

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Saat modern ini dunia informasi digital berbasis internet terus berkembang di masyarakat, terutama untuk memudahkan pengguna internet memperoleh informasi yang dibutuhkan dengan waktu yang fleksibel dan efektif. Komunikasi *online* di era ini perlahan menggantikan komunikasi secara langsung (tatap muka), maka tak heran sosial media berbasis internet menjadi kebutuhan era digital saat ini, serta memudahkan pengakses di usia dewasa, remaja, bahkan anak-anak.

Pembahasan penting lainnya ialah terkait kesejahteraan subjektif individu atau kepuasan dalam kehidupan diri individu dengan dunia nyatanya. Here dan Priyanto (2014) mengemukakan bahwa kesejahteraan subjektif ialah evaluasi diri individu terhadap kehidupannya yang cenderung dilakukannya saat masa transisi individu mulai masa anak-anak hingga dewasa. Remaja yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi cenderung bertanggung jawab atas masalah kesehariannya serta lebih realistis tidak berlebihan. Begitupun dengan sebaliknya, remaja dengan *subjective well being* rendah cenderung kesehariannya kurang bahagia dan merasa puas, sehingga diri individu cenderung mencari dukungan diluar yakni teman sebayanya.

Dalam penggunaan sosial media usia remaja cukup mendominasi dan telah dianggap wajar, dikarenakan menurut (Mesch, 2010) remaja di fase perkembangan sosialnya cenderung tertarik untuk berinteraksi dengan lingkungan di luar keluarga seperti teman sebaya maupun kelompok untuk memperoleh penghargaan diri dan penerimaan diri dalam suatu kelompok

sehingga memunculkan konformitas dalam pengambilan keputusan maupun dalam berperilaku.

Konsekuensi lain dalam kemudahan penggunaan sosial media juga perlu perhatian khusus, berdasarkan data (*Center for Addiction and Mental Health*, 2017) menunjukkan prosentase sebesar 86% murid kelas 7 sampai 12 menggunakan sosial media setiap harinya, dan ahli perkembangan (Santrock, 2012) menyebutkan bahwa di fase remaja ini individu cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain untuk evaluasi diri individu. Berdasarkan survei tercatat jika 57% remaja umur 13 tahun cenderung tertarik untuk mengakses akun sosial medianya setidaknya 6 kali dalam satu hari walaupun tidak mengunggah apapun, hanya melihat kegiatan yang dilakukan oleh pengguna lain di sosial media. Sebagian juga menyatakan bahwa mengakses sosial media lebih dari 100 kali dalam satu hari.

Penggunaan internet secara berlebihan juga memunculkan sindrom baru yang biasa disebut sebagai *fear of missing out* (fomo). Przybylski, dkk (2013) mengemukakan fomo ialah ketakutan individu jika melewatkan momen spesial individu dengan kelompoknya dimana diri individu tidak ikut sertapada momen tersebut. Dalam pembahasannya fomo diisyaratkan dengan munculnya kecenderungan individu untuk dapat terhubung dengan kelompoknya serta segala aktivitas yang dilakukan lewat sosial media. Dan penelitian pernah dilakukan Przybylski Dkk (2013) menunjukkan hasil jika gejala fomo memunculkan stres, rasa kehilangan serta perasaan jauh apabila tidak mengetahui kejadian penting kelompoknya..

Fenomena fomo memunculkan masalah serius bagi kesejahteraan subjektif individu di kehidupan nyatanya. Fakta dari masalah serius yang muncul diperkuat

oleh hasil penelitian yang menunjukkan jika individu dengan gejala fomo ialah individu yang secara mandiri mengakses sosial media secara berlebihan, seperti sesaat bangun tidur, sesaat waktu makan, bahkan sesaat berkendara (Przybylski Dkk, 2013).

Penelitian terbaru terkait dampak fomo juga pernah dilakukan dengan subjek 1327 mahasiswa oleh Al Menayes (2016) yang menunjukkan hasil jika mahasiswa yang kecanduan sosial media atau (fomo) performa akademiknya cenderung lebih rendah dibanding dengan individu yang tidak memiliki kecenderungan kecanduan media sosial..

Survey terbaru terkait *fear of missing out* juga dilakukan terhadap 900 subjek penelitian di negara Singapura dan juga Amerika untuk melihat sikap diri individu terhadap pemakaian sosial media. Hasilnya menunjukkan bahwa 684 individu muncul perasaan tertinggal saat tidak mengakses akun sosial media, yang berarti sekitar 72% individu mengalami gejala fomo diakibatkan oleh penggunaan sosial media. Selanjutnya lagi kelompok usia remaja merupakan kelompok dengan jumlah terbanyak yang mengalami gejala fomo yaitu mencapai prosentase 65% (JWT Intelligent, 2012).

Dalam studi yang pernah dilakukan (Przybylski Dkk, 2013) untuk mengkaji lebih dalam kaitannya hubungan fomo dengan variabel *life satisfaction* mengungkapkan jika terdapat hubungan negatif antar keduanya, dimana individu dengan tingkat fomo tinggi memiliki *life satisfaction* rendah dan begitupun sebaliknya. Selain itu, hasil juga menunjukkan jika individu dengan kebutuhan psikologisnya yang kurang terpenuhi, seperti kebutuhan akan kompetensi, otonomi, dan keterhubungan, memiliki *fomo* yang tinggi.

Pentingnya dilakukannya penelitian ini terutama untuk lebih jelas melihat dampak dari *fomo* berdasarkan hasil perolehan data nantinya, serta untuk memperoleh data mengenai *subjective well being* pada masing-masing individu yang memunculkan gejala kecemasan *fomo* hingga perubahan perilaku seperti halnya memeriksa aktivitas pengguna lain di sosial media (*stalking*), memfoto, menggunggah atau memposting secara berlebihan segala macam aktivitas individu untuk mendapatkan berbagai reaksi atau perhatian dari pengguna sosial media lain.

Berdasarkan latar belakang diatas, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian terkait hubungan antara *subjective well being* dengan *fear of missing out* pengguna *whatsapp* pada remaja akhir.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan latar belakang tersebut, maka pokok inti yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini ialah “adakah hubungan *subjective well being* dengan *fear of missing out* pengguna *whatsapp* pada remaja akhir”

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.) Tujuan penelitian.

Tujuan penelitian ini adalah untuk dapat mengetahui data hubungan *subjective well being* dengan *fear of missing out* pengguna *whatsapp* pada remaja akhir.

2.) Manfaat penelitian sebagai berikut :

a. Manfaat teoritis.

Hasil penelitian diperoleh nantinya diharapkan menjadi referensi ilmu pengetahuan serta sebagai informasi terbaru terutama dalam kajian psikologi klinis serta psikologi sosial tentang hubungan antara

kesejahteraan subjektif dan *fomo* pengguna *whatsapp* serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dengan konsep atau topik yang sama.

b. Manfaat praktis.

- 1.) Bagi peneliti, dari hasil penelitian yang dilakukan dapat menjelaskan hubungan kesejahteraan subjektif (*swb*) dan *fomo* pengguna *whatsapp* pada remaja.
- 2.) Bagi orang tua penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan tentang pentingnya *subjective well being* atau kesejahteraan subjektif pada remaja, serta *fomo* dikalangan remaja dapat mengakibatkan internet addiction apabila tingkat intensitasnya tinggi.
- 3.) Bagi remaja, penelitian yang diperoleh dapat berguna sebagai referensi evaluasi kehidupan remaja untuk lebih bijaksana dalam menggunakan sosial media dan mengetahui dampak mengenai *fear of missing out* terhadap *life style* remaja serta pentingnya menumbuhkan *subjective well being* (*swb*) pada remaja.

D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian terdahulu pernah dilakukan oleh Renggina Rudatiningtyas Putri Tennis (2018) yang berjudul "Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan *Subjective Well Being* Pada Remaja". Dalam pembahasannya memiliki tujuan untuk memperoleh data tentang korelasi dua variabel antara *intensity* menggunakan sosial media dengan kesejahteraan subjektif individu remaja. Dalam penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian tersebut berjumlah 182 individu remaja sebagai sampel dengan rentang usia 13-21 tahun. Hasilnya menunjukkan bahwa

terdapat hubungan negatif antara *intensity* menggunakan sosial media dan kesejahteraan subjektif.

Studi penelitian serupa juga pernah dilakukan sebelumnya oleh Desriani Rahmania (2019) yang berjudul "Hubungan Antara *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Kesejahteraan Subyektif". Penelitian tersebut memiliki tujuan untuk menggali data berkaitan dengan hubungan antara *fomo* individu dengan kesejahteraan subjektif, penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif menggunakan teknis tes angket. Subjek penelitian ini adalah remaja akhir berjumlah 208 subjek. Sampel diambil dari jumlah populasi murid kelas IX SMA Labschool UPI Bumi Siliwangi pengambilan menggunakan teknik sampel jenuh. Hasilnya terdapat hubungan yang negatif antara *fomo* dengan kesejahteraan subyektif.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah pada tujuan dan fokus penelitian serta lokasi penelitian . Pada penelitian berfokus pada tingkat *subjective well being* pada remaja yang dapat memunculkan gejala *fomo* ditinjau dari penggunaan sosial media *whatsapp*, serta lokasi penelitian dilakukan pada remaja di kota Malang serta metode peneitian ini menggunakan studi korelasi dengan menghubungkan dua variabel penelitian