

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Media sosial merupakan platform digital yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi, berbagi, dan membuat konten dengan orang lain melalui internet. Muchtar (2023) menyebutkan bahwa media sosial yang paling umum digunakan di Indonesia mencakup WhatsApp, Instagram, Facebook, TikTok, Telegram, Twitter, dan Messenger. Lipschultz (2013) mendefinisikan bahwa komunikasi media sosial sebagai proses pengiriman dan pertukaran pesan melalui platform media sosial yang memfasilitasi interaksi dan partisipasi pengguna dalam menciptakan, berbagi, dan mengonsumsi konten secara kolaboratif.

Hasil Survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) di tahun 2018 didapatkan hasil bahwa pengguna internet di Indonesia yang awalnya sebesar 171,1 juta naik menjadi 143,2 juta pada tahun 2020. Aziz (2020) menyatakan bahwa mahasiswa merupakan salah satu kelompok pengguna aktif media sosial, hal ini karena mahasiswa sedang berada pada masa transisi dari remaja akhir ke dewasa awal dan sedang mengalami dinamika psikologi. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif bagi para penggunanya, seperti terjadinya *fear of missing out* (Rania, 2022).

Fear of missing out adalah rasa takut pada individu yang muncul karena tertinggal informasi, gosip, atau tren yang berkembang di lingkungan sosial individu tersebut, lalu timbul rasa takut akan penolakan dari lingkungan sosialnya (Przybylski, 2013). Selain itu individu dengan tingkat *fear of missing out* yang

tinggi sering menggunakan internet untuk mencari berbagai informasi melalui aplikasi, seperti media sosial, searching, dan chatngan pada saat bangun tidur, makan, dan bahkan saat mengemudi, mereka menggunakan gadget seperti smartphone, laptop, notebook, dan lain-lain (Przybylski, 2013).

Przybylsky (2013) mengatakan bahwa hal tersebut terjadi karena kebutuhan psikologis individu rendah atau tidak terpenuhi, sehingga memiliki keinginan untuk terus menggunakan media sosial. Menurut penelitian Anastasya dkk (2022) di Universitas Malikussaleh khususnya di prodi administrasi bisnis bahwa ditemukan terdapat mahasiswa yang mengalami *fear of missing out* (FOMO) yang dimana mahasiswanya terlihat sangat individual dan tidak bisa lepas dari gadget, mereka mengatakan bahwa gadget sudah menjadi kebiasaan mereka sehari-hari untuk mereka gunakan sebagai sarana belajar, disisi lain mereka mengatakan takut kehilangan informasi.

Hasil penelitian Gladwell dkk (2013) menggambarkan adanya korelasi motivasi emosional, dan perilaku rasa takut ketinggalan, menunjukkan bahwa rendahnya kepuasan kebutuhan dasar psikologis yaitu kompetensi, otonom, dan keterikatan dapat menyebabkan FOMO. Orang yang kebutuhan dasar psikologisnya tidak terpenuhi akan tertarik pada penggunaan media sosial karena dianggap sebagai sumber daya untuk berhubungan dengan orang lain dan dapat membuat mereka sensitif terhadap rasa takut ketinggalan. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fen Dou dkk (2023) *Impact of perceived social support on fear of missing out (FOMO): A moderated mediation model*, menunjukkan bahwa kurangnya kebutuhan psikologis dasar yaitu kompetensi, otonom, dan keterikatan

dapat menyebabkan FOMO. Kebutuhan psikologis dasar tersebut yaitu kompetensi, otonom, dan keterikatan yang disebutkan oleh *self-determination* (Ryan & Deci, 2000). *Self-determination* merupakan tindakan seseorang yang difokuskan pada pilihan yang dibuat secara bebas tanpa pengaruh dan intervensi eksternal, pada *self-determination* terdapat tiga kebutuhan psikologis dasar yaitu: kompetensi (*competence*), otonom (*autonomy*), dan keterikatan (*relatedness*) (Ryan & Deci, 2000).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 14-17 Januari 2024 pada Mahasiswa Unimal terhadap 60 responden. Survey awal ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner melalui google form. Hasil survey Gambaran *Self-determination* pada Mahasiswa Unimal yang terindikasi *Fear Of Missing Out* (FOMO) Media Sosial, terlihat pada tabel berikut ini:

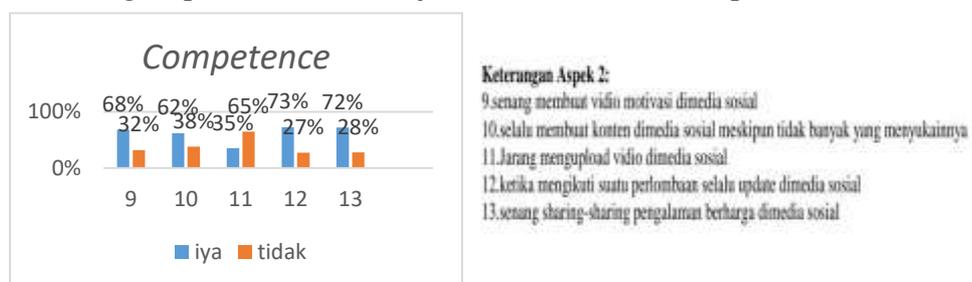
Gambar 1.1.

Grafik *Self-determination* yang terindikasi *Fear Of Missing Out* pada Mahasiswa Unimal

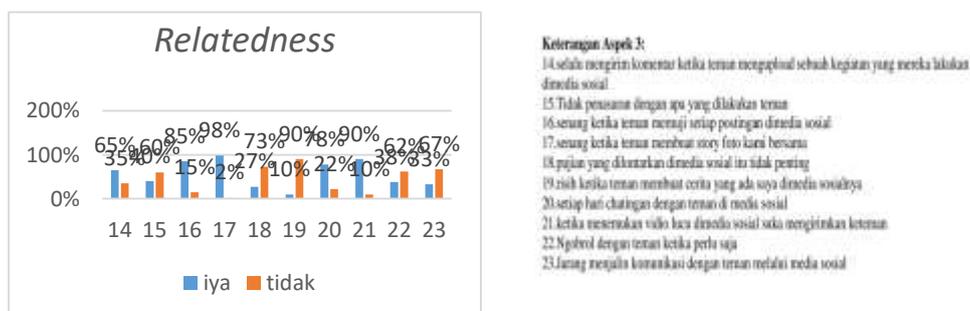


Berdasarkan grafik hasil survei diatas dapat diketahui mahasiswa unimal yang terindikasi *fear of missing out* terlihat bahwa memiliki permasalahan dalam *self-determination* yaitu pada aspek *Autonomy* yang ditandai dengan 36 orang responden senang menceritakan kegiatan sehari-hari di media sosial, 58 orang responden bermain media sosial membuat mood menjadi baik, 43 orang responden

tidak merasa bosan saat bermain media sosial, 49 orang responden selalu mengupload foto atau video yang menurutnya bagus di media sosial, 40 orang responden menghabiskan waktu berjam-jam bermain media sosial, 43 orang responden tidak memanyakan pendapat teman jika ingin mengupload foto di media sosial, 55 orang responden tidak bisa jika tidak bermain Handphone dalam sehari.



Kemudian mahasiswa unimal yang terindikasi *fear of missing out* juga memiliki permasalahan dalam *self-determination* yaitu pada aspek *Competence* yang ditandai dengan 41 orang responden senang membuat video motivasi di media sosial, 37 orang responden selalu membuat konten di media sosial meskipun tidak banyak yang menyukainya, 39 orang responden sering mengupload video di media sosial, 44 orang responden ketika mengikuti perlombaan selalu update ke media sosial, 43 orang responden senang sharing-sharing pengalaman berharga yang dialami ke media sosial.



Selain itu mahasiswa unimal yang terindikasi *fear of missing out* juga memiliki permasalahan dalam *self-determination* yaitu pada aspek *Relatedness*

yang ditandai 39 orang responden selalu mengirim komentar jika teman mengupload sebuah kegiatan yang mereka lakukan di media sosial, 36 orang responden penasaran apa yang dilakukan oleh teman-teman, 51 orang responden senang ketika teman memuji postingan di media sosialnya, 59 orang responden senang ketika temannya memposting foto mereka bersama, 44 orang responden pujian di media sosial itu penting, 54 orang responden tidak risih ketika teman membuat cerita yang ada dirinya, 47 orang responden setiap hari chattingan dengan teman melalui media sosial, 54 orang responden suka mengirimkan video lucu ketemannya melalui media sosial, 37 orang responden selalu mengobrol dengan temannya, 40 orang responden sering berkomunikasi dengan teman melalui media sosial.

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti tersebut menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa unimal yang terindikasi *fear of missing out* (FOMO), terlihat bahwa kebutuhan psikologis *relatedness* mahasiswa unimal yang tidak terpenuhi ketika merasa khawatir melihat teman liburan dan membagikannya di media sosial, dan kebutuhan psikologis *self* mahasiswa unimal yang tidak terpenuhi ketika liburan selalu update ke media sosial, kegiatan tersebut merupakan masalah serius karena dapat memberikan dampak membahayakan kesehatan fisik maupun psikis, tidak sedikit orang yang mengalami gangguan kecemasan dan susah tidur (Pratama, 2020). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan studi tentang **Gambaran *Self-Determination* pada Mahasiswa Unimal yang mengalami *Fear Of Missing Out* (FOMO) Media Sosial**

1.2. Keaslian Penelitian

Peneliti terdahulu yang dilakukan oleh Rahardjo dkk (2022), dalam jurnal yang berjudul *Fear Of Missing Out* dengan Kecanduan Mahasiswa Media Sosial pada Mahasiswa. Peneliti ini menggunakan teori przybyliski, (2013) pada skala *fear of missing out*, dan menggunakan teori Griffiths, (2005) pada skala media sosial, menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji hubungan antara fomo dengan kecanduan media sosial, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan sampel seluruh mahasiswa unimal yang mengalami fomo media sosial, penelitian ini menggunakan teori przybyliski, (2013) pada skala *fear of missing out*, dan menggunakan teori Deci & Ryan, (2000) pada skala *self-determination*, pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, menggunakan pendekatan kuantitatif metode Statistik deskriptif yang digunakan untuk melihat gambaran *self-determination* pada mahasiswa unimal yang mengalami fear of missing out media sosial.

Penelitian terdahulu yang dilakukan Lemay dkk. (2019), dalam jurnal yang berjudul *Self-Determination, Loneliness, Fear Of Missing Out, And Academic Performance*. Perbedaan penelitian Lemay *et al.* (2019) dengan penelitian ini adalah penelitian Lemay dkk (2019) menggunakan sampel 102 mahasiswa dari program universitas di english, penelitian ini mengkaji bagaimana kesepian, fomo, dan kebutuhan dasar otonomi, kompetensi, dan keterkaitan berhubungan dengan kinerja akademik, sedangkan penelitian ini menggunakan sampel seluruh mahasiswa unimal yang mengalami fomo media sosial, jumlah sampel yang digunakan yaitu 97 mahasiswa, menggunakan pendekatan kuantitatif metode

Statistik deskriptif yang digunakan untuk melihat gambaran *self-determination* pada mahasiswa unimal yang mengalami *fear of missing out* media sosial.

Penelitian terdahulu yang dilakukan Anastasya dkk (2022), dalam jurnal yang berjudul *orrelation Between Fear of Missing Out and Internet Addiction in Students*. Perbedaan penelitian Anastasya dkk (2022) dengan penelitian ini adalah penelitian Anastasya dkk (2022) menggunakan sampel seluruh mahasiswa tahun ajaran 2016-2017 jumlah sampel yang digunakan 79 mahasiswa jurusan administrasi bisnis, menggunakan 2 skala yaitu skala fomo dari teori przybyliski, (2013) dan skala kecanduan internet dari teori young (2010). Teknik pengambilan sampelnya menggunakan sampling jenuh, sedangkan penelitian ini pengambilan sampel secara purposive sampling yaitu menggunakan sampel seluruh mahasiswa unimal yang mengalami fomo, menggunakan 2 skala yaitu skala *self-determination* dari teori Deci & Ryan (2000) dan skala fomo dari teori przybyliski (2013) selain itu teknik pengambilan sampel dalam penelitian adalah purposive sampling.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Siregar dkk, (2022). Dalam jurnal yang berjudul *The Role of Autonomy, Competence and Relatednes in Efforts to Increase Student Involvement in Face-to-Face Learning Post-COVID 19; Perspective of Self Determination Theory*. Perbedaan penelitian Siregar dkk (2019) dengan penelitian ini adalah penelitian Siregar dkk (2019) menggunakan sampel kabupaten labuhanbatu, penelitian ini ingin menguji peran dimensi dari SDT yang terdiri dari kebutuhan otonomi, kebutuhan kompetensi, dan kebutuhan keterkaitan untuk meningkatkan keterlibatan mahasiswa dalam pembelajaran tatap muka, penelitian ini menggunakan kuantitatif eksplanatori, sedangkan penelitian ini

pengambilan sampel secara purposive sampling yaitu menggunakan sampel seluruh mahasiswa unimal yang mengalami fomo media sosial, pendekatan kuantitatif metode Statistik deskriptif yang digunakan untuk melihat gambaran *self-determination* dari teori (Ryan & Deci, 2000).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Tresnawati (2016), didalam jurnalnya yang berjudul *Hubungan Antara The Big Five Personality Traits Dengan Fear Of Missing Out About Social Media* Pada Mahasiswa. Perbedaan penelitian Tresnawati (2016) dengan penelitian ini adalah penelitian Tresnawati (2016) menggunakan sampel seluruh mahasiswa universiats negeri semarang, menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional, menggunakan dua skala yaitu skala fomo dari teori przybyliski, (2013) dan skala *the big five personality traits*, sedangkan penelitian ini menggunakan sampel seluruh mahasiswa unimal yang mengalami fomo, pendekatan kuantitatif metode Statistik deskriptif yang digunakan untuk melihat gambaran *self-determination* pada mahasiswa unimal yang mengalami *fear of mising out* media sosial, menggunakan 2 skala yaitu skala *self-determination* dari teori Ryan &Deci (2000) dan skala fomo teori (Przybyliski, 2013).

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran *self-determination* pada mahasiswa unimal yang mengalami *fear of missing out* media sosial?

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yakni untuk mengetahui gambaran *self-determination* pada mahasiswa unimal yang mengalami *fear of missing out* media sosial.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan referensi dalam penulisan karya ilmiah dan sejenisnya mengenai gambaran *Self-Determination* pada Mahasiswa yang mengalami *Fear Of Missing Out* Media sosial.
2. Penelitian ini bermanfaat sebagai informasi untuk mengetahui Gambaran *Self-Determination* pada Mahasiswa Unimal yang mengalami *Fear Of Missing Out* Media Sosial.
3. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai rujukan untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai *Self-Determination* dengan mengangkat fenomena yang berbeda.

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa penelitian ini bermanfaat untuk kontrol diri dengan baik dalam menggunakan media sosial sehingga meminimalisir terjadinya *Fear Of Missing Out*.
2. Bagi peneliti selanjutnya dapat menjadi salah satu acuan mengenai *Self-determination* pada mahasiswa yang mengalami *Fear Of Missing Out* Media Sosial, sehingga membuat penelitian selanjutnya dapat memberikan data yang lebih beragam.
3. Bagi kampus memberikan manfaat praktis yaitu dapat menjadi bahan edukasi dan bahan sosialisasi pihak kampus kepada mahasiswa tentang pentingnya kontrol diri dengan baik dalam menggunakan media sosial supaya terhindar dari *Fear Of Missing Out*.