

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Perkembangan zaman yang semakin modern menjadikan media teknologi mengalami kemajuan dalam memenuhi kebutuhan manusia termasuk cara komunikasi individu dengan individu lainnya yang mengalami perubahan. Di era digital seperti sekarang ini individu dapat berkomunikasi secara lisan atau bertatap muka tanpa harus bepergian. Hal tersebut membuat individu mudah dalam menyampaikan pesan dan informasi kepada lawan bicara melalui alat komunikasi seperti *smartphone* maupun ponsel yang memiliki kegunaan untuk mengirimkan pesan dalam hitungan detik (Hanika, 2015). Kemudahan dalam mengakses internet serta didukung juga dengan terjangkaunya informasi dan komunikasi melalui *smartphone* kini mempermudah setiap individu dalam penggunaan media sosial untuk berkomunikasi atau berbagi informasi (Wang, 2011).

Media sosial merupakan suatu wadah yang menyediakan kemudahan komunikasi secara aktif antar individu dengan individu lainnya serta menjadi sarana dalam mengakses berbagai macam informasi terbaru (Alt, 2015). Saat ini banyak tersedianya aplikasi media sosial di internet dalam berbagai macam bentuk, hal tersebut membuat individu memiliki kemudahan berkomunikasi atau tetap terhubung secara bertatap muka langsung dengan lingkungan sosial (Abel dkk., 2016). Hasil survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2018) menunjukkan bahwa penggunaan internet paling banyak ditempati

oleh pengguna dengan rentang usia 20 – 24 tahun dengan persentase 88,5%, ditinjau dari banyaknya pengguna ditempati oleh mahasiswa dengan jumlah persentase 92,1%. Hasil survei yang disampaikan oleh APJII juga menemukan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tertinggi adalah individu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi, berarti semakin tinggi pendidikan individu, maka semakin tinggi intensitas aktivitas individu tersebut dalam memakai media sosial (APJII, 2012). Banyaknya aktivitas pada mahasiswa dengan kesibukkan yang beragam cenderung dapat membuat mahasiswa menjadi lebih ketergantungan dalam pemakaian media sosial dan internet (Azka dkk., 2018). Hifzul & Sumarni (2020) mengemukakan bahwa munculnya pandemi COVID-19 membuat individu sulit berinteraksi dengan temannya dan hanya sebatas melalui media sosial sehingga meningkatkan keinginan untuk bertemu dengan teman-temannya.

Adanya COVID-19 memiliki dampak yang besar dalam berbagai aspek kehidupan manusia seperti kesehatan, ekonomi, dan pendidikan. Dalam dunia pendidikan, proses pembelajaran dilaksanakan secara daring yang membuat individu perlu beradaptasi kembali (Nurkholis, 2020). Di kondisi saat ini yaitu munculnya COVID-19 membuat kehidupan mahasiswa dituntut untuk lebih siap dan mandiri dalam belajar (Andiarna & Kusumawati, 2020). Menurut Capone, dkk. (2020) tantangan mahasiswa dalam menghadapi kehidupan di kondisi COVID-19 adalah mahasiswa harus belajar bertanggung jawab dalam memenuhi tugasnya dan mahasiswa juga harus menyesuaikan diri belajar secara online dimulai dari kurangnya interaksi fisik yang biasa dilakukan mahasiswa untuk

berbagi pengalaman dengan temannya. Rozgonjuk, dkk. (2020) efek yang ditimbulkan tersebut dapat menyebabkan individu akan beralih ke media sosial berusaha agar tetap berhubungan dengan individu lain karena tidak dapat berinteraksi secara bertatap muka. Didukung berdasarkan hasil penelitian Elmer, dkk. (2020) yang melaporkan bahwa di masa pandemi COVID-19 mahasiswa mengalami penurunan interaksi sosial sehingga menyebabkan tingkat kecemasan ketakutan, dan kekhawatiran saat tidak menggunakan media sosial.

Salah satu fenomena yang berkaitan ketakutan, kecemasan, dan kekhawatiran yaitu *fear of missing out* (FoMO) (Przybylski dkk., 2013). Hasil penelitian JWT Intelligence (2012) menunjukkan bahwa penggunaan internet di dunia yang terindikasi memiliki *fear of missing out* (FoMO) sebesar 40%. Tidak sedikit pengguna internet yang terindikasi FoMO merupakan Mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian Baker, dkk. (2016) menjelaskan bahwa *fear of missing out* di kalangan mahasiswa berkaitan dengan intensitas mahasiswa menggunakan media sosial. Hal tersebut menunjukkan bahwa menggunakan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan individu terindikasi mengalami *fear of missing out* (FoMO).

*Fear of Missing Out* adalah perasaan kegelisahan dan ketakutan saat individu tertinggal atau tidak terlibat dalam momen berharga, apabila kelompok sosial lain melakukan hal yang lebih mengasyikkan dibandingkan dengan kegiatan yang dilakukan oleh individu tersebut (Przybylski dkk., 2013). Sedangkan menurut JWT Intelligence (2011) *fear of missing out* merupakan ketakutan yang

dialami oleh individu ketika individu lain mengalami suatu peristiwa yang menyenangkan, namun dirinya tidak terlibat pada hal yang sama.

Menurut Przybylski, dkk. (2013) terdapat tiga aspek yang menunjukkan seseorang mengalami *fear of missing out* (FoMO) yaitu: 1) Ketakutan akan kehilangan momen berharga dari individu lain, 2) Kekhawatiran kehilangan momen berharga dari kelompok sosial, 3) Keinginan untuk berhubungan dengan apa yang dilakukan oleh individu lain. Aspek pertama mengacu pada keadaan emosional yang timbul ketika individu tidak terhubung atau merasakan kehilangan momen berharga dengan individu lainnya. Aspek kedua mengacu pada perasaan yang muncul ketika individu tidak terhubung atau merasakan kehilangan momen berharga dengan kelompok sosial lainnya. Sedangkan aspek ketiga merujuk pada keinginan individu agar tetap terhubung pada suatu peristiwa, pengalaman, dan komunikasi dengan pihak lain.

Survei *Australian Psychological Society* (2015) menunjukkan bahwa rata-rata remaja lebih sering menghabiskan waktu menggunakan media sosial selama 2,7 jam per hari. Prevalensi *fear of missing out* pada remaja sebesar 56 % dan pada dewasa sebesar 25 %, sehingga penelitian ini menemukan bahwa remaja lebih tinggi dan secara signifikan memiliki kemungkinan mengalami fenomena FoMO dibandingkan dengan kelompok dewasa (Akbar dkk., 2019).

Arnett (2000) mengemukakan bahwa tahap perkembangan individu pada usia 18-24 tahun merupakan tahap *emerging adulthood*, yaitu suatu periode masa transisi saat individu tidak bisa disebut sebagai remaja namun juga belum bisa dikatakan sebagai dewasa awal. Pada tahap *emerging adulthood* tidak hanya

dialami oleh para karyawan, namun sebagian besar juga dialami oleh mahasiswa (Arnett, 2000). Mahasiswa umumnya lebih dominan pada kelompok yang berada di tahap perkembangan remaja menuju ke dewasa atau biasa disebut *emerging adulthood*. Mahasiswa pada tahap *emerging adulthood* sedang berproses membentuk identitas diri, mencari hal baru dalam kehidupan dan menjalin hubungan interpersonal yang intim secara emosional, serta berusaha untuk mandiri dengan cara melepaskan diri dari dominasi ataupun pengaruh dari orang tua (Arnett, 2000). Mahasiswa yang berada dalam tahap *emerging adulthood* pada umumnya memiliki karakteristik yang kurang dalam masalah kestabilan seperti hubungan antar individu, mengelola kebutuhan hidup, perkembangan emosional dan kognitif (Arnett, 2000). Mahasiswa yang memiliki kegagalan dalam menjalin hubungan interpersonal dapat menyebabkan mahasiswa merasa kesepian dan tidak terbiasa dengan kondisi yang di hadapi, sehingga perasaan takut akan rasa kesepian pada mahasiswa memungkinkan munculnya permasalahan dalam penggunaan *smartphone* (Agusti & Leonardi, 2015). Berdasarkan uraian penjelasan di atas, peneliti memilih mahasiswa sebagai subjek pada penelitian ini.

*Fear of Missing out* dapat terjadi pada mahasiswa. Hal ini didukung berdasarkan hasil penelitian Retnaningrum (2019) yaitu terdapat 87 Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek yang mengalami *fear of missing out* pada kategori rendah sebesar 5,7% (5 subjek), kategori sedang sebesar 72,4 % (63 subjek), dan kategori tinggi sebesar 20,6 % (19 subjek). Hal tersebut membuktikan bahwa *fear of missing out* memang terjadi pada mahasiswa, dalam

penelitian Retnaningrum (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengalami *fear of missing out* berada pada kategori sedang.

Hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti dengan melaksanakan wawancara online pada hari Senin, 25 Oktober 2021 pada 10 mahasiswa yang sedang menjalankan *study* di Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan kriteria subjek yaitu berusia 18-24 tahun. Panduan wawancara yang digunakan disusun berdasarkan aspek-aspek *fear of missing out* yang dikemukakan oleh Przybylski, dkk. (2013). Berdasarkan hasil data survei awal tersebut diketahui bahwa pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta menggunakan sebagian waktunya untuk mengakses media sosial yang mengindikasikan adanya emosi negatif, hal ini diketahui dari respon yang disampaikan oleh subjek bahwa sebagian besar pengguna media sosial lebih cenderung merasa ketakutan dan khawatir saat tidak mengaksesnya. Adapun hasil dari wawancara yaitu, terdapat 6 dari 10 mahasiswa merasa tidak nyaman atau cemas jika dirinya tidak bisa terhubung dengan individu lainnya. Ada pula 7 dari 10 mahasiswa merasa kesal dan takut saat tidak adanya koneksi internet sehingga tidak bisa mengakses media sosial dan sulit untuk berhubungan dengan kelompok sosial lainnya. Selain itu, 6 dari 10 mahasiswa memiliki kekhawatiran jika ada informasi-informasi yang berharga terlewat di media sosial sehingga dirinya terus berusaha agar tetap terhubung dengan individu lain. Munculnya masalah-masalah tersebut membuktikan bahwa mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta terindikasi mengalami *fear of missing out*.

Hasil data survei awal yang dilaksanakan oleh peneliti melalui wawancara online, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat sebanyak 6 dari 10 mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta memiliki gejala *fear of missing out* yang tinggi. Hal ini dapat diketahui berdasarkan respon subjek yang menyatakan bahwa responden merasa tidak nyaman atau cemas jika dirinya tidak bisa terhubung dengan individu lainnya, merasa kesal dan takut saat tidak adanya koneksi internet sehingga tidak bisa mengakses media sosial dan sulit untuk berhubungan dengan kelompok sosial lainnya, dan merasakan kekhawatiran jika ada informasi-informasi yang berharga terlewat di media sosial sehingga dirinya akan berusaha agar tetap terhubung dengan individu lain. Hasil data survei di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta terindikasi terjadinya *fear of missing out*.

*Fear of Missing Out* ini penting untuk diteliti karena individu dengan tingkat FoMO yang tinggi akan sulit meninggalkan aktivitas dalam mengakses media sosial sehingga menyebabkan individu berpeluang mengalami kepuasan hidup dan perilaku yang rendah (Abel dkk., 2016). Situasi dengan kepuasan hidup yang memiliki tingkat rendah akan memandang media sosial sebagai *platform* penghubung utama dan satu-satunya bagi individu untuk berinteraksi dengan dunia luar. Melalui keterkaitan tersebut individu merasa dapat mengembangkan kompetensi sosialnya dan memperdalam hubungan sosial yang dimiliki (Przybylski dkk., 2013). Jika media sosial menjadi salah satu media interaksi di masa pandemi COVID-19, maka semakin besar individu menggunakan media sosial sebagai wadah dalam berkomunikasi dan berhubungan untuk memenuhi

kebutuhan psikologisnya (Fathadhika & Afriani, 2018). Oleh karena itu penelitian ini penting dan menjadikan mahasiswa sebagai subjek dalam penelitian.

Menurut Przybylski, dkk. (2013) kebutuhan dasar psikologis yang tidak terpenuhi dari individu menyebabkan individu tersebut menjadi tidak mampu dalam mengontrol diri sendiri secara efektif sehingga memicu munculnya *fear of missing out*. Terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *fear of missing out* menurut Przybylski, dkk. (2013) yaitu: 1) Kebutuhan kompetensi (*need for competence*) yang tidak terpenuhi, individu yang memiliki kebutuhan psikologis kompetensi yang tidak terpenuhi dapat memicu *fear of missing out*. 2) Kebutuhan otonomi (*need for autonomy/self*) yang tidak terpenuhi, jika kebutuhan psikologis akan *self* tidak terpenuhi maka kemungkinan individu mudah beralih melakukan aktivitas di media sosial yang dapat menyebabkan *fear of missing out*. 3) Kebutuhan berhubungan dengan individu lain (*need for relatedness*) yang tidak bisa terpenuhi, jika individu dengan kebutuhan psikologis tidak dapat terpenuhi menyebabkan adanya perasaan cemas dan takut sehingga dirinya tetap akan terus berusaha terhubung dengan individu lain. 4) *Motivational*, menurut Przybylski, dkk. (2013) mengindikasikan bahwa individu dengan rasa kepuasan kebutuhan psikologis akan hubungan antar individu lain memiliki tingkat yang rendah sehingga memicu adanya kecenderungan level *fear of missing out* yang tinggi.

Berdasarkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *fear of missing out* (FoMO), diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi adalah *motivational*. Menurut Cascio (dalam Hasibuan, 2011) *motivational* adalah suatu dorongan berdasarkan keinginan dari individu untuk memenuhi atau memuaskan

kebutuhan dalam hidupnya. David McClelland (dalam Endin, 2010) dalam teorinya menyebutkan bahwa terdapat empat jenis motivasi yaitu motivasi berprestasi (*need achievement*), motivasi afiliasi (*need of affiliation*), motivasi kompetensi (*competence motivation*), motivasi berkuasa (*need of power*). Berdasarkan jenis-jenis motivasi tersebut, peneliti memilih motivasi afiliasi sebagai variabel bebas pada penelitian ini. Motivasi afiliasi menjadi variabel bebas dalam penelitian ini karena peneliti berasumsi saat melakukan wawancara dengan subjek, respon yang diberikan lebih mengarahkan pada salah satu faktor tersebut yaitu individu membutuhkan motivasi afiliasi dalam hidupnya untuk memenuhi kebutuhan psikologis akan berhubungan dengan orang lain.

Menurut McClelland (dalam Munandar, 2014) menjelaskan bahwa motivasi afiliasi adalah kecenderungan dari individu untuk mencari atau menjalin suatu hubungan dengan kelompok sosial seperti persahabatan dengan individu lain tanpa memandang suatu kedudukan, pekerjaan, jabatan, dan status. Sedangkan menurut Nasrudin (2010) motivasi afiliasi merupakan sebuah dorongan dalam berhubungan dengan kelompok lain atas dasar sosial.

Heyns, dkk. (dalam Koestner & McClelland, 1992) mengemukakan bahwa individu yang memiliki dorongan untuk membangun, mempertahankan atau memperbaiki hubungan dari individu dengan individu lainnya menggambarkan tingkat motivasi afiliasi yang tinggi. Individu dengan motivasi afiliasi yang tinggi cenderung menghabiskan waktunya untuk berinteraksi dengan individu lainnya, memulai komunikasi terlebih dahulu, lebih banyak menghubungi pihak lainnya secara lisan atau tulisan (Heyns dkk., dalam Koestner & McClelland, 1992). Hal

tersebut dapat memicu individu menggunakan media sosial secara berlebihan untuk menjalin komunikasi. Berlebihan menggunakan media sosial tentu memiliki dampak yang buruk untuk penggunanya. Bahkan membuat beberapa individu atau kelompok merasa ketakutan, kecemasan, dan kekhawatiran saat tidak menggunakannya (Anderson & Jiang, 2018). Kondisi seperti itu juga dapat menyebabkan individu mengalami FoMO (Harianto, A. H., 2019).

Berdasarkan uraian pengertian di atas, disimpulkan bahwa motivasi afiliasi adalah bentuk kebutuhan individu dalam memenuhi kebutuhan psikologis berhubungan dengan kelompok sosial lainnya. Individu dengan keterbukaan diri memiliki peluang yang tinggi dalam mengalami kepuasan atas hidup dan perilaku yang tinggi dan menyebabkan suasana hati yang baik, hal tersebut dapat dicapai dengan motivasi afiliasi (Przybylski dkk., 2013).

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi afiliasi dengan *fear of missing out* dalam menggunakan media sosial. Penelitian Harianto, A.H. (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebutuhan afiliasi dengan *fear of missing out* di media sosial terhadap mahasiswa. Semakin tinggi kebutuhan afiliasi, semakin tinggi *fear of missing out* dalam menggunakan media sosial pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah kebutuhan afiliasi, semakin rendah *fear of missing out* dalam menggunakan media sosial pada mahasiswa. Selain itu, penelitian Rinjani dan Firmanto (2013) mengemukakan bahwa ada hubungan positif dan sangat signifikan antara kebutuhan afiliasi dengan intensitas mengakses jejaring sosial dalam meningkatkan *fear of missing out*.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, peneliti mengajukan sebuah rumusan permasalahan apakah ada hubungan antara motivasi afiliasi dengan *fear of missing out* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan permasalahan, tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara motivasi afiliasi dengan *fear of missing out* pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu untuk mengembangkan teori dalam bidang psikologi sosial klinis mengenai hubungan antara motivasi afiliasi dengan *fear of missing out* pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

#### **b. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat, khususnya mahasiswa terkait dengan motivasi afiliasi sebagai prediktor *fear of missing out*. Selain itu, dapat dijadikan sebagai masukan dan sumber informasi bagi peneliti selanjutnya mengenai hubungan antara motivasi afiliasi dengan *fear of missing out*.