

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Media sosial merupakan satu hal yang sangat digandrungi dan populer sekarang ini. Tercatat ada sekitar 132,7 juta jiwa masyarakat Indonesia yang menggunakan media sosial. Data ini dihitung dari jumlah total penduduk Indonesia pada 2016 sebanyak 256,2 juta orang, dengan perbandingan 52,5 persen laki-laki dan 47,5 persen pengguna perempuan. Data tersebut menjelaskan bahwa saat ini media sosial sudah menjadi bagian penting dalam kehidupan masyarakat Indonesia. (Dina, 2017)

Menurut riset platform manajemen media sosial HootSuite dan agensi marketing sosial We Are Sosial bertajuk "Global Digital Reports 2020", hampir 64 persen penduduk Indonesia sudah terkoneksi dengan jaringan media sosial. Riset yang dirilis pada akhir Januari 2020 itu menyebutkan, jumlah pengguna media sosial di Indonesia sudah mencapai 175,4 juta orang, sementara total jumlah penduduk Indonesia sekitar 272,1 juta. Dibanding tahun 2019 lalu, jumlah pengguna media sosial di Indonesia meningkat sekitar 17 persen atau 25 juta pengguna. (Kemp, 2020)

Indonesia juga punya pencapaian lain dalam jumlah pengguna media sosial. Masih dari riset yang sama, jumlah pengguna media sosial di Indonesia sudah mencapai 160 juta, meningkat 8,1 persen atau 12 juta pengguna dibandingkan tahun lalu. Dengan begitu, penetrasi penggunaan media sosial di Indonesia sudah

mencapai 59 persen dari total jumlah penduduk. Rata-rata penggunaan media sosial di Indonesia mencapai 3 jam 26 menit per hari. Angka itu juga di atas rata-rata global yang mencatat waktu 2 jam 24 menit per hari. (Kemp, 2020)

Pengguna media sosial tidak hanya pada kalangan orang dewasa namun juga pada anak dan remaja. Hasil survei Kominfo tahun 2017 menjelaskan mengenai usia pengguna media sosial di Indonesia. Pengguna media sosial berada pada usia 9-29 tahun yang berasal mulai dari jenjang SD hingga S2. Berdasarkan pendidikan, prosentase penggunaan media sosial anak usia SD sebesar 76,89%, SMP sebesar 82,63%, SMA sebesar 97,5%, S1 sebesar 97,55% dan S2 sebesar 96%. Berdasarkan usia, prosentasenya 93,52% untuk usia 9 – 19 tahun, 95,96% untuk usia 20 – 29 tahun, 93% untuk usia 30 – 49 tahun. (Kominfo, 2017)

Saat ini dunia sedang menghadapi pandemi COVID-19. Infeksi *Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2)*, yang secara klinis bermanifestasi terutama pada sistem pernapasan ini (COVID-19), memiliki tingkat penularan yang cukup tinggi di berbagai belahan dunia sehingga WHO akhirnya menetapkan status pandemi untuk penyakit infeksi ini. Hal tersebut bahkan telah mendorong beberapa negara untuk menerapkan kebijakan *lockdown* dalam rangka mencegah penyebaran virus ini secara luas dan masif (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Menanggapi hal tersebut, pemerintah Indonesia mulai memberlakukan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk beberapa wilayah, dimana salah satu strateginya adalah *physical distancing*. Dengan diterapkannya *physical distancing*, khususnya para remaja yang mayoritas sedang menempuh

masa pendidikan, melakukan hampir sebagian besar aktivitasnya dari rumah. Implementasi kebijakan tersebut, khususnya bagi remaja yang duduk di bangku sekolah dan kuliah, berpotensi meningkatkan penggunaan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Potensi terjadinya kecanduan penggunaan media sosial serta cara mendayagunakan media sosial secara bijak dan sehat perlu dikenali, tidak hanya oleh para remaja, namun juga oleh praktisi pendidikan dan pengambil kebijakan. (Thoriq,2020)

Dalam sektor pendidikan, hal tersebut telah membuat remaja yang sedang menempuh jenjang pendidikan libur dari kegiatan tatap muka di sekolah/ kampus dan menggantikannya dengan metode pembelajaran jarak jauh berbasis media sosial (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Dengan mendayagunakan kapabilitas dari media sosial, metode ini tidak hanya mampu memfasilitasi penyampaian materi pembelajaran, namun juga dapat digunakan untuk mengevaluasi ketercapaian tujuan belajar para peserta didik. Penggunaan media sosial dalam waktu lama secara terus menerus akan memberikan dampak bagi penggunanya, baik dampak positif maupun negatif di masa depan (Nugraha, 2013). Jika tidak dikelola dengan bijak, metode pembelajaran tersebut dapat memposisikan para remaja untuk selalu menggunakan media sosial di sebagian besar waktu kesehariannya.

Media sosial menjadi situs yang paling banyak di akses oleh penggunanya karena memiliki banyak keuntungan. Keuntungan tersebut diantaranya sebagai media informasi dan komunikasi, menjalin relasi, sebagai wadah untuk mempresentasi diri penggunanya, serta memudahkan individu dalam dunia bisnis,

karir, pendidikan dan politik. Selain itu, dampak positif yang ditimbulkan oleh media sosial antara lain untuk memudahkan surat menyurat, mengirim pesan, *chatting*, mengambil atau mengirim informasi dan sarana untuk hiburan (Fauziawati, 2015). Selain memiliki keuntungan banyak pula kerugian atau hal negatif yang dimiliki media sosial. Hal negatif tersebut diantaranya menghabiskan banyak waktu untuk mengakses media sosial, individu menjadi tidak produktif, dan cenderung menjadi pribadi yang malas. Umumnya remaja tidak mampu memfilter hal-hal baik ataupun buruk dari media sosial tersebut, sehingga remaja rentan terkena dampak negatif dari penggunaannya. Menurut Rini (2011) terdapat empat dampak negatif yang ditimbulkan oleh media sosial yakni terhadap kesehatan, kepribadian, pendidikan, keluarga dan masyarakat. Penggunaan media sosial menyebabkan interaksi secara langsung (*face to face*) cenderung menurun yang dapat menyebabkan seseorang menjadi anti sosial (Watkins, 2009). Menurut O’Keeffe et al (2011) hal negatif lain penggunaan media sosial adalah rendahnya masalah privasi, *cyberbullying* yang dapat menyebabkan *social media depression*. Selain itu hal negatif yang lebih serius bagi pengguna media sosial dengan intensitas tinggi, dapat menyebabkan kecanduan media sosial.

Penggunaan media sosial secara terus-menerus berdampak terhadap kesehatan fisik meliputi gangguan makan dan gangguan tidur, peningkatan atau penurunan berat badan, gangguan pada mata seperti mata kering dan mata kabur, nyeri punggung, sindrom *karpal tunnel*, cedera otot berulang dan kelelahan kronis (Rosenberg, 2014). Dampak negatif lain yang dapat timbul adalah terhadap pendidikan. Saat menggunakan media sosial, remaja terbiasa hanya berinteraksi

satu arah sehingga dapat menjadikan remaja tersebut tertutup. Kondisi ini dapat menyebabkan remaja sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata termasuk terhadap teman dan guru di sekolah. Remaja yang kecanduan media sosial akan sulit berkonsentrasi pada pelajaran karena pikirannya menjadi terus menerus tertuju pada permainan media sosial atau media sosial yang dia miliki. Remaja yang kecanduan media sosial akan menjadi lebih cuek, acuh tak acuh dan kurang peduli terhadap kewajibannya sebagai pelajar. Ia tidak peduli terhadap tugasnya, target prestasi yang harus diraih, dan bahkan jadwal ulangan hariannya (Rini,2011).

Dampak negatif lain yang dapat timbul disebabkan oleh penggunaan media sosial adalah terhadap kepribadian. Dampak terhadap kepribadian ini diantaranya adalah timbulnya rasa malas dalam melakukan sesuatu, serta kurangnya minat untuk bersosialisasi dengan teman atau keluarga. Paparan kekerasan dalam permainan media sosial juga dapat berisiko menimbulkan perilaku agresif pada anak-anak dan remaja (Rini, 2011).

Dampak negatif dari penggunaan media sosial yang kurang terkontrol adalah manajemen waktu buruk, waktu belajar yang lebih sedikit dan kinerja akademik yang lebih rendah (Karpinski, 2010). Dampak tersebut dialami oleh remaja, khususnya remaja awal karena mereka merupakan populasi yang rentan. Remaja awal menjadi lebih rentan karena keadaan kontrol emosionalnya masih berkembang sehingga kapasitas regulasi yang dimiliki remaja belum dapat sepenuhnya digunakan untuk mengontrol penggunaan media sosial (Berthelsen, Hayes, White & William , 2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Listari (2018) bahwa 245 remaja, remaja awal berusia 13-15 tahun menjadi remaja yang

paling dominan menggunakan media sosial dan 183 diantaranya menggunakan media sosial berlebih yaitu lebih dari dua jam. Peningkatan waktu remaja dalam menggunakan media sosial secara intensif bahkan berlebih meningkatkan resiko berkembangnya suatu kecanduan dan perilaku kecanduan media sosial (Tzavela, 2015).

Remaja di era ini telah terpapar dan terpengaruh dengan teknologi digital sejak awal kehidupan mereka. Kelompok populasi mereka, yang saat ini banyak dikenal dengan sebutan generasi Z, akan memiliki kecenderungan untuk mengalami kecanduan media sosial karena proses adaptasi terhadap interaksi lingkungan dan budaya yang dihadapi tidak diimbangi dengan kapabilitas literasi digital yang kuat. Dalam konteks remaja yang sedang menempuh pendidikan formal berbasis kelas, hadirnya tuntutan akademik yang tinggi juga mampu mendorong mereka untuk mendayagunakan media sosial semaksimal mungkin. Penggunaan media sosial tidak sebatas sebagai solusi primer yang praktis dalam rangka memenuhi kebutuhan pemecahan masalah akademis, namun juga sebagai sarana rekreasional ditengah padatnya beban kognitif sehari-hari (Kurniasanti *et al.*, 2019).

Kehadiran media sosial memudahkan orang-orang untuk mengakses apa pun dan di mana pun serta mempermudah memenuhi kebutuhan hidup. Fungsi utama media sosial adalah memudahkan orang untuk berkomunikasi tanpa batas ruang dan waktu, memberikan informasi dari belahan dunia manapun. Media sosial yang berkembang serta digemari remaja saat ini yaitu *Facebook*, *WhatsApp*, *Instagram*, (Wahyuni,2018)

Young membagi kecanduan internet ke dalam lima kategori, yaitu *Cybersexual addiction* (seseorang yang melakukan penelusuran dalam situs-situs porno atau *cybersex* secara kompulsif), *Cyber-relationship addiction* (seseorang yang hanyut dalam pertemanan melalui dunia *cyber*), *Net compulsion* (seseorang yang terobsesi pada situs-situs perdagangan), *cyber shopping atau day trading*) atau perjudian (*cyber casino*), *Information overload* (seseorang yang menelusuri situs-situs informasi secara kompulsif), *Computer addiction*, yaitu seseorang yang terobsesi pada permainan-permainan online (*online games*). Davis (dalam Soetjipto, 2005) menyebutkan dua jenis kecanduan internet, yaitu kecanduan internet spesifik (*specific pathological internet use*) yang di definisikan sebagai individu yang mengalami kecanduan hanya pada satu macam fasilitas yang ditawarkan oleh internet, dan kecanduan internet umum (*generalized pathological internet use*) yaitu individu yang mengalami kecanduan pada semua fasilitas yang ditawarkan oleh internet secara keseluruhan. Berbeda dengan kecanduan smartphone, dapat dikategorisasikan sebagai permasalahan perilaku. Salah satu contoh yang nampak adalah dari segi penggunaan smartphone dalam hal yang melanggar hukum atau peraturan, proses sosialisasi yang tidak tepat atau bahkan penggunaan smartphone dalam keadaan yang penuh resiko dan berbahaya, seperti contoh ketika penggunaan smartphone pada saat mengendarai kendaraan. Hampir sama dengan gangguan obsesif kompulsif dan gangguan kecanduan lainnya, gangguan fungsional yang terkait dengan kecanduan ponsel meliputi distress (stressor dari luar), menghabiskan waktu dengan sia-sia, dan adanya perubahan yang signifikan di rutinitas seseorang, seperti perubahan prestasi, aktivitas sosial

atau bahkan suatu ikatan atau hubungan dengan orang lain (Lin et al, 2017). Peneliti lebih fokus penelitian terhadap kecanduan internet yang spesifik yaitu kecanduan media sosial yang masuk ke dalam tipe *Cyber-relationship addiction*.

Kecanduan situs jejaring sosial online atau diketahui sebagai kecanduan media sosial merupakan suatu tindakan dimana individu memberikan perhatiannya mengenai media sosial dan mencurahkan banyak waktu dan usaha untuk media sosial sehingga mengganggu aktivitas sosial lain, studi/pekerjaan, hubungan interpersonal dan kesehatan psikologis dan kesejahteraan. (Griffiths, 2017). Selain itu, dalam menjelaskan bentuk dari kecanduan situs jejaring sosial, menyimpulkan beberapa perspektif, salah satunya berkaitan dengan pandangan sosial kognitif. Dalam perspektif kognitif sosial diketahui penggunaan jejaring sosial yang menyimpang dapat meningkat karena adanya harapan terhadap tanggapan yang positif dan adanya keyakinan diri dalam serta adanya kontrol yang kurang sehingga harapan terhadap tanggapan yang positif memunculkan perilaku kompulsif atau perilaku kecanduan jejaring sosial. Dalam perkembangannya, kondisi ini akan menimbulkan berbagai konsekuensi yang negatif bagi pengguna maupun lingkungannya. Dengan demikian, kecenderungan kecanduan / kecanduan dalam penggunaan situs jejaring sosial, dapat dipahami sebagai suatu keinginan untuk mendapatkan tanggapan yang baik dari interaksi dengan orang lain pada media sosial sehingga mempengaruhi pemikiran, keadaan emosi dan munculnya perilaku berulang (Nugraha, 2013)

Griffiths juga menyebutkan juga 'model komponen', yang mendefinisikan kecanduan sebagai jumlah hubungan dari: arti-penting / kemenonjolan (*salience*),

perubahan suasana hati (*mood modification*), toleransi (*tolerance*), menarik diri (*withdrawal*), konflik (*conflict*) dan mengulangi / kekambuhan (*relapse*). Komponen-komponen ini mencerminkan fitur biologis dan psikososial dari fenomena kecanduan, dan semuanya harus ada untuk mempertimbangkan perilaku apa pun sebagai kecanduan. Bentuk perilaku yang memenuhi enam kriteria tersebut, maka penggunaan media sosial didefinisikan sebagai suatu kecanduan (Griffiths, 2005).

Berdasarkan hasil pengamatan dengan beberapa remaja berusia 12 – 15 tahun diperoleh gambaran mengenai penggunaan media sosial yang cenderung berlebihan. Para remaja cenderung secara berulang-ulang mengecek smartphone untuk melihat akun media sosialnya. Remaja tersebut memposting hal-hal keseharian, atau hanya sekedar *selfie* lalu mengunggah di akun media sosial. Kegiatan di akun media sosial yang dilakukan adalah mengecek status story dari teman-temannya, ingin selalu mengetahui kegiatan teman-temannya, dan mengeceknya secara berkala.

Dari wawancara kepada sekitar dua puluh remaja berusia antara 12 – 15 tahun pada tanggal 3 November 2019, mengungkapkan bahwa remaja tersebut memiliki lebih dari satu akun media sosial seperti *Instagram, twitter, facebook, WhatsApp* dll. Dalam sehari remaja tersebut bisa mengakses beberapa kali akun media sosialnya, hanya untuk sekedar *selfie*, atau mengecek status *story* dari teman-temannya berulang-ulang. Remaja tersebut merasa ada yang kurang nyaman, gelisah bahkan cemas ketika tidak mengecek akun media sosialnya. Ketika di

rumah pun saat mengakses sosial media jauh lebih sering bahkan bisa tidur larut malam.

Remaja tersebut mengungkapkan juga bahwa merasa ketinggalan informasi ketika tidak mengakses akun media sosialnya. Ketika mengakses akun media sosialnya, merasa mendapatkan hiburan serta mengetahui hal-hal apa saja yang dilakukan oleh teman-temannya. Bahkan waktu yang digunakan untuk mengakses media sosial lebih banyak daripada waktu yang dihabiskan untuk membaca buku maupun belajar. Saat di sela-sela belajar pun, kadang mengecek handphone berkali-kali untuk sekedar melihat akun media sosialnya.

Perilaku yang dapat dikatakan sebagai penggunaan media sosial sudah menjadi kebiasaan dari keseharian individu tersebut, mengecek media sosial berkali-kali setiap jam serta merasa kehilangan bila dalam sehari tidak membuka media sosial akibatnya pengguna dapat terlibat dengan media sosial lebih sering dan akan memiliki kecenderungan kecanduan media sosial (Salehan, 2013). Penyebab orang mengalami kecanduan media sosial yaitu karena tidak mampu mengelola waktu luang yang ada hingga bosan dan untuk menghabiskan waktu luang tersebut, mereka mengakses media sosial. Individu mengalami kecanduan media sosial dikarenakan perilaku *maladaptive* atau kegagalan beradaptasi dalam menggunakan media sosial (Wang, 2014).

Penelitian Al Menayes (2016) dalam studinya terhadap 1327 mahasiswa menemukan bahwa individu yang kecanduan media sosial performa akademiknya lebih rendah jika dibandingkan mereka yang tidak kecanduan media sosial (Al-Menayes, 2016). Santoso (2016) menyebutkan bahwa akibat yang terjadi jika

remaja kecanduan media sosial diantaranya mengganggu kegiatan belajar remaja, bahaya kejahatan dan penipuan (Santoso, 2016). Keinginan mengakses media sosial secara terus menerus, siswa merasakan dampak negatif seperti berkurangnya interaksi sosial secara langsung dengan teman-teman karena ketika berkumpul bersama merasa teman-temannya lebih banyak bermain *handphone* dibandingkan ngobrolnya, seringnya menunda-nunda pekerjaan, menunda mengerjakan tugas, mengalami *insomnia* atau susah tidur, terganggunya kesehatan mata, menurunnya prestasi belajar karena ketika sedang asyik bermain media sosial menjadi merasa malas untuk belajar (Aliffatullah, 2017).

Seseorang yang kecanduan media sosial akan kesulitan mengembangkan kemampuan atau kecakapannya dalam berhubungan dengan orang lain sehingga membuat hubungan sosial dan interaksi mereka dengan keluarga, teman dan orang disekitarnya menjadi kurang baik serta mengalami prestasi akademik yang menurun (Jannah, 2015). Berdasarkan beberapa uraian mengenai dampak negatif yang diakibatkan dari kecanduan media sosial, maka penting untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kecanduan media sosial khususnya pada remaja awal.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial diantaranya konformitas teman sebaya yang tinggi dan *fear of missing out*. Penggunaan media sosial meningkat karena kecenderungan individu untuk memperoleh informasi terbaru. Hal tersebut juga menyebabkan perasaan tidak nyaman dan cemas dalam diri seseorang apabila tidak dapat mengakses media sosial. Perasaan cemas karena takut merasa tertinggal informasi disebut dengan *fear of missing out* (FoMO) (Dossey, 2014). Hal ini akan menyebabkan individu terdorong untuk lebih sering

menggunakan media sosial sebagai pelampiasan dan akan membuat kecanduan (Montag, 2015)

Fear of missing out (FoMO) ini disebut sebagai suatu *sosial anxiety* (kecemasan sosial) yang lahir dari kemajuan teknologi, informasi dan keberadaan media sosial yang kian meningkat. Saat ini, berbagai macam bentuk informasi dapat diperoleh melalui media sosial, salah satunya adalah informasi sosial dimana media sosial memberikan fasilitas bagi individu untuk terhubung dengan lingkungan sosialnya dan dapat melakukan komunikasi tanpa harus bertatap muka (Abel, 2016)

Neuroticism berkorelasi secara positif dengan kecanduan situs jejaring sosial. *Neuroticism* yang diketahui dalam bentuk kecenderungan mengalami emosi yang kurang menyenangkan (*anxiety, depression, fear*) dikaitkan dengan kecenderungan kecanduan situs jejaring sosial (Andreassen, 2016). FoMO diartikan sebagai salah satu bentuk ketakutan (*pervasive*) yang dialami ketika tidak terlibat dalam suatu momen peristiwa, pengalaman, atau perbincangan yang sedang terjadi di lingkungan sosial, yang ditandai dengan keinginan untuk tetap terhubung dengan aktivitas yang sedang dilakukan orang lain (Przybylski, 2013). Selain itu, FoMO juga dijelaskan sebagai perasaan gelisah yang muncul ketika tertinggal suatu pengalaman peristiwa menarik yang sedang dialami oleh teman, ketika teman mengetahui informasi yang lebih menarik, atau ketika teman memiliki sesuatu yang lebih baik (JWT, 2012).

Fear of missing out (FoMO) dapat mempengaruhi kecenderungan kecanduan media sosial akibat tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dan *self* merupakan aspek-aspek penting didalam *fear of missing out* (FoMO), yang

memiliki pengaruh bagi individu untuk terus menggunakan media sosial sehingga individu merasa terpenuhi kebutuhan psikologisnya. Kemudahan mengakses berbagai informasi melalui media sosial dapat mendorong individu untuk lebih mudah membandingkan hidupnya dengan kehidupan orang lain yang individu tersebut baca dan lihat dari yang orang lain tunjukkan di internet (Abel, 2016).

Alasan peneliti memilih *fear of missing out* (FoMO) sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial, karena terdapat hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dan kecanduan media sosial yang kuat. Berdasarkan hasil penelitian yang diungkapkan oleh Indira Ulfa Bestari Dan Iwan W. Widayat (2018) dalam judul “Hubungan antara *fear of missing out* dengan intensitas penggunaan jejaring sosial pada mahasiswa Universitas Airlangga”, menyebutkan adanya hubungan yang positif dan signifikan, semakin tinggi tingkat FoMO yang dimiliki oleh seseorang maka tingkat intensitas penggunaan jejaring sosialnya akan cenderung tinggi juga. Hal ini berdasarkan koefisien korelasi yang didapatkan sebesar 0,459 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Banyaknya aplikasi yang ditawarkan oleh media sosial memungkinkan individu melakukan pencarian berbagai informasi secara lebih efisien dan murah sehingga individu merasa butuh untuk terus berhubungan dengan media sosial, sehingga individu yang mengalami *fear of missing out* (FoMO) akan terus tertarik untuk menggunakan media sosial sehingga dapat menyebabkan individu cenderung mengalami kecanduan media sosial (Al-Menayes, 2016).

Faktor lain yang mempengaruhi kecanduan menurut Young (2014) salah satunya adalah konformitas teman sebaya yang tinggi. Remaja sangat berisiko

terhadap penggunaan media interaktif karena dari awal sudah dikenalkan oleh orangtua mereka dengan teknologi media sosial di masa kanak-kanaknya. Lingkungan terdekat remaja adalah teman sebayanya. Remaja meniru dan menyesuaikan diri dengan teman sebayanya yang telah mengubah perilaku keseharian mereka dengan menggunakan media interaktif.

Tingkat konformitas kelompok teman sebaya (*peer group*) ialah suatu perubahan sikap dan tingkah laku individu sesuai dengan norma yang berlaku dalam kelompok yang anggotanya terdiri dari anak-anak yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama karena adanya keinginan untuk diterima dan menjadi bagian dari kelompok tersebut. Alasan atau motif-motif tertentu yang dimiliki seseorang dalam berperilaku di media. Motif tersebut bisa berupa motif informasi, identitas diri, interaksi dan integrasi sosial, atau motif hiburan (McQuail, 2011). Motif penggunaan media yang berkaitan dengan tingkat konformitas *peer group* adalah motif interaksi dan integrasi sosial. Menurut motif ini, seseorang dalam bermedia didasari motif untuk mengidentifikasi diri dengan orang lain dan meningkatkan rasa memiliki, menemukan bahan percakapan dan interaksi sosial, memperoleh teman, atau membantu menjalankan peran sosial.

Konformitas teman sebaya merupakan proses penting pada remaja. Menurut Erikson (dalam Agustiani, 2006), seorang remaja bukan hanya sekedar mempertanyakan siapa dirinya, tetapi juga bagaimana dan dalam konteks apa atau dalam kelompok apa seorang remaja bisa menjadi bermakna dan berarti. Pendapat di atas menegaskan bahwa keinginan untuk diakui dan diterima dalam kelompok

akan menjadi fokus remaja dalam berinteraksi di lingkungan sosial sehingga menyebabkan timbulnya konformitas teman sebaya (Agustiani, 2006)

Kebutuhan untuk diterima dalam kelompok teman sebaya menyebabkan remaja melakukan perubahan sikap agar perilakunya sesuai dengan perilaku anggota kelompok teman sebayanya (Hurlock, 2009). Remaja cenderung mengikuti apa yang dilakukan teman sebaya dalam kelompoknya dan kurang mempedulikan apa akibat untuk diri mereka sendiri. Individu, yang dalam hal ini adalah remaja, mempunyai keinginan untuk diterima dan diakui keberadaannya dalam berinteraksi sosial dan mereka cenderung mengikuti apa yang dilakukan. kelompok teman sebayanya sehingga kurang mempedulikan dampak untuk diri mereka sendiri.

Apabila pendapat ini dihubungkan dengan hasil penelitian Masya & Candra (2016) yang mengungkapkan bahwa ada hubungan antara konformitas teman sebaya dan kecanduan terhadap penggunaan media sosial, ketika konformitas teman sebaya mempunyai pengaruh yang tinggi, kecenderungan remaja untuk berperilaku yang mengarah pada kecanduan terhadap penggunaan media sosial menjadi tinggi. Ketika konformitas teman sebaya mempunyai pengaruh yang rendah, kecenderungan remaja untuk berperilaku yang mengarah pada kecanduan terhadap penggunaan media sosial menjadi rendah (Masya, 2016).

Alasan peneliti memilih konformitas teman sebaya sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial, karena terdapat hubungan antara konformitas teman sebaya dan kecanduan media sosial, berdasarkan hasil penelitian yang diungkapkan oleh Masya (2016) dan Nan & Fang (2015). Tingkat konformitas

teman sebaya mempunyai pengaruh yang kuat sehingga membuat intensitas penggunaan layanan media sosial mengalami peningkatan

Penggunaan yang didominasi remaja dianggap wajar karena faktor perkembangan sosial remaja dipengaruhi oleh faktor di luar keluarga, di mana teman sebaya memegang peranan penting dalam pertumbuhan remaja. Remaja lebih tertarik terhadap hal-hal yang dapat membantunya untuk memperoleh penerimaan dalam kelompok serta penghargaan diri oleh teman sebaya dan kelompok sehingga sering kali remaja melakukan konformitas kelompok dalam memutuskan suatu tindakan perilaku (Santrock, 2012)

Tingginya kebutuhan remaja dalam menggunakan media sosial untuk memenuhi kebutuhan sosial makin kuat saat individu memiliki tingkat *fear of missing out* (FoMO) yang tinggi. Hal tersebut dijelaskan oleh Przybylski dkk (2013) bahwa individu yang memiliki *fear of missing out* (FoMO) akan menunjukkan keterlibatan aktif dalam menggunakan media sosial. Batasan dalam penelitian ini media sosial yang digunakan adalah *Facebook, Twitter dan Instagram*.

Berdasarkan pemaparan latar belakang penelitian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *fear of missing out* dan konformitas teman sebaya dengan kecanduan media sosial pada remaja awal ?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah diatas, maka tujuan dan manfaat penelitian adalah sebagai berikut

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut

- a. Mengetahui hubungan antara *fear of missing out* dengan kecanduan media sosial pada remaja awal
- b. Mengetahui hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecanduan media sosial pada remaja awal
- c. Mengetahui hubungan antara *fear of missing out* dan konformitas teman sebaya dengan kecanduan media sosial pada remaja awal

2. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk pengembangan ilmu dan sumbangan baru di bidang psikologi pendidikan yang berkaitan dengan *fear of missing out* dan konformitas teman sebaya dengan kecanduan media sosial

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman dan memberikan informasi dalam memanfaatkan media sosial dengan baik dan menumbuhkan perilaku yang lebih positif untuk remaja awal selama masa pandemi.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai *fear of missing out* dan konformitas teman sebaya dengan kecanduan media sosial telah diteliti oleh beberapa peneliti sebelumnya yaitu

1. Penelitian Wulandari dan Rusmawati (2019) dalam judul “Hubungan konformitas dengan kecanduan *smartphone* pada siswa SMA Negeri 9 Semarang. Subjek penelitian ini adalah 294 siswa SMA Negeri 9 Semarang. Hasil penelitiannya adalah hubungan positif antara konformitas dengan kecanduan *smartphone* pada siswa SMA Negeri 9 Semarang Berdasarkan uji korelasi *Spearman's Rho* diperoleh hasil $r = 0,466$ dengan $p < 0,05$. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi konformitas, maka semakin tinggi kecanduan *smartphone* dan semakin rendah konformitas, maka semakin rendah kecanduan *smartphone*. Adapun persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Chairani Wulandari dan Diana Rusmawati adalah variabel X yang digunakan adalah konformitas dan variabel Y yang digunakan adalah kecanduan *smartphone*, Sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang akan diambil selanjutnya ditambahkan dengan variabel X2 yaitu *fear of missing out* serta Y lebih spesifik yaitu kecanduan media sosial. Metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji product moment pada hipotesis pertama dan kedua kemudian menggunakan uji regresi ganda untuk menguji hipotesis ketiga.
2. Penelitian Udiarto (2019) dalam judul “Hubungan konformitas teman sebaya dan kontrol diri dengan kecanduan internet pada siswa SMA di

Temanggung. Subjek penelitian ini adalah 167 siswa siswa-siswi Sekolah Menengah Atas Negeri di Temanggung tahun ajaran 2017/2018. Hasil penelitiannya adalah hipotesis pertama adalah ada hubungan positif antara konformitas teman sebaya dengan kecanduan media sosial; Hipotesis kedua adalah ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan media sosial.; Hipotesis ketiga adalah ada hubungan antara konformitas teman sebaya dan kontrol diri dengan kecanduan media sosial. Hipotesis pertama diterima dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,446 dengan $p < 0,01$. Hipotesis kedua diterima dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,565 dengan $p < 0,01$. Hipotesis ketiga diterima dengan nilai $r = 0,600$, $p < 0,01$ dan nilai F sebesar 46,099. R square sebesar 0,360. Artinya, besar sumbangan efektif variabel konformitas teman sebaya dan kontrol diri dengan kecanduan media sosial pada siswa sebesar 36%. Adapun persamaan adalah variabel X yang digunakan adalah konformitas dan variabel Y yang digunakan adalah kecanduan media sosial, Sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang akan diambil selanjutnya ditambahkan dengan variabel X2 yaitu *fear of missing out* serta Y lebih spesifik yaitu kecanduan media sosial. Metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji product moment pada hipotesis pertama dan kedua kemudian menggunakan uji regresi ganda untuk menguji hipotesis ketiga.

3. Penelitian Bestari dan Widayat (2018) dalam judul “Hubungan antara *fear of missing out* dengan intensitas penggunaan jejaring sosial pada mahasiswa

Universitas Airlangga. Subjek penelitian ini adalah 61 mahasiswa Universitas Airlangga. Hasil penelitiannya adalah adanya hubungan yang positif dan signifikan, sehingga dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat FoMO yang dimiliki oleh seseorang maka tingkat intensitas penggunaan jejaring sosialnya akan cenderung tinggi juga. Hal ini berdasarkan koefisien korelasi yang didapatkan sebesar 0,459 dengan $p < 0,05$. Adapun persamaan adalah variabel X yang digunakan adalah *fear of missing out* dan variabel Y yang digunakan adalah kecanduan jejaring sosial, Sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang akan diambil selanjutnya ditambahkan dengan variabel X2 yaitu konformitas teman sebaya serta Y lebih spesifik yaitu kecanduan media sosial. Metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji product moment pada hipotesis pertama dan kedua kemudian menggunakan uji regresi ganda untuk menguji hipotesis ketiga.

4. Penelitian Listari (2018) dalam judul “Peran *Fear of Missing Out* (FoMO) dan Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Remaja. Subjek penelitian ini adalah 245 siswa SMP yang menggunakan media sosial selama 1 tahun. Hasil penelitiannya adalah FoMO dapat memprediksi kecenderungan kecanduan media sosial secara signifikan ($R^2=0,201$; $F(1,243)=61,074$; $p<0,001$). Selain itu, juga ditemukan bahwa kontrol diri tidak memoderatori hubungan antara FoMO dengan kecenderungan kecanduan media sosial ($p>0,05$), namun FoMO dan kontrol diri secara bersama-sama dapat memprediksi kecenderungan kecanduan

media sosial ($R^2=0,266$; $F(1,242)=21,461$; $p<0,01$). Adapun persamaannya adalah variabel X yang digunakan adalah *fear of missing out* dan variabel Y yang digunakan adalah kecanduan media sosial. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang akan diambil selanjutnya ditambahkan dengan variabel X2 yaitu konformitas teman sebaya. Metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji product moment pada hipotesis pertama dan kedua kemudian menggunakan uji regresi ganda untuk menguji hipotesis ketiga.

5. Penelitian Nan & Fang (2015) berjudul “*Beyond peer contagion : unique and interactive effects of multiple peer influences on Media sosial addiction among Chinese adolescents*”. Nan & Fang (2015) menggunakan teori *media sosial addiction* oleh Young (2009) dan teori konformitas teman sebaya oleh Goldstein (2004). Subjek penelitian adalah siswa mahasiswa Fudan University. Variabel bebas (X) adalah konformitas teman sebaya. Variabel tergantung (Y) adalah perilaku kecanduan media sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan metode kuantitatif. Metode analisis data menggunakan teknik analisis *korelasi product moment*. Hasil penelitian ini adalah ada korelasi positif dan signifikan antara konformitas teman sebaya dan perilaku gangguan kecanduan media sosial dengan $r = 0,621$ dan nilai $p < 0,000$. Adapun persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Nan & Fang (2015) adalah variabel X yang digunakan adalah *konformitas teman sebaya* dan variabel Y yang digunakan adalah perilaku kecanduan media sosial, Sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang akan diambil

selanjutnya ditambahkan dengan variabel X2 *fear of missing out* (FoMO). Metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji regresi ganda untuk menguji hipotesis ketiga.

6. Penelitian Masya & Candra (2016) berjudul “Hubungan Konformitas Teman Sebaya dan Perilaku Gangguan Kecanduan Media sosial pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah Al-Furqon Prabumulih”. Masya & Candra (2016) menggunakan teori *media sosial addiction* oleh (Aqila, 2010) dan teori konformitas teman sebaya oleh Myers (2012). Subjek penelitian adalah siswa Sekolah Menengah Atas. Variabel bebas (X) adalah konformitas teman sebaya. Variabel tergantung (Y) adalah perilaku gangguan kecanduan media sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan metode kuantitatif. Metode analisis data menggunakan teknik analisis korelasi product moment. Hasil penelitian ini adalah ada hubungan yang positif dan signifikan antara konformitas teman sebaya dan perilaku kecanduan media sosial dengan $r = 0,817$ dan nilai $p < 0,000$. Adapun persamaan adalah variabel X yang digunakan adalah konformitas teman sebaya dan variabel Y yang digunakan adalah kecanduan media sosial, Metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji product moment pada hipotesis pertama dan kedua Sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang akan diambil selanjutnya ditambahkan dengan variabel X2 yaitu *fear of missing out* (FoMO) serta Y lebih spesifik yaitu kecanduan media sosial. Metode analisis data yang

digunakan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji regresi ganda untuk menguji hipotesis ketiga.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Perbedaannya terletak pada, variabel bebasnya terdiri dari *fear of missing out* dan konformitas teman sebaya dimana melengkapi penelitian sebelumnya mengenai kedua variabel ini juga metode analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji *product moment* pada hipotesis pertama dan kedua kemudian menggunakan uji regresi ganda untuk menguji hipotesis ketiga.