

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Salah satu perkembangan di bidang teknologi dan komunikasi yang saat ini berdampak erat dengan kehidupan masyarakat adalah *smartphone*. Telepon pintar atau yang dikenal dengan istilah *smartphone* ini merupakan benda kecil yang dilengkapi dengan fitur-fitur canggih, diantaranya *Wireless Mobile Device* (WMD), fungsinya seperti komputer yang didalamnya terdapat fitur *Personal Digital Assistant* (PDA), akses internet, email, dan *Global Positioning System* (Syifa, 2020).

Semakin berkembangnya zaman, inovasi akan fitur-fitur pada *smartphone* kian melengkapi atau bahkan menggantikan, berbagai fungsi mental (Wilmer *et al.*, 2017), Dalam hal ini, *smartphone* menjadi benda ajaib yang dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar manusia (Syifa, 2020) seperti berkomunikasi, berbelanja sandang, pangan dan papan, *chatting* bahkan menonton serial *movie* atau drama yang dahulu biasa dilakukan dengan melalui televisi. Berbagai inovasi akan fitur-fitur baru tersebut membuat benda yang satu ini semakin diminati dan laku di pasaran. Hal ini terbukti dengan jumlah pengguna *smartphone* di dunia pada tahun 2019 tercatat sebesar 3,2 miliar naik 5,6% dari tahun sebelumnya (Pusparisa, 2020) dan di Indonesia sendiri jumlah pengguna *smartphone* pada tahun 2019 tercatat sebanyak 92 juta orang (Damashinta, 2019).

Salah satu fitur yang paling diminati dari *smartphone* ialah media sosial yang dapat diakses dengan menggunakan internet. Hal ini dibuktikan dengan hasil *survey* yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2017) melaporkan sekitar 87,13% pengguna internet telah mengakses media sosial. Keberadaan fitur ini, tentunya digunakan oleh berbagai kalangan usia, baik dari anak-anak hingga orang yang lanjut usia. Diketahui dari *survey* yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (2018) mengemukakan bahwa salah satu golongan usia yang paling banyak menggunakan internet dan akses media sosial ialah remaja. Hal ini juga diperkuat dengan hasil *survey* yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) yang dikutip dari artikel Untari (2019) dilansir dari laman [techo.okezone.com](http://techo.okezone.com), diketahui bahwa usia 15-19 tahun adalah pengguna internet terbanyak di Indonesia (91%) dan disusul oleh usia 20-24 tahun (88,5%). Dari data tersebut dapat diketahui bahwa salah satu kalangan terbesar dalam mengakses internet di Indonesia ialah remaja. Remaja pada dasarnya merupakan masa transisi yang meninggalkan usia kanak-kanak yang penuh ketergantungan tetapi belum mampu ke usia yang lebih kuat dan penuh tanggung jawab yakni usia dewasa (Hurlock, 2004). Idealnya, menurut (Hurlock, 2004) tugas perkembangan remaja ialah terpusat pada upaya mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya yang berbeda jenis kelamin, mencapai peran sosial, menerima keadaan fisiknya, memiliki perilaku

sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional, serta memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku di dalam masyarakat. Namun, realitanya hal ini berbeda dengan remaja saat ini dimana dengan kemudahan akses internet yang terdapat dalam *smartphone* membuat remaja merasa bahwa terdapat dunia di dalam genggamannya yang dapat diakses hanya melalui satu benda kecil tersebut yang membuat dirinya lebih fokus pada penggunaan *smartphone* dan bersikap acuh tidak acuh pada lingkungan sekitar.

Segala kemudahan akses internet tersebut yang terdapat pada *smartphone* diantaranya ialah adanya layanan *video call* yang memungkinkan dua orang atau lebih yang sedang berada ditempat yang berbeda dapat berkomunikasi dan bertatap muka. Layanan *game online* yang dapat diakses dan digunakan sebagai media rekreasi dan hiburan. *Live streaming* yang memungkinkan remaja mengikuti tontonan favoritnya dimana pun dan kapan pun. Layanan *chatting* melalui aplikasi media sosial seperti *whatsapp*, *line*, *instagram*, *facebook* dan sebagainya yang memungkinkan remaja untuk dapat bertukar kabar, *chit chat*, dan selalu terhubung dengan teman-temannya diluar sana di berbagai tempat yang berbeda. Pada akhirnya, dengan segala kemudahan yang ditawarkan tersebut, hal ini membuat remaja menjadi lebih sibuk menatap layar *smartphone* dibandingkan berinteraksi dan berelasi secara nyata dengan orang-orang disekitarnya.

Keterikatan pada penggunaan *smartphone* ini dapat terlihat pada saat sekelompok remaja sedang berkumpul bersama dalam satu tempat, dimana frekuensi mereka berbicara lebih rendah karena menggunakan *smartphone*-nya masing-masing (Prayudi , 2014) atau dapat juga terlihat pada tempat-tempat umum (*mall*, taman, halte, dan *restaurant* atau *café*). Acapkali mereka memperlihatkan suatu momen memotret makanan, *selfie*, mengabadikan momen dan sebagainya yang kemudian meng-*upload* pada jejaring media sosial (*Instagram*, *twitter*, *facebook*). Respon yang diperoleh dari teman dunia maya, seperti *like* dan komentar tampaknya lebih menyenangkan daripada melakukan interaksi dengan teman-teman yang duduk bersama. Perilaku menggunakan *smartphone* tersebut membuat teman-teman yang berada di sekitarnya terabaikan, sehingga yang diabaikan pun menjadi turut menggunakan *smartphone*.

Berkaitan dengan hal tersebut, peneliti melakukan observasi pada bulan Desember 2020 di sebuah *coffee shop* yang berada di Kemayoran, Jakarta Pusat tepat pada saat *lunch time*. Peneliti mengamati sekumpulan remaja yang walaupun memiliki *smartphone*, mereka masih bisa bercanda tawa antara satu dengan yang lain, saling berdiskusi dan membicarakan berbagai hal tanpa terdistraksi oleh adanya *smartphone* diantara mereka. Selain itu, peneliti juga menemukan tiga orang remaja yang sedang duduk bersama dan menggunakan *smartphone* masing-masing. Satu orang diantaranya menggunakan *smartphone* kemudian meletakkannya, dan beberapa saat kemudian kembali menggunakannya.

Komunikasi *face to face* pun jarang terjadi, ketiga-tiganya fokus pada *smartphone* dan mengabaikan orang disekitarnya.

Pada dasarnya dampak dari menggunakan *smartphone* tersebut dapat memicu hal lain. Studi yang dilakukan oleh James Robert dan Meredith David yang dikutip dari artikel Thaeras (2017) yang dilansir dari laman CNNIndonesia.com mengenai *phubbing* fenomena sosial yang merusak hubungan menjelaskan bahwa terdapat 143 responden yang diujicobakan, dan hasilnya 70% dari responden tidak bisa lepas dari *smartphone* dan melakukan yang namanya *phubbing* di saat sedang terlibat komunikasi dengan orang lain. Pada akhirnya, interaksi yang terjadi menjadi kurang bermakna dan membuat orang merasa kurang puas dan kurang peduli satu sama lain.

*Phubbing* merupakan singkatan dari *phone snubbing*. Lebih lanjut, menurut Karadağ *et al.* (2015) *phubbing* adalah perilaku dari seseorang individu yang memperhatikan *smartphone* saat berbicara dengan orang lain, berurusan dengan *smartphone* dan menjauhkan diri dari komunikasi interpersonal. Dengan kata lain *phubbing* merupakan bentuk perilaku pengabaian pada lingkungan sekitar dengan memusatkan perhatian pada penggunaan *smartphone*. Pelaku tindakan *phubbing* ini disebut dengan istilah *phubber* dan korban dari perilaku *phubbing* disebut dengan istilah *phubbed* serta tindakan *phubbing* yang dilakukan saat sedang bersama pasangan disebut *Pphubbing (Partner Phubbing)*. Aspek perilaku *phubbing* menurut Karadağ *et al.* (2015) yaitu pertama, *communication disturbance* yakni gangguan komunikasi yang disebabkan oleh adanya *smartphone* yang menjadi faktor pengganggu terjadinya komunikasi *face to face*. Kedua, adalah *phone obsession* yaitu perilaku obsesi terhadap hadirnya *smartphone*.

Selain itu, pakar hubungan sosial The Hart Centre Australia, Julie Hart (Thaeras, 2017) menjelaskan bahwa ada tiga faktor hubungan sosial yang menjadi tumpul akibat *phubbing*. Pertama, menyangkut akses informasi berupa kemampuan mendengar dan membuka diri akan informasi dari lawan bicara. Kedua, menyangkut respon atau usaha untuk memahami apa yang disampaikan lawan bicara. Ketiga adalah keterlibatan, dimana saat dua faktor sebelumnya diabaikan, seseorang tidak akan terlibat dari wacana yang dilontarkan dan hanya mengiyakan saja. Lawan bicara pun akan tersinggung dan yang terburuk malas bicara lagi (Thaeras, 2017)

Salah satu indikasi seseorang berperilaku *phubbing* yakni dengan berpura-pura memberikan perhatian pada lawan bicara, namun pandangannya tertuju pada *smartphone* (Youarti & Hidayah, 2018). Indikasi inipun berdampak pada kurangnya perasaan memiliki sehingga dapat mempengaruhi persepsi kualitas komunikasi dan kepuasan dalam bersosial (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Dampak lainnya dari perilaku *phubbing* adalah lawan bicara dapat terabaikan. Akibatnya berpengaruh pada kualitas dari interaksi sosial. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rosdiana dan Hastutiningtyas

(2020) yang menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *phubbing* dengan interaksi sosial. Artinya, semakin tinggi *phubbing* maka interaksi sosialnya semakin buruk. Berdasarkan hasil dari penelitian tersebut juga diketahui, dampak lebih lanjut dari adanya *phubbing* adalah dapat membuat seseorang menjadi anti sosial. Dalam hal ini, seseorang menggunakan *smartphone* dan jarang untuk meminta bantuan kepada orang lain atau teman dekat serta lebih mementingkan kepentingan pribadi.

*Phubbing* juga tidak hanya berpengaruh pada kualitas interaksi sosial namun juga berpengaruh pada kualitas hubungan yang dapat menurun. Di dalam penelitian yang dilakukan oleh Wang *et al.* (2017) di China, dijelaskan bahwa ada hubungan negatif antara *Pphubbing* dengan *relationship satisfaction*. Artinya semakin tinggi *Pphubbing* maka akan semakin rendah *relationship satisfaction* pada pasangan dewasa yang telah menikah di China. Tidak berhenti di situ saja ternyata penelitian ini mengungkap fakta lain bahwa *Pphubbing* juga berkorelasi positif terhadap depresi.

Diduga remaja yang melakukan *phubbing* akan terus mengecek *smartphonenya* walau sedang terlibat komunikasi dengan orang lain, sulit lepas dari penggunaan *smartphone*, tidak peduli dengan pembicaraan yang sedang berlangsung, berpura-pura mendengarkan tetapi matanya tertuju pada *smartphone*, terus menerus menggunakan *smartphone* disaat sedang berkomunikasi, mengabaikan lawan bicara, dan memberikan respon yang hanya sekedar basa-basi. Sedangkan seseorang yang tidak melakukan *phubbing* cenderung akan lebih dapat mendengarkan dan memberikan perhatian pada lawan bicara, dapat memberikan respon secara timbal balik ketika lawan bicara membutuhkan saran dan ketika sedang berkomunikasi individu tersebut akan memilih untuk meletakkan *smartphonenya* dan melakukan kontak mata dengan lawan bicara. Artinya, remaja yang yang tidak melakukan *phubbing* cenderung mampu mengendalikan penggunaan *smartphone* dan tetap memfokuskan perhatian dikala sedang berinteraksi dengan orang lain.

Salah satu *predictor* utama dari perilaku *phubbing* ialah *Fear of Missing Out* atau yang disingkat dengan istilah FoMO (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) menegaskan bahwa FoMO berpengaruh signifikan terhadap *phubbing* melalui *smartphone addiction*. Dalam hal ini, FoMO merupakan faktor dari dalam diri individu yang berupa kecemasan akan ketertinggalan informasi. Selain itu, penelitian dari Al-Saggaf dan O'Donnell (2019) juga mengemukakan bahwa FoMo adalah prediktor kuat dari *phubbing*. Saat FoMo meningkat, perilaku *phubbing* juga meningkat.

Menurut Przybylski *et al.* (2013) FoMO adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami kegelisahan setelah melihat ataupun mengecek sosial media yang dimiliki dan melihat keseruan-keseruan yang sedang dilakukan oleh rekan-rekannya di luar sana dan adanya keinginan yang besar untuk tetap terus terhubung dengan apa yang sedang dilakukan oleh orang lain di dunia maya. Hal

ini pun dicirikan dengan adanya keinginan untuk tetap terus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain (Przybylski *et al.*, (2013) dan munculnya perasaan tidak nyaman berupa adanya keyakinan bahwa orang lain mengalami sesuatu yang tidak dialaminya (Abel *et al.*, 2016). Sehingga agar dapat tetap terus terhubung dengan yang lain, remaja cenderung mengecek *smartphone* yang dimiliki setiap saat. Namun pada kenyataannya hal ini, mengakibatkan efek seperti kelelahan secara mental dan frustrasi (Wiesner dkk., 2017) stres (Przybylski *et al.*, 2013) perasaan terkucilkan dan kesepian (Vaidya *et al.*, 2016) hingga melakukan *phubbing* (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019).

Terdapat beberapa aspek dari FoMO menurut Przybylski *et al.* (2013) pertama ialah tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* yaitu kebutuhan ingin dekat dan terhubung dengan orang lain. Artinya, jika kebutuhan psikologis akan *relatedness* tidak terpenuhi maka individu akan merasa cemas dan mencoba mencari tahu apa yang sedang dilakukan oleh orang lain di luar sana melalui *smartphone*. Kedua ialah tidak terpenuhi kebutuhan psikologi akan *self* yang berkaitan dengan *competence* dan *autonomy*. *Competence* adalah keinginan yang melekat pada individu untuk merasa efektif dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Sementara *autonomy* adalah pengalaman merasakan adanya pilihan, dukungan dan kemauan serta kebebasan dalam mengintegrasikan tindakan tanpa dipengaruhi oleh kendali dari orang lain. Apabila kebutuhan psikologis akan *self* tidak terpenuhi, maka individu akan menyalurkannya melalui internet untuk memperoleh berbagai macam informasi dan berhubungan dengan orang lain.

Untuk memperkuat fenomena mengenai perilaku *phubbing* dan FoMO pada remaja maka peneliti melakukan wawancara kepada subjek penelitian. Berikut adalah hasil wawancara mengenai *phubbing* dan FoMO pada remaja :

“Kalau ga ngecek *smartphone* tuh kayak berasa ada yang kurang banget sih kak. Seakan-akan saya ga tau apa-apa. Jadi paling engga, saya harus ngecekin *smartphone* terus buat lihat yang lagi trending apa, atau scrolling feeds instagram sekalian pantengin teman-teman ku lagi ngapain aja, biar ga ketinggalan info-info baru dari mereka, jadi pas ngobrol lebih nyambung. Kan ga lucu, jika semisal mereka ngomongin sesuatu terus saya ga tau apa-apa. Kalau lagi ngobrol bareng, keseringan biar ga ngebosenin sambil pake *smartphone* dengerinnya. Sambil scrolling-scrolling gitu. Lagian teman-teman saya juga pada gitu semua. Jadi wajar wajar ajalah..” (A, 17 Tahun, 12 Desember 2020)

Dari hasil wawancara diatas diketahui bahwa A diduga memiliki FoMO yang tinggi dilihat dari aspek FoMO tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *relatedness* dimana A merasa gelisah, merasa takut dikucilkan dari alur pembicaraan sehingga ia berusaha untuk memastikan segala sesuatunya melalui *smartphone*. Adanya dorongan menggunakan *smartphone* tersebut menunjukkan aspek *phubbing* tentang *phone obsession* yang pada akhirnya membuat dirinya menggunakan *smartphone* saat sedang berbicara dengan orang lain.

Pada kesempatan lain, peneliti menemukan hasil yang berbeda dari wawancara yang dilakukan pada subjek lain. Berikut hasil wawancara dimaksud:

*“Dikarenakan aku orangnya rada-rada susah multitasking nih kak, jadi pas lagi ngobrol sama orang tuh, aku bakalan tidak pakai smartphone. Lagian kayak tidak enak kesannya jikalau orang lain lagi bicara tapi perhatian ku teralihkan ke hal lain. Jikalau orang lain berbuat hal yang sama kepada aku kayak gitu, aku juga bakalan kayak ngerasa risih dan kayak merasa tidak dihargai gitu. Aku juga ngecekin smartphone pas ada yang lagi urgent aja sih kak, lagian akun sosmed sudah ku deactivate, kayak tidak ada benefitnya juga kalau cuman sekedar scrolling-scrolling, dan kepoin akun teman-teman misalnya, kebanyakan malah wasting time gitu.”*(N, 19 Tahun, 12 Desember 2020).

Dari hasil wawancara diatas, Terlihat bahwa N diduga memiliki FoMO yang rendah diketahui dari aspek tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan *self*, dimana N mampu mengintegrasikan penggunaan *smartphon*nya tanpa terikat atau mendapat kontrol dari orang lain. Pada akhirnya hal ini membuat N mampu mengendalikan penggunaan *smartphone* dan mampu mengendalikan dorongan untuk mengecek *smartphone* bahkan saat komunikasi sedang berlangsung.

Lebih lanjut, dari kedua hasil wawancara dengan subjek penelitian diatas, terlihat perbedaan dari kedua remaja tersebut. A yang berumur 17 tahun, diduga melakukan perilaku *phubbing* dimana A tidak dapat mengendalikan penggunaan *smartphon*nya serta memiliki FoMO yang tinggi dimana ia menggunakan *smartphon*nya agar dapat tergabung, terhubung, dan memiliki kebersamaan dengan orang lain. Sedangkan N yang berusia 19 tahun, diduga tidak melakukan perilaku *phubbing* dimana N dapat mengendalikan penggunaan *smartphon*nya disaat berinteraksi dan mampu memfokuskan perhatiannya pada pembicaraan yang sedang berlangsung. Selain itu, N juga diduga memiliki FoMO yang rendah dimana ia mampu mengintegrasikan tindakan yang dijalankan dengan diri sendiri tanpa terikat atau mendapat kendali dari orang lain.

Pada saat remaja berkumpul dengan teman-temannya dan ia memiliki FoMO yang tinggi maka ia akan merasa cemas dan takut diabaikan ketika ia tidak tahu apa yang telah dilakukan oleh teman-temannya di luar sana sehingga ia memiliki keinginan yang kuat untuk terus terus menerus mengecek media sosial dan melakukan *scrolling timeline* dengan menggunakan *smartphone* supaya tidak ketinggalan informasi mengenai aktivitas yang teman-temannya lakukan diluar sana. Keadaan remaja yang terfokus mencari tahu tentang segala sesuatunya melalui *smartphon*nya tersebut membuat remaja melakukan *phubbing* dimana ia akan terus menerus mengecek *smartphon*nya saat sedang berkomunikasi, tidak peduli pada lingkungan sekitar, mengabaikan lawan bicara, merasa sangat sulit untuk bisa lepas dari *smartphone* dan tidak memberikan respon dengan baik dalam pembicaraan.

Sebaliknya ketika remaja memiliki FoMO yang rendah ia tidak gelisah dan tidak cemas bila mengetahui bahwa teman-temannya sedang bersenang-senang tanpa dirinya, tidak merasa risau ketika orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga dari dirinya, tidak akan memikirkan apa yang dilakukan orang lain, dan dapat mengendalikan keingintahuannya mengenai aktivitas teman-temannya sehingga ia akan mampu mengendalikan penggunaan *smartphonenya* dan ketika berkomunikasi dengan orang disekitarnya ia akan dapat berfokus pada interaksi yang sedang berlangsung dengan lawan bicara. Tidak mengabaikan lawan bicara dan dapat merespon lawan bicara dengan lebih leluasa.

Dugaan bahwa FoMO memiliki pengaruh terhadap perilaku *phubbing* remaja sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang diketahui bahwa FoMO dapat mempengaruhi beberapa aspek dalam kehidupan. Dari hasil penelitian Saputri (2019) mengenai Peran *fear of missing out* (FoMO) terhadap Kecanduan Media Sosial *Instagram* pada Remaja diketahui bahwa FoMO memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecanduan media sosial *instagram* pada remaja. Hal tersebut diduga sejalan dengan penelitian ini bahwa FoMO yang ada pada remaja memiliki kontribusi terhadap perilaku *phubbing* hal ini dapat diamati dari perilaku yang dimunculkan oleh remaja tersebut. Penelitian lain yang dilakukan oleh Al-Saggaf dan O'Donnell (2019) di Australia mengenai *The Role Of State Boredom, State Of Fear Of Missing Out And State Loneliness In State Phubbing* yang melibatkan 325 responden membuktikan dan menunjukkan bahwa apabila FoMO tinggi maka *Phubbing* pun tinggi. Dengan kata lain, individu yang memiliki perasaan takut, khawatir, cemas dan gelisah akan kehilangan kesempatan untuk mengetahui informasi tentang orang lain atau teman sebayanya, maka cenderung melakukan *phubbing*.

Berdasarkan penjelasan tersebut, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang fenomena FoMO dan *phubbing* pada remaja. Akan tetapi belum ada penelitian sebelumnya yang melihat tentang bagaimana peranan FoMO terhadap *Phubbing* dan beberapa penelitian sebelumnya juga menyarankan untuk dilakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh FoMO terhadap *phubbing*. Oleh sebab itu, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul "*Pengaruh fear of missing out (FoMO) terhadap perilaku phubbing pada remaja*"

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah tertera pada latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah didalam penelitian ini yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh antara *Fear of Missing Out* terhadap Perilaku *Phubbing* pada Remaja?
2. Bagaimana gambaran *phubbing* pada remaja bila dilihat berdasarkan jenis kelamin, durasi pemakaian *smartphone*, dan jumlah media sosial?

### 1.3 Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

#### 1.3.1 Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian masalah yang ditemukan maka penelitian ini akan dilakukan dengan tujuan untuk:

1. Mengetahui pengaruh *Fear of Missing Out* terhadap Perilaku *phubbing* pada remaja.
2. Mengetahui gambaran *phubbing* pada remaja berdasarkan jenis kelamin, durasi pemakaian *smartphone*, dan jumlah media sosial yang digunakan.

#### 1.3.2 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, maka penelitian ini memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Teoritis  
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi dan pengetahuan dalam ilmu Psikologi sosial serta memberikan wawasan dan informasi untuk peneliti, dosen, mahasiswa psikologi dan juga remaja dalam memahami pengaruh *Fear of Missing Out* terhadap Perilaku *Phubbing* pada remaja.
2. Praktis  
Diharapkan dapat membantu remaja dalam memahami dirinya agar lebih bijaksana dalam mengatur penggunaan *smartphone* sehingga remaja dapat menggunakan *smartphone* dengan sebagaimana harusnya.

### 1.4 Kerangka Berpikir

Keberadaan *smartphone* yang telah berintegrasi dengan akses internet membuat benda yang satu ini banyak digunakan. Berdasarkan *survey* dari APJII diketahui bahwa remaja adalah golongan terbanyak yang menggunakan *smartphone*. Idealnya, tugas perkembangan remaja diantaranya adalah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya yang berbeda jenis kelamin, memiliki perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional, serta memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku di dalam masyarakat. Namun, realitanya hal ini berbeda dengan remaja saat ini dimana dengan kemudahan akses internet yang terdapat dalam *smartphone* membuat remaja merasa bahwa terdapat dunia di dalam genggamannya yang dapat diakses hanya melalui satu benda kecil tersebut yang membuat dirinya mengabaikan tugas-tugas perkembangannya dan lebih berfokus pada penggunaan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* yang konstan dan menyebabkan kekurangan interaksi manusia atau sikap menyakiti orang lain dengan menggunakan *smartphone* yang berlebihan ini disebut sebagai *Phubbing*.

Remaja yang tidak melakukan *phubbing* diduga akan dapat mengendalikan penggunaan *smartphone* dan tetap memfokuskan perhatian dikala sedang berinteraksi dengan orang lain. Sebaliknya, remaja yang melakukan *phubbing*

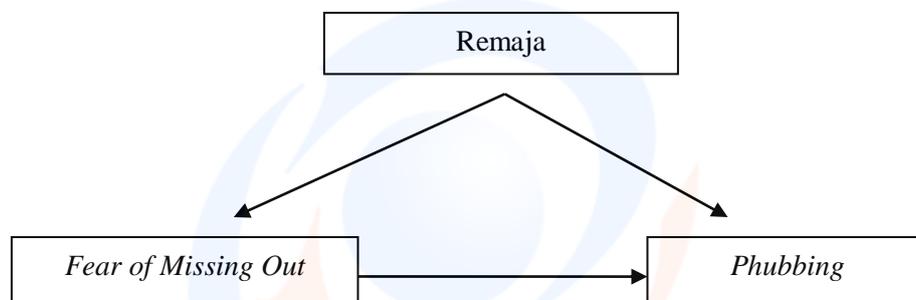
tidak mampu mengendalikan penggunaan *smartphonenya*, berpura-pura mendengarkan namun perhatiannya tertuju pada *smartphone*, mengabaikan lawan bicara, sulit lepas dari penggunaan *smartphone*, dan memberikan respon yang hanya sekedar basa-basi.

Pada remaja yang melakukan maupun yang tidak melakukan *phubbing* diduga dipengaruhi oleh *Fear of Missing Out* (FoMO) yang merupakan perasaan takut dan cemas setelah melihat keseruan teman-teman di dunia maya sehingga memunculkan perasaan untuk tetap terhubung agar dapat memastikan apa saja yang sedang dilakukan oleh orang lain di luar sana dengan selalu mengecek *smartphone* yang dimilikinya setiap saat.

Remaja dengan FoMO yang rendah akan mampu mengendalikan tindakannya tanpa terikat atau mendapat kontrol dari kegiatan orang lain diluar sana. Tidak akan merasa cemas atau gelisah bila mengetahui bahwa teman-temannya sedang bersenang-senang tanpa dirinya dan tidak merasa risau ketika orang lain memiliki pengalaman yang lebih berharga dari dirinya. Sehingga diduga remaja tersebut tidak melakukan *phubbing* dimana ia akan mampu mengendalikan penggunaan *smartphonenya* dan ketika berkomunikasi dengan orang disekitarnya ia akan dapat berfokus pada interaksi yang sedang berlangsung dengan lawan bicara. Tidak mengabaikan lawan bicara dan dapat merespon lawan bicara dengan lebih leluasa.

Sebaliknya, remaja yang diduga memiliki FoMO yang tinggi, maka ia akan merasa cemas dan takut diabaikan ketika ia tidak tahu apa yang telah dilakukan oleh teman-temannya di luar sana, sehingga ia berkeinginan kuat untuk terus menerus mengecek media sosial dengan menggunakan *smartphone* yang ia miliki. Pada akhirnya diduga ia akan melakukan perilaku *phubbing* dimana ia tidak mampu mengendalikan penggunaan *smartphonenya*, tidak peduli pada lingkungan sekitar, tidak terlibat secara utuh dalam pembicaraan atau diskusi yang berlangsung, mengabaikan orang di sekitarnya serta merasa sangat sulit untuk bisa lepas dari *smartphone*.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menjadi tertarik untuk mengetahui Pengaruh *Fear of Missing out* (FoMO) terhadap perilaku *Phubbing* pada Remaja.



Gambar 1.1 Bagan Kerangka Berpikir