

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sosial media memang menyediakan ruang bagi seorang untuk mengakses dan melakukan komunikasi baik secara aktif maupun pasif dengan orang lain dan dengan kemudahan akses dalam internet dalam mendapatkan informasi baru. Karenanya sosial media menjadi bagian yang penting dalam kehidupan, dengan kemudahan-kemudahan yang ditawarkan oleh internet secara tidak langsung menyebabkan individu yang menunjukkan memiliki gejala kecanduan internet.

Meningkatnya perkembangan teknologi khususnya perkembangan internet saat ini berjalan sangat pesat. Menurut survey yang dilaporkan oleh situs *wearesocial.com* pada bulan Januari 2017, menyebutkan bahwa pengguna internet di Indonesia berjumlah 132 juta orang dan di perkuat oleh data survei APJII, pengguna internet di Indonesia pada tahun 2017 telah mencapai 143,3 juta jiwa dengan penetrasi sebesar 54,69% dari total populasi. Pengakses internet pada tahun 2017 tumbuh 7,9% dari tahun sebelumnya dan tumbuh lebih dari 600% dalam 10 tahun terakhir. Perkembangan pengguna internet tersebut mengalami peningkatan sebesar 51% dari tahun 2016 (Rosabel, 2016).

Penggunaan internet yang masif dan terus menerus oleh remaja, menciptakan sebuah sindrom baru bagi remaja, kuantitas yang berlebih tersebut membuat remaja menjadi sulit lepas dari sosial media, menurut Ko, Yen, Lin & Yang (2007) salah satu faktor yang menyebabkan risiko kecanduan internet pada remaja adalah keberfungsian keluarga, tingkat keberfungsian keluarga yang buruk berpengaruh terhadap kecanduan internet. Remaja yang kehilangan momen momen dalam sosial media, keinginan untuk terkoneksi dengan media sosial secara terus-menerus tersebut disebabkan karena adanya *fear of missing out (FoMO)* (Miranda, 2011). Dalam konteks psikologi, Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell (2013) mengemukakan bahwa *fear of missing out* adalah perasaan cemas, gelisah, dan takut akan kehilangan momen berharga yang dimiliki teman atau kelompok teman sebaya, sementara ia tidak dapat terlibat di dalamnya.

Fear of missing out (FoMO) merupakan salah satu bentuk dari kecemasan yang ditandai dengan adanya keinginan untuk selalu mengetahui apa yang orang lain lakukan terutama melalui media sosial. Kehadiran media sosial, seperti Facebook, Twitter, dan Instagram, semakin mendorong munculnya FoMO (Wortham, 2011). Andy Przybylski, menyatakan dalam jurnalnya '*Computers in Human Behavior*' pada bulan juli 2013 bahwa FoMO sendiri sebenarnya bukanlah hal baru yang baru adalah peningkatan penggunaan media sosial dan hal itu menawarkan jendela baru untuk melongok ke dalam kehidupan orang lain. Sommer, Williams & Khanam, menyebutkan bahwa individu yang mengalami kecemasan sosial akan cenderung memiliki persepsi bahwa ia diabaikan oleh lingkungannya.

Saat ini FoMO menjadi faktor pendukung emosional yang paling signifikan bagi generasi milenial untuk tetap saling terhubung dan tidak lepas dari media sosial. Selain itu, FoMO terbukti menjadi prediktor dari beberapa perilaku yang merugikan, yaitu perilaku mengecek smartphone (Collins,2013). Individu yang memiliki kecenderungan FoMO juga terbukti mengalami distraksi ketika belajar atau mengendarai kendaraan (Przybylski et al., 2013), serta menurunnya tingkat kepuasan hidup (Przyblyski, et al., 2013). Implikasi negatif yang ditimbulkan oleh FoMO tersebut, membuktikan bahwa FoMO merupakan fenomena yang memprihatinkan, karena keberadaan FoMO dapat mendistraksi seseorang dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari hingga mengancam kesejahteraan psikologis seorang individu. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Australian Psychological Society (2015), ditemukan bahwa pada kelompok subjek yang berusia remaja, FoMO dialami lebih banyak pada remaja yang berusia 15-18 tahun dibandingkan pada remaja yang berusia 13-14 tahun.

Media sosial dalam penggunaannya sering kali terjadi secara berlebihan dan mempengaruhi berbagai aspek kehidupan. Pengaruh tersebut dapat dirasakan baik pada diri tersebut dan pada orang yang berada disekitar penggunanya. Salah satu lingkungan terdekat yang dikenai pengaruh oleh penggunaan gadget pada adalah keluarga (Lestari, et al., 2014).Keluarga merupakan lingkungan sosial yang pertama bagi anak,dalam keluarga anak mulai menerima pendidikan yang pertama dan paling utama. Pendidikan pertama yang diterima oleh anak di

keluarga yaitu pembentukan kepribadian antara lain, pendidikan agama, proses sosialisasi dan hubungan interaksi dengan lingkungan sekitar. Menurut Berns (2004) menyebutkan bahwa keluarga memiliki fungsi berupa dukungan emosi atau pemeliharaan, keluarga memberikan pengalaman interaksi sosial yang pertama bagi anak. Sependapat dengan teori tahapan perkembangan keluarga, Duvall dalam buku *family development* mengatakan salah satu tugas keluarga adalah mempertahankan komunikasi terbuka dua arah.

Manusia merupakan makhluk sosial, perubahan interaksi seseorang dapat terjadi karena adanya pengaruh teknologi dan adanya kebutuhan manusia yang meningkat, termasuk disetiap anggota keluarga. Interaksi yang pada awalnya dilakukan secara langsung tatap muka kini mulai digantikan menjadi interaksi dengan menggunakan teknologi. Perubahan dalam pola interaksi sosial dalam keluarga tersebut dapat memungkinkan dengan menghasilkan pola sikap yang menjadi lebih individualis. Terutama dalam hal bagaimana individu berinteraksi dengan orang lain Bakardjieva (2011). Sebab, interaksi sosial dalam keluarga yang dipengaruhi oleh penggunaan teknologi dapat mengubah fungsi tersebut. Dimana perilaku antar orangtua, atau orangtua kepada anak dalam pengasuhannya tidak terjalin secara utuh, dimana komunikasi, kedekatan, dukungan maupun keterlibatan orangtua tidak lagi dirasakan atau dilakukan dengan maksimal.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ruby, Prihartanti, Partini (2022) kecanduan internet dapat dipengaruhi keluarga karena tidak adanya anggota keluarga yang bisa diajak berinteraksi sepulang sekolah, serta *fear of missing out* (FoMO) yang berkaitan dengan tujuan dan waktu pengguna internet karena mudahnya mendapatkan informasi melalui internet dibandingkan bertanya pada guru atau keluarga, serta rasa cemas apabila tidak mengetahui informasi terbaru mengenai sesuatu yang sedang terjadi. Merangkum pendapat para ahli, bahwa kecemasan sosial disebabkan karena salah satunya faktor internal yaitu keluarga. Sehingga, *fear of missing out* (FoMO) yang juga merupakan kecemasan sosial tersebut, dapat terjadi karena dipengaruhi karena faktor internal yaitu kurangnya interaksi keluarga.

Berdasarkan studi pendahuluan di salah satu sekolah yang berada di Jakarta peneliti menemukan fakta hasil wawancara terhadap Guru Bimbingan

Konseling di sekolah tersebut dapat diketahui bahwa beberapa siswa sering menggunakan *smartphone* saat sedang di waktu jam pelajaran untuk membuka akun media sosialnya dan ada juga siswa yang mendapat panggilan orangtua karena beberapa kali sering ketahuan menggunakan *smartphone* di waktu jam pelajaran yang sedang berjalan. Sedangkan dari hasil penyebaran kuesioner, diketahui bahwa siswa disekolah tersebut mengalami gejala-gejala *fear of missing out*. Dari 16 siswa yang menjadi responden, diantaranya (81,3%) mengaku bahwa mereka mengalami kecemasan jika tertinggal berita baru.

Selain itu, ditemukan bahwa responden mengalami indikasi *fear of missing out* karena merasa kurangnya interaksi dengan sosialnya di dalam keluarga, (85,7%) menjawab iya bahwa ayah mereka menggunakan media sosial dan (75%) menjawab iya ibu mereka menggunakan media sosial, dan (75%) mereka juga menjawab iya pada pertanyaan ketika bersama keluarga mereka masih menggunakan *smartphone*.

Berdasarkan pembahasan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait pengaruh interaksi keluarga terhadap *fear of missing out* pada remaja. Maka judul penelitian ini “*Fear Of Missing Out (FoMO) Pada Remaja ditinjau dari interaksi keluarga*”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah peneliti yang telah diuraikan diatas, dapat dijelaskan untuk permasalahan peneliti diidentifikasi sebagai berikut:

1. Masih adanya ketakutan ketinggalan informasi *memunculkan perilaku fear of missing out*.
2. Beberapa faktor menjadi pemicu remaja berperilaku *fear of missing out* yaitu cenderung terpengaruh oleh faktor sosial di lingkungan dan faktor budaya yang menekan individu untuk menjadi bagian dari pengguna teknologi maju.
3. Ditemukannya pengakuan gejala *Fear of missing out* di kalangan remaja
4. Ditemukannya pengakuan oleh remaja, ketika sedang bersama keluarga mereka masih menggunakan *smartphone* nya

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah Penelitian ini agar lebih fokus dan mendalam, maka peneliti harus membatasi permasalahan yaitu peneliti akan meneliti anggota keluarga yang mengalami fenomena FoMO “Fenomena *Fear Of Missing Out* pada remaja ditinjau dari interaksi keluarga”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimana pengaruh interaksi keluarga terhadap *fear of missing out* pada remaja”.

1.5 Kegunaan penelitian

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan untuk pengembangan teori psikologi perkembangan remaja.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat berguna untuk mengembangkan Ilmu Keluarga khususnya dalam teori tahapan perkembangan keluarga, interaksi keluarga, psikologi perkembangan.

2. Manfaat praktis

Manfaat hasil penelitian bagi para pihak terkait untuk mengatasi permasalahan yang diteliti berdasarkan penemuan dari hasil penelitian, di antaranya:

a. Orangtua

Diharapkan orangtua dapat mengetahui dan paham mengenai fenomena *fear of missing out* dan diharapkan dapat mencegah, mengatasi *fear of missing out*.

b. Remaja

Diharapkan remaja dapat mengetahui ciri-ciri *fear of missing out* yang dapat mempengaruhi kurangnya interaksi keluarga.

c. Bagi pembaca dan penulis

Gagasan ini dapat menambah pengetahuan mengenai ketakutan ketinggalan informasi dan interaksi keluarga.