

## BAB 1 PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2022), pada tahun 2021-2022 Indonesia memiliki lebih dari 210 juta jiwa pengguna internet. Jumlah ini telah mengalami peningkatan sebanyak 12,22% sejak tahun 2018. Survei tersebut juga merangkum sembilan alasan individu menggunakan internet dua diantaranya yaitu, menggunakan internet untuk mengakses informasi/berita dengan persentase 92,21% dan untuk mengakses sosial media termasuk Facebook, Telegram, Line, Twitter, Instagram, Youtube, dan lain-lain dengan persentase 98,02%. Dalam publikasi yang sama, APJII menyebutkan jika tingkat penetrasi pengguna internet tertinggi adalah pelajar dan mahasiswa yaitu sebanyak 99,26%, sementara DKI Jakarta sendiri menjadi provinsi dengan penetrasi internet tertinggi diantara provinsi lainnya yaitu sebesar 83,39%.

Pada survei yang dilakukan DISKOMINFOTIK (2019) diketahui jika pengguna media sosial Instagram di Jakarta mencapai lebih dari 6 juta pengguna. Instagram sendiri merupakan platform sosial media yang fokus sebagai penyedia tempat untuk berbagi foto dan video dan digandrungi oleh berbagai kalangan masyarakat baik anak-anak maupun orangtua (Sendari, 2019). Pengguna kemudian dapat membagikan atau hanya melihat berbagai aktivitas yang sedang mereka atau orang lain lakukan hingga pengalaman yang pernah dialami melalui platform tersebut. Jika mendapat banyak *viewers* atau menjadi konten paling banyak dicari maka konten tersebut dikatakan sebagai konten viral (Putri, 2020). Seorang penggiat media sosial menjelaskan sebanyak 68% generasi millennial Indonesia terkena *Fear of Missing Out* yang ditandai dengan banyaknya fenomena viral di sosial media (Kurniawan, 2019).

McGinnis (2020) mendefinisikan *Fear of Missing Out* atau FoMO sebagai perasaan takut jika tertinggal oleh individu lain. Dalam kehidupan sehari-hari, kita dapat menemui individu terus mengecek *smartphone* miliknya tanpa mempedulikan jika ia sedang berjalan, makan, atau saat berkumpul dengan kelompoknya yang mengakibatkan ketidak sadaran bahwa ia sedang berada dalam suatu kelompok (Daeng dkk., 2017). Fenomena ini terjadi karena penggunaan media sosial secara konsisten membuat individu merasa tertinggal ketika tidak terhubung dengan orang lain, kondisi ini kemudian menimbulkan rasa pada individu untuk selalu mengikuti informasi terbaru (Siddik dkk., 2020).

Menurut Alwisol (dalam Pratiwi & Fazriani, 2020), FoMO dicirikan dengan hadirnya perasaan cemas mengenai hal yang dapat ia lewatkan di sosial media ketika individu tidak mempunyai waktu, uang, atau keterbatasan lainnya untuk tetap terhubung dengan internet. Sementara Abel dkk., (2016) menyebutkan gejala FoMO seperti, sulit melepaskan diri dari *handphone*, merasa cemas dan

gelisah saat tidak mengecek sosial media, memiliki obsesi dengan unggahan orang lain, dan keinginan dikenal dengan membagikan setiap aktivitas dan merasa depresi ketika akun miliknya dilihat oleh sedikit orang.

Sebagaimana yang dikatakan *Psychology today* (dalam Akbar dkk., 2018), ada beberapa hal yang termasuk dalam dampak negatif dari FoMO diantaranya, permasalahan identitas diri, rasa kesepian, citra yang buruk, ketidakmampuan secara pribadi, hingga kecemburuan. Untuk menangani ini, individu perlu mengubah pola pikirnya, bahwa tidak semua fase kehidupan cocok dengan pribadi masing-masing individu. Penelitian lain menemukan korelasi antara depresi atau anxiety dengan FoMO tergantung kepada cara penggunaannya (Elhai dkk., 2016).

Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi FoMO menurut Przybylski dkk. (2013). Faktor pertama yaitu usia, individu dengan usia muda memiliki tingkat FoMO yang lebih tinggi dibanding individu dengan usia yang lebih tua (Reer dkk., 2019). Lalu jenis kelamin, laki-laki memiliki tingkat FoMO yang lebih tinggi daripada tingkat FoMO pada perempuan. Terakhir, kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhan dasar akan kompetensi (*competence*), otonomi (*autonomy*), dan keterhubungan (*relatedness*). Eric Fromm (dalam Feist & Feist, 2010) menjelaskan keterhubungan (*relatedness*) sebagai salah satu kebutuhan dasar manusia berupa dorongan untuk terhubung dengan orang lain atau kelompok. Begitu pula dengan Keller (2011) yang menjelaskan *relatedness* sebagai kebutuhan akan kedekatan dengan orang lain dengan setiap tindakannya ditujukan untuk orang lain. Individu dengan *relatedness* positif mampu menerima situasi ataupun kondisi temannya, mereka juga individu yang dapat memberikan penilaian positif, berkomunikasi dengan baik, serta melakukan hal-hal positif lainnya. Sedangkan individu dengan *relatedness* negatif dapat menimbulkan konflik pada pertemanan (Reis dkk., 2000).

Deci dan Ryan (dalam Atika, 2018) menjelaskan bahwa kebutuhan akan *relatedness* dapat terpenuhi jika individu merasakan kebersamaan dan membangun hubungan dekat dan mengakrabkan diri dengan orang lain. Sebagai bagian dari *Self-determination Theory*, *relatedness* mengarah pada kebutuhan seseorang untuk saling mendukung dalam hubungan antar pribadi (Rozali, 2014) dan terbentuk pada saat individu melakukan aktivitas atau kegiatan yang dihargai oleh kelompok sosialnya serta dapat mereka rasakan efektivitasnya (Atika, 2018). Sieber dkk. (2022) dalam penelitiannya menemukan jika *relatedness* yang didapatkan dari dukungan dosen memberikan dampak positif berupa motivasi dan vitalitas pada mahasiswa saat kelas daring selama *social distancing* berlangsung.

Seperti yang dijelaskan oleh Przybylski dkk. (2013) dalam penelitiannya, individu dengan *relatedness* yang rendah dapat mengalami *Fear of Missing Out* yang tinggi. Hal ini terjadi akibat perasaan kesepian yang dirasakan individu sehingga menimbulkan FoMO sebagai mekanisme koping interpersonalnya.

Akan tetapi keterlibatan sosial menimbulkan perasaan takut sehingga individu terlibat dalam penggunaan internet yang berlebihan untuk mengatur emosi negatif tersebut (Elhai dkk., 2016).

Dugaan bahwa *relatedness* memiliki pengaruh terhadap *Fear of Missing Out* juga didasari beberapa studi yang dilakukan sebelumnya jika *relatedness* berperan terhadap beberapa aspek kehidupan. Salah satunya adalah untuk tergabung dalam anggota kelompok sebagaimana yang disebutkan Baumeister dan Leary (dalam Satriani, 2014). Selain itu peneliti juga menyebutkan jika *relatedness* berkorelasi positif terhadap intensitas penggunaan jejaring sosial Twitter pada mahasiswa (Satriani, 2014). Pendapat tersebut dikuatkan dengan hasil penelitian Ghalib Qustihat (2020) yang mengungkap jika mahasiswa menggunakan *platform* media sosial untuk menjalin hubungan baru, masuk dalam beberapa kelompok sosial, memperoleh informasi, dan memenuhi kebutuhan afiliasi mereka.

Mahasiswa menggunakan *smartphone* dan aplikasinya lebih sering dari subkelompok lainnya (Ghalib Qustihat, 2020). Dalam survei yang dilakukan oleh Chersonson (2015) menemukan sebanyak 333 pelajar dan mahasiswa yang menjadi responden menghabiskan sebelas jam dalam sehari untuk media sosial, agar tetap terhubung dengan aktivitas yang dilakukan orang lain. Qutishat & Sharour (2019) menemukan jika mahasiswa mengalami tingkat FoMO yang lebih tinggi, hal ini akan berdampak pada menurunnya produktivitas dan motivasi akademik mahasiswa di dalam kelas yang bisa mengganggu proses belajar (Alt, 2015).

Mahasiswa dengan *Relatedness* yang tinggi diduga mampu untuk tidak merasakan ketakutan atau kecemasan ketika tidak terhubung dengan orang lain. Mereka tidak perlu memantau kegiatan atau aktivitas keluarga maupun teman-temannya terus-menerus dengan menggunakan internet melalui *smartphone* ataupun laptop. Sebaliknya, mahasiswa dengan *Relatedness* yang rendah diduga akan merasa takut, cemas, dan gelisah ketika tidak terhubung dengan orang lain. Mereka secara terus-menerus memperhatikan aktivitas keluarga atau kerabatnya menggunakan internet melalui *smartphone* atau laptop.

Berdasarkan *literature review* yang dilakukan, penulis belum menemukan penelitian yang membahas mengenai pengaruh *relatedness* terhadap FoMO sehingga penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut. Oleh karena itu peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “*Pengaruh Relatedness Terhadap Fear of Missing Out pada Mahasiswa di Jakarta.*”

## 1.2. Rumusan Masalah

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

*Relatedness* terhadap *Fear of Missing Out* pada mahasiswa pengguna Instagram di Jakarta?

### **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 mengetahui pengaruh *Relatedness* terhadap *Fear of Missing Out* pada mahasiswa pengguna Instagram di Jakarta.

#### **1.3.2. Manfaat Penelitian**

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

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

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan pada bidang Psikologi sosial serta memberikan wawasan untuk peneliti, dosen, mahasiswa psikologi dan juga mahasiswa dalam memahami pengaruh *Relatedness* terhadap *Fear of Missing Out* pada mahasiswa pengguna Instagram di Jakarta.

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

Diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengarahkan dirinya agar lebih bijaksana dan melakukan kontrol diri dalam menggunakan internet.