

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Awalnya, media sosial diciptakan dengan tujuan untuk memfasilitasi koneksi antarindividu yang berjarak jauh dengan lebih mudah. Saat ini, media sosial telah menjadi alat komunikasi yang sangat populer di kalangan banyak orang, terutama di kalangan remaja di Indonesia. Menurut penelitian oleh Fathadhika & Afriani (2018), remaja merupakan kelompok pengguna media sosial yang paling aktif. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja tumbuh dan hidup dalam era informasi dan teknologi yang berkembang pesat, sehingga mereka lebih cenderung menerima dan menguasai penggunaan media sosial dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Di Indonesia persentase pengguna internet mencapai 77,02% pada tahun 2022, naik 12,22% dari tahun 2018. Sebanyak 210.026.769 orang Indonesia, dari total 272.682.600 orang di Indonesia pada tahun 2021, diperkirakan terhubung dengan internet. Pada tahun 2022, remaja memiliki persentase penggunaan internet tertinggi (99,26%). Usia 13 hingga 18 tahun merupakan kelompok dengan penyumbang persentase pengguna tertinggi yaitu sebanyak (99,16%) (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2022).

Pada era digital modern, penggunaan media sosial memiliki pengaruh terhadap nilai-nilai dan perspektif sosial para remaja. Akses ke media sosial menjadi hal yang umum terjadi dalam era digital, alasan utama penggunaan media sosial adalah untuk *up to date* berita terkini, adapun situs terpopuler menurut data dari *We are Social* dan *Hootsuite* adalah Instagram sebanyak 79%, pengguna Instagram di Indonesia menduduki peringkat empat besar setelah Amerika, India, dan Brazil. Menurut data yang dipublikasikan NapoleonCat pada Januari 2021, Indonesia memiliki 82 juta pengguna Instagram.

Dampak positif dan negatif dari penggunaan media sosial tentunya akan muncul, terutama karena sifat remaja yang rentan terpengaruh oleh lingkungan sosial tanpa memikirkan hal apa yang nantinya timbul (Nurhanifa et al., 2020). Adapun dampak negatif yang disebabkan oleh media sosial yaitu penggunaan yang tidak terkendali oleh remaja. Apabila remaja tidak mampu mengatur seberapa lama mereka membuka sosial media, hal itu akan mendorong perilaku seperti kecanduan

(Aprilia et al., 2020). Kecanduan media sosial adalah perilaku yang menyebabkan seseorang mengabaikan tanggung jawabnya yang lain karena terus-menerus terlibat di dalam internet, kecanduan media sosial adalah sebuah gangguan perilaku yang terjadi ketika seseorang menggunakan media sosial secara berlebihan. Terdapat beberapa faktor yang berperan dalam timbulnya kecanduan media sosial, termasuk tujuan penggunaan platform tersebut. Tujuan tersebut adalah untuk memenuhi kebutuhan manusia yakni bersosial dengan sesama, bahkan hingga tidak ingin melewatkan kesempatan apa pun, sekecil apapun.

Fear of Missing Out (FoMO), yang merujuk pada kekhawatiran manusia tentang kehilangan pengalaman berharga ketika mereka tidak hadir di suatu acara atau kegiatan, telah diidentifikasi oleh Przybylski, Murayama, Dehan, dan Gladwell (2013). FoMO dapat diartikan bentuk kecemasan, biasanya memengaruhi generasi saat ini karena biasanya remaja selalu ingin tahu tentang informasi terbaru dan ingin mendapatkan pengakuan dari publik sehingga hal tersebut membuat remaja terus berusaha mengikuti perkembangan terbaru agar tidak melewatkan atau kehilangan sebuah momen yang terjadi. Seseorang dengan FoMO kemungkinan besar akan memiliki perasaan tak tenang dan cemas apabila ketinggalan informasi (Ayuningtias, 2019).

Aisafitri & Yusriyah (2021) mengungkapkan bahwa FoMO (*Fear of Missing Out*) dapat terlihat dalam gejala seperti ketergantungan pada ponsel, kecemasan dan ketegangan saat tidak memeriksa akun media sosial, memberikan prioritas pada interaksi di media sosial, obsesi dengan apa yang orang lain posting, serta dorongan untuk selalu membagikan setiap aktivitas, lalu muncul tekanan apabila hanya sedikit orang yang melihat akun miliknya. Efek dari FoMO, seperti yang dijelaskan oleh Akbar dkk. (2018), mengakibatkan individu ini tidak mampu sepenuhnya menikmati kehidupan di dunia nyata. Mereka kehilangan perhatian terhadap lingkungan sekitar dan selalu ada rasa ketidakpuasan dalam dirinya.

Uraian di atas, menjelaskan bahwa pelajar termasuk dalam kelompok usia remaja yang paling aktif menggunakan internet. Media sosial adalah salah satu jenis media yang populer yang memberikan nilai dan memenuhi kebutuhan dengan menyediakan konten dan berita terkini. Selain itu juga menghubungkan orang secara virtual dalam masyarakat. Akses yang berlebihan ke media sosial seringkali

dipicu oleh keinginan untuk tetap terhubung dengan orang-orang dalam masyarakat melalui media sosial, yang disebut sebagai *Fear of Missing Out* (FoMO). Kondisi inilah yang menjadi motivasi bagi peneliti untuk menyelidiki hubungan antara FoMO dengan kecanduan media sosial pada *Middle Adolescence* atau remaja tengah yang menggunakan media sosial.

Studi pendahuluan melibatkan wawancara dengan 5 subjek yang merupakan siswa-siswa dari SMA Negeri Jatinangor. Ketika ditanya dengan pertanyaan “Apakah yang kalian rasakan jika tidak menggunakan media sosial?” Menurut jawaban kelima siswa tersebut, mereka mengaku merasa bosan dan tidak nyaman ketika tidak menggunakan media sosial. Mereka berpikir bahwa dengan menggunakan media sosial memungkinkan mereka untuk mengekspresikan diri sesuai suasana hati mereka sambil tetap mengikuti kehidupan teman-temannya dan mengetahui tentang peristiwa yang baru terjadi saat ini, tetapi tidak jarang mereka membandingkan diri dengan kehidupan teman-temannya, mereka menilai kehidupan teman-temannya tampak lebih menyenangkan daripada kehidupan dirinya sendiri. Dan dengan pertanyaan “Seberapa sering kalian menghabiskan waktu di media sosial?” 4 siswa menjawab memainkan media sosial ketika sedang sekolah biasanya kurang lebih 3 jam dan ketika libur sekolah biasanya sampai 12 jam memegang terus *handphone* dan mengecek media sosial dengan alasan untuk mencari hiburan dan agar tidak tertinggal informasi terbaru. Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa penggunaan media sosial memiliki peran besar terhadap kemunculan FoMO pada remaja. Media sosial kerap menampilkan postingan-postingan milik akun media sosial orang lain yang memperlihatkan betapa menyenangkannya kehidupan mereka yang tak jarang membuat orang yang melihatnya melakukan perbandingan sosial.

Suburban adalah wilayah yang terletak di pinggiran kota, namun budaya masyarakatnya telah menyerupai budaya perkotaan. Wilayah ini mengalami kemajuan yang signifikan dalam berbagai aspek, termasuk dalam bidang teknologi, yang tentunya mempengaruhi intensitas akses media sosial. Kecamatan Jatinangor yakni salah satu wilayah suburban yang tergabung dalam peta administratif Kabupaten Sumedang, menurut data yang tersedia. Penelitian ini akan berfokus pada SMA Negeri Jatinangor yang terletak di wilayah tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan permasalahan yang telah dijabarkan dalam latar belakang, muncul rasa ketertarikan untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan FoMO (*Fear of Missing Out*) dengan Kecanduan Media Sosial Pada *Middle Adolescence* di SMA Negeri Jatinangor”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan utama dari penelitian ini yaitu mencari tahu mengenai hubungan antara FoMO (*Fear Of Missing Out*) dengan kecanduan media sosial pada *Middle Adolescence* yang bersekolah di SMA Negeri Jatinangor.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran tentang tingkat FoMO (*Fear of Missing Out*)
2. Mengetahui gambaran tingkat kecanduan media sosial
3. Hubungan *Fear of Missing Out* atau FoMO dengan Kecanduan Media Sosial

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Menyediakan referensi dan informasi tambahan terkait keperawatan jiwa dalam konteks gangguan kejiwaan yang terkait dengan penggunaan media sosial yang berlebihan, dengan harapan dapat memahami fenomena tersebut dan dampak yang ditimbulkan dalam bentuk kecanduan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Dari penelitian ini, diharapkan bahwa *Middle Adolescence* dapat mengatur penggunaan waktu mereka di media sosial, terutama Instagram, untuk mengurangi potensi gangguan yang mungkin muncul akibat penggunaan media sosial.
2. Hasil dapat menjadi sumber masukan dan juga informasi bagi sekolah sebagai landasan dalam membuat kebijakan terkait pengawasan penggunaan media sosial siswa. Hal ini diharapkan dapat membantu mengurangi risiko terjadinya kecanduan media sosial di kalangan siswa.
3. Pembaca dapat memperoleh pemahaman dan pertimbangan yang lebih baik dalam menggunakan Instagram. Hal ini akan membantu pembaca untuk

mengantisipasi faktor-faktor yang dapat menyebabkan kasus Fear of Missing Out (FoMO).

4. Dapat menyumbang pemikiran bagi peneliti lain dalam memecahkan masalah tentang hubungan *Fear of missing out* (FoMO) dengan kecanduan media sosial. Peneliti juga berharap hasil dari penelitian ini dapat di jadikan acuan untuk penelitian berikutnya.