ketergantungan pada media sosial dalam mengatur waktu, yang berdampak negatif pada produktivitas dan kesehatan mental.

C. Fokus Penelitian

1. Mengidentifikasi Penggunaan media sosial dalam fenomena FoMO
2. Mengidentifikasi Dampak perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa
3. Mengidentifikasi Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi perilaku FoMO di kalangan mahasiswa jurusan Tadris IPS IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah yang akan di ajukan pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) pada penggunaan media sosial di lingkungan mahasiswa jurusan tadris ips di IAIN Syekh Nurjati Cirebon?
2. Bagaimana Dampak perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa jurusan Tadris IPS di IAIN Syekh Nurjati Cirebon?
3. Bagaimana Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi perilaku FoMO di kalangan masiswa jurusan Tadris IPS?.

E. Tujuan Masalah

Berdasarkan masalah-masalah yang melatarbelakangi penelitian ini maka, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) pada penggunaan media sosial di lingkungan mahasiswa
2. Dampak perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa
3. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi perilaku FoMO di kalangan masiswa jurusan Tadris IPS.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kegunaan Secara Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang Fenomena Perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Penggunaan Media Sosial di Lingkungan Mahasiswa IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Serta dapat digunakan sebagai pembandingan dalam pelaksanaan penelitian yang relevan di masa yang akan datang.

2. Kegunaan Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak:

a. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan bagi riset selanjutnya mengenai Fenomena Perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Penggunaan Media Sosial di Lingkungan Mahasiswa IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Serta dapat menjadi pedoman untuk kegiatan penelitian selanjutnya selanjutnya.

b. Bagi Lembaga

Hasil dari penelitian ini dapat diharapkan dapat memberikan sebuah pemahaman dan juga wawasan mengenai Fenomena Perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Penggunaan Media Sosial di Lingkungan Mahasiswa IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

c. Bagi Mahasiswa

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi bahan referensi dan informasi bagi mahasiswa untuk lebih berhati-hati dan menghindari rasa khawatir, cemas dan takut yang berlebih kepada orang lain.