

**MOTIVASI PERILAKU *FEAR OF MISSING OUT (FOMO)* PADA
MAHASISWA PENGGUNA INTERNET
(Studi Fenomenologi Pada Anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta
Angkatan 2023)**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu Ilmu Komunikasi**

Disusun Oleh :

Anisa Oktafriani

19107030014

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2023



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-712/Un.02/DSH/PP.00.9/07/2023

Tugas Akhir dengan judul : Motivasi Perilaku Fear Of Missing Out (FoMO) Pada Mahasiswa Pengguna Internet
(Studi Fenomenologi Pada Anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta 2023)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ANISA OKTAFRIANI
Nomor Induk Mahasiswa : 19107030014
Telah diujikan pada : Kamis, 22 Juni 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Yanti Dwi Astuti, S.Sos.I, M.A.

SIGNED

Valid ID: 64b9ecf7c0275



Penguji I

Dr. Diah Ajeng Purwani, S.Sos, M.Si

SIGNED

Valid ID: 64b48bc8f0a1e



Penguji II

Handini, S.I.Kom., M.I.Kom.

SIGNED

Valid ID: 64a39da35d323



Yogyakarta, 22 Juni 2023

UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.

SIGNED

Valid ID: 64ba1f1327604

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Anisa Oktafriani
Nomor Induk : 19107030014
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Konsentrasi : *Public Relations*

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi saya ini adalah asli hasil karya/penelitian sendiri dan bukan plagiasi dari karya/ penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya agar dapat diketahui oleh anggota dewan penguji.

Yogyakarta, 07 Juni 2023

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yang Menyatakan,



Anisa Oktafriani

19107030014



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA



Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 0812272 Fax. 519571 YOGYAKARTA 55281

DINAS PEMBIMBING
FM-UINSK-PBM-05-02/RO

Hal : Skripsi

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah memberikan, mengarahkan dan mengadakan perbaikan seperlunya maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Anisa Oktafriani
NIM : 19107030014
Prodi : Ilmu Komunikasi
Judul :

MOTIVASI PERILAKU FEAR OF MISSING OUT PADA MAHASISWA PENGGUNA INTERNET
(Studi Fenomenologi pada Anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta 2023)

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Ilmu Komunikasi.

Harapan saya semoga saudara segera dipanggil untuk mempertanggung-jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Demikian atas perhatian Bapak, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Yogyakarta, 8 Juni 2023

Pembimbing

Yanti Dwi Astuti, S.Sos.I., M.A

NIP : 19840516 201503 2 00

HALAMAN MOTTO



Make IMPOSSIBLE to IM POSSIBLE.

(Eric Sohn)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

**PRODI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala Puji hanya milik Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi agung Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia bangkit dari zaman jahiliyah ke zaman islamiah seperti saat ini.

Penulis bersyukur dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul “Motivasi Perilaku *Fear Of Missing Out* (FoMO) Pada Mahasiswa Pengguna Internet (Studi Fenomenologi Pada Anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta Angkatan 2023)” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan serta dorongan dari berbagai pihak yang terlibat selama proses penulisan skripsi.

Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A. selaku rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Dr. Mochamad Sodik, S.Sos, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Dr. Rama Kertamukti, S.Sos, M.Sn sebagai Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, sekaligus Dosen Pembimbing Akademik penulis yang selalu memberikan *support* dan dukungan selama masa perkuliahan hingga masa akhir skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Yanti Dwi Astuti, S.Sos.I, M.A., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar dan semangat mengarahkan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini serta selalu meluangkan waktunya untuk membimbing penulis.

5. Dr. Diah Ajeng Purwani, M.Si selaku Dosen Penguji pertama dan Handini, M.I.Kom selaku Penguji Kedua yang telah membimbing, menguji serta memberikan saran kepada penulis sehingga penyusunan skripsi ini dapat selesai dengan baik.
6. Segenap dosen-dosen dan karyawan Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah memberikan ilmu serta motivasi penulis selama masa perkuliahan baik di kelas maupun luar kelas.
7. Ibu Yuni Retnowati, M.Si. selaku narasumber triangulasi sumber dalam penelitian ini, yang telah bersedia membantu dalam penelitian ini.
8. Kedua Orangtua Penulis yaitu Bapak Hendri Anwar dan Ibu Weni Arti yang selalu mendoakan, memberikan dukungan moril dan materil kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini penulis dedikasikan untuk keluarga khususnya kedua orangtua.
9. Teman-teman PERHUMAS Muda Yogyakarta yang turut membantu penulis untuk menyelesaikan penelitian pada skripsi ini.
10. Keluarga besar mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2019, terkhusus kelas A yang telah menemani penulis selama masa perkuliahan dan turut memberikan warna dan cerita semasa kuliah.
11. Semua pihak yang penulis tidak dapat sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan maupun dukungan.

Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kata sempurna, sehingga penulis membutuhkan kritik dan saran yang membangun sebagai perbaikan dan pembelajaran kedepannya. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Yogyakarta, 16 Juni 2023

Peneliti,

Anisa Oktafrian

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Telaah Pustaka	8
F. Landasan Teori.....	11
G. Kerangka Pemikiran.....	27
H. Metodologi Penelitian	28
BAB II GAMBARAN UMUM	35

A. Profil PERHUMAS Muda Yogyakarta.....	35
B. Visi Misi PERHUMAS Muda Yogyakarta.....	36
C. Tujuan Organisasi PERHUMAS Muda Yogyakarta.....	37
D. Struktur Organisasi PERHUMAS Muda Yogyakarta.....	37
E. Tugas dan Fungsi Departemen.....	38
F. Anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta Angkatan 2023.....	40
BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN	42
A. Data Informan	43
B. Motivasi Perilaku <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) Pengguna Internet	49
1. <i>Autonomy</i> Pada Perilaku <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	49
2. <i>Competence</i> Pada Perilaku <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO)	61
3. <i>Relatedness</i> Pada Perilaku <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO).....	74
BAB IV PENUTUP	87
A. Kesimpulan	87
B. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN.....	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Proses Motivasi Dasar Don Hellriegel and John W.Slocum.....	12
Gambar 2. Kerangka Pemikiran.....	27
Gambar 3. Logo PERHUMAS Muda Yogyakarta.....	35
Gambar 4. Struktur Organisasi PERHUMAS Muda Yogyakarta.....	37
Gambar 5. Kumpul anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta	52
Gambar 6. Postingan aktivitas di akun Instagram.....	57
Gambar 7. Postingan kampanye di Instagram.....	66
Gambar 8. Postingan Apresiasi Prestasi.....	69
Gambar 9. Kumpul anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta	77



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lampiran *Interview Guide*

Lampiran 2. Hasil Wawancara Narasumber 1

Lampiran 3. Hasil Wawancara Narasumber 2

Lampiran 4. Hasil Wawancara Narasumber 3

Lampiran 5. Hasil Wawancara Narasumber 4

Lampiran 6. Hasil Wawancara Triangulasi Sumber

Lampiran 7. Foto Dokumentasi



ABSTRACT

Fear of Missing Out (FoMO) is a common social phenomenon among university students in the digital era, including the members of PERHUMAS Muda Yogyakarta. It is characterized by the need to stay connected and the fear of being left behind by their peers. This research aims to analyze the driving factors behind FoMO behavior in individuals using the Self-Determination Theory (SDT) as a motivational framework. The participants in this study are students who are part of the PERHUMAS Muda Yogyakarta organization, specifically from the 2023 cohort. The research adopts a qualitative approach with a phenomenological design, and data collection involves primary data through observations and interviews, as well as secondary data through documentation. The findings of this study reveal that FoMO among the members of PERHUMAS Muda Yogyakarta is driven by their desire for achievement, competence development, and appreciation. Their aspirations and potentials, supported by the productive environment surrounding them, contribute to their motivation to establish new social connections, thus resulting in a high level of internet usage.

Keywords: Behavior, Fear of Missing Out, Motivation, Internet, Self-Determinant Theory



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, akses internet telah menjadi kebutuhan yang semakin penting bagi masyarakat Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan hasil data penelitian oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet (APJII) pada tahun 2022 yang menyatakan bahwa penduduk Indonesia yang terkoneksi internet pada 2021-2022 sebanyak 210.026.769 jiwa dari total populasi 272.682.600 jiwa (APJII, 2022 : 10). Internet sebagai sebuah media komunikasi, dapat berfungsi sebagai alat menciptakan, menyebarluaskan dan mengirimkan informasi, sehingga media internet memegang peranan penting dalam kehidupan masyarakat (Alfirahmi, 2019 : 25).

Menurut (Soetjipto 2005 dalam Umam, 2021 : 55), individu memanfaatkan internet untuk memperoleh berbagai informasi yang berkaitan dengan pendidikan, bisnis, hobi, pekerjaan, dan transaksi jual beli melalui *web-browsing* yang disediakan internet. Lebih lanjut, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (APJII, 2022 : 22), sumber informasi yang biasa digunakan oleh masyarakat Indonesia antara lain: sosial media (89,15%), obrolan *online* (73,86%), belanja *online* (21,26%), permainan *online* (14,23%), portal berita/infotainment/gossip (11,98%) dan sebagainya.

Di era ini, internet menawarkan aliran informasi yang konstan seperti berita terbaru hingga opini terhangat, sehingga siapa pun dapat mengikuti apa pun yang mereka inginkan di internet. Dalam kehidupan internet, individu dapat memberikan komentar kepada sesama pengguna ataupun dapat membuat keributan dengan pengguna lainnya (McGinnis, 2020 : 32).

Tidak bisa dipungkiri bahwa kehadiran internet telah mempermudah kehidupan masyarakat dan telah menjadi gaya hidup bagi penggunanya, baik anak-anak, remaja maupun dewasa. Internet membangkitkan hal-hal baru, sehingga penggunanya juga tertarik dengan hal-hal baru pula. Selain itu, rasa takut kehilangan informasi terbaru membuat orang betah ketika menggunakan internet dalam waktu yang lama (Ayuningtyas & Wiyono, 2020 : 414).

Dengan menggunakan internet secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu, individu dapat mengetahui lebih banyak aktivitas individu lainnya. Akibatnya, individu dapat mengalami situasi dunia seakan berputar cepat, merasa tersisih dan tertinggal ketika tidak terhubung ke internet, sehingga keadaan ini mendorong masyarakat untuk selalu ingin mengetahui segala informasi. Ketika individu tidak memiliki kontrol diri yang baik dalam situasi ini, hal maka akan menyebabkan penggunaan internet secara berlebihan, maka hal ini dapat mengarah pada fenomena baru yang disebut FoMO atau *Fear of Missing Out* (Umam, 2021 : 57).

FoMO memiliki korelasi positif dengan kelebihan informasi (Hattingh *et al.*, 2022 : 4). *Fear of Missing Out* atau biasa disingkat FoMO merupakan

rasa takut tertinggal informasi yang terjadi saat ini, terutama jika menyangkut aktivitas yang dialami oleh orang dan kelompok terdekatnya. FoMO ditandai dengan keinginan untuk tetap terhubung dengan apa yang dilakukan oleh orang lain di internet (Ayuningtyas & Wiyono, 2020 : 414).

Asal usul FoMO adalah keinginan primitif individu untuk menjadi bagian dari suatu kelompok karena adanya motivasi secara emosional dari naluri inklusif (McGinnis, 2020 : 26). Motivasi manusia didasari pada kebutuhan akan determinasi diri yang dipengaruhi oleh aspek otonomi, kompetensi, dan hubungan, sehingga jika salah satu dari aspek tersebut tidak terpenuhi, seseorang mungkin beralih ke media sosial (Wery *et al*, 2013 dalam Dewi & Sari, 2022 : 258). Determinasi diri dapat menggambarkan motivasi seseorang dalam menggunakan internet, seperti menggunakannya untuk memperoleh informasi terkini, mempertahankan kompetensi dan kemandirian, serta berhubungan dengan orang lain melalui pertukaran informasi tentang orang lain (Yu *et al.*, 2020 dalam Dewi & Sari, 2022 : 258)

Informasi yang disediakan oleh individu lainnya dapat memunculkan rasa ketakutan seseorang yang mengalami FoMO, hal ini dikarenakan timbulnya perasaan bahwa pengalaman orang lain lebih menyenangkan dan kita tidak memilikinya (Przybylski *et al.*, 2013 : 1841), sehingga dalam hal ini islam melarang manusia untuk iri terhadap apa yang telah Allah SWT beri kepada makhluk lain, hal ini tertuang dalam Q.S. An-Nisa ayat 32 yang berbunyi:

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِّلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا
اَكْتَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا اَكْتَسَبْنَ وَسَأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ
اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا

Artinya :

Dan janganlah kamu iri hati terhadap karunia yang telah dilebihkan Allah kepada sebagian kamu atas sebagian yang lain. (Karena) bagi laki-laki ada bagian dari apa yang mereka usahakan, dan bagi perempuan (pun) ada bagian dari apa yang mereka usahakan. Mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sungguh Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.

Pesan penggalan ayat *wala tatamannau ma faddala Allah bihi ba'dakum ala Ba'd* menurut (M. Quraish Shihab, 2009 dalam Muhammad Dalip, 2022 : 118), adalah manusia dilarang memiliki sifat tamak terhadap segala macam nikmat yang diberikan oleh Tuhan kepada orang lain. Nikmat Allah menurut ayat ini dapat berupa kekayaan, pangkat, popularitas, golongan, warisan, harta anak yatim, gender, kecerdasan, dan hal-hal lain yang berkaitan dengan kelebihan dan rezeki yang Allah berikan kepada orang lain. Allah SWT memberi setiap manusia hadiah dan segala sesuatu yang terbaik untuk memenuhi fungsi dan misi agar manusia dapat menjalankan fungsi dan misinya dalam hidup.

Pandangan lain diberikan oleh (Rasyīd Ridā dalam Riesti Yuni Mentari, 2011 : 49) yang menyatakan, “Ayat ini tidak menghalangi manusia mencapai potensi terbaiknya, karena tidak ada salahnya melihat pencapaian orang lain dengan maksud tujuan agar dapat berusaha keras untuk menyamainya. Dalam dirinya, seolah-olah ia berkata bahwa fokuslah pada apa yang bisa ia capai, dan jangan memberikan perhatian kepada apa yang

berada di luar jangkauannya. Karena kesuksesan dicapai melalui kerja keras, sehingga jangan mengharapkan apa yang tidak bisa kamu lihat atau tidak bisa kamu lakukan”.

Fakta menunjukkan bahwa 40% pengguna internet di seluruh dunia mengalami FoMO, dan fenomena FoMO dialami oleh sebagian besar masyarakat (JWT Intelligence, 2012 dalam Carolina & Mahestu, 2020 : 247), sehingga beberapa tahun belakang perilaku FoMO banyak menarik simpati para peneliti untuk meneliti lebih jauh topik FoMO. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Umam, 2021) dengan judul “Harga Diri, *Neurotisme* & Kecanduan Internet Sebagai Prediktor *Fear of Missing Out* Pada Mahasiswa” menyatakan bahwa semakin besar ketergantungan mahasiswa pada internet, maka semakin besar rasa FoMO yang dialami, dan sebaliknya, semakin rendah ketergantungan mahasiswa pada internet, semakin rendah pula rasa FoMO yang ada.

Siklus FoMO akan meningkat ketika seseorang menjadi mahasiswa, hal ini disebabkan adanya transisi dari remaja masuk ke dewasa awal, dimana individu akan belajar hidup mandiri dan menjalani kehidupan sesuai apa yang diinginkan. Di ruang kuliah, mahasiswa banyak bertemu dengan mahasiswa lainnya yang berasal dari berbagai daerah dengan latar belakang pengalaman yang berbeda pula. Latar belakang dan pengalaman yang berbeda membuat hidup mereka terasa lebih berwarna daripada hidup sendiri (McGinnis, 2020 : 45).

Mahasiswa menjadi pengguna internet terbanyak berdasarkan kategori pekerjaan yaitu sebesar 99,26% (APJII, 2022 : 14), dan mahasiswa menjadi kelompok yang rentan terkena FoMO (McGinnis, 2020 : 46), sehingga peneliti melakukan observasi mengenai perilaku FoMO pada sejumlah mahasiswa yang tergabung sebagai anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023. PERHUMAS Muda Yogyakarta adalah organisasi profesi non-profit yang berfokus pada kegiatan *Public Relations* bagi mahasiswa di Yogyakarta.

Anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023 didominasi mahasiswa yang memiliki minat akan dunia kehumasan dan adaptif dengan perkembangan teknologi komunikasi dan informasi, sehingga seharusnya mereka dapat lebih bijak dalam menggunakan internet dan menyaring informasi. Meskipun demikian, hasil yang peneliti dapat ketika melakukan *pra-research* terkait perilaku FoMO pada anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta menunjukkan perilaku FoMO pada anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023 marak terjadi. Selain itu, lingkungan yang profesional, kompetitif dan berprestasi di organisasi PERHUMAS Muda Yogyakarta, dapat memberikan pemahaman lebih mengenai pengaruh motivasi perilaku FoMO pada mahasiswa akibat lingkungan sosial yang berprestasi.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik meneliti motivasi yang mendorong para mahasiswa pengguna internet berperilaku FoMO dengan menggunakan studi fenomenologi pada anggota

PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023. Oleh karena itu peneliti memberikan judul pada penelitian ini “**Motivasi Perilaku *Fear Of Missing Out (FoMO)* Pada Mahasiswa Pengguna Internet (Studi Fenomenologi Pada Anggota Perhumas Muda Yogyakarta Angkatan 2023)**”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah peneliti paparkan, maka rumusan masalah yang akan peneliti gunakan ialah “Bagaimana motivasi perilaku *Fear of Missing Out (FoMO)* pada mahasiswa pengguna internet di anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta Angkatan 2023?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk menganalisis motivasi perilaku *Fear of Missing Out (FoMO)* pada mahasiswa pengguna internet di anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk pengembangan ilmu komunikasi, khususnya dalam bidang penelitian motivasi perilaku *Fear of Missing Out*, dan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai FoMO pada perilaku mahasiswa.

- b. Bagi pembaca, penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan tentang pengalaman mengenai FoMO pada mahasiswa pengguna internet.
- c. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai permasalahan terkait, dapat lebih menyempurnakan penelitian ini.

E. Telaah Pustaka

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa hasil dari penelitian sebelumnya yang relevan untuk digunakan sebagai referensi dan bahan acuan terkait informasi. Telaah pustaka yang peneliti jabarkan bertujuan untuk menunjukkan bahwa topik yang peneliti teliti belum pernah diteliti oleh peneliti sebelumnya, dalam konteks yang sama sehingga menghindari duplikasi. Adapun beberapa telaah pustaka yang peneliti pakai ialah :

1. Penelitian yang berjudul “*Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa*” bermaksud untuk meneliti subjek FoMO dan kecanduan media dengan lokasi penelitian Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana angkatan 2018-2020. Penelitian ini menunjukkan bahwa FoMO dan kecanduan media sosial memiliki pergerakan yang searah, maka semakin tinggi kecenderungan sosial media maka akan semakin FoMO, dan hal ini berlaku sebaliknya (Rahardjo & Soetjiningsih, 2022).

Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti terletak pada subjek dan objek yang digunakan. Kesamaan

subjek yaitu sama-sama meneliti mahasiswa, dan objek yang diteliti ialah perilaku FoMO. Perbedaan kedua penelitian ini, penelitian terdahulu meneliti objek kecanduan media sosial, sedangkan peneliti menggunakan objek motivasi. Selain itu, subjek yang digunakan penelitian terdahulu ialah Mahasiswa Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana angkatan 2018-2020, sedangkan penelitian ini bersumber dari anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023 yang mengalami FoMO. Perbedaan lainnya terletak pada metode penelitian, penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif, sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi.

2. Penelitian yang berjudul “Tingkat Kecenderungan FoMO (*Fear of Missing Out*) Pada Generasi Milenial” bermaksud untuk mendeskripsikan tingkat kecenderungan FoMO pada mahasiswa Universitas Negeri Padang. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa FoMO adalah keadaan di mana seseorang merasa cemas atau khawatir, karena tidak mengetahui apa yang dilakukan orang lain di jejaring sosial. Kondisi aneh ini memaksa seseorang untuk selalu terkoneksi dengan dunia maya, sehingga orang-orang yang mengalami FoMO selalu mengecek notifikasi yang masuk di *smartphone* mereka, meski isi notifikasi tersebut tidak terlalu penting. Berdasarkan temuan di atas, diketahui bahwa kecenderungan FoMO Mahasiswa UNP diketahui berada pada kategori rendah, hal ini menunjukkan bahwa

mahasiswa UNP mengetahui cara menggunakan media sosial dengan bijak (Maysitoh & Ifdil Ardi, 2020).

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti terletak pada objek yang diteliti, yaitu sama-sama meneliti perilaku FoMO. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini terletak pada objek, subjek, dan penggunaan metode penelitian. Penelitian yang peneliti teliti menggunakan subjek mahasiswa dengan kriteria tergabung sebagai anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023, sedangkan penelitian terdahulu menggunakan subjek generasi milenial dengan fokus pada mahasiswa Universitas Negeri Padang. Adapun objek yang peneliti pakai untuk meneliti FoMO ialah dari sisi motivasi perilaku, sedangkan penelitian terdahulu menggunakan sosial media sebagai indikator besaran FoMO pada seseorang. Adapun metode penelitian yang peneliti pakai ialah kualitatif fenomenologi, sedangkan penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif.

3. Penelitian yang berjudul “Pengaruh Konsep Diri dan Regulasi diri Terhadap *Fear of Missing Out* (FoMO) Pada Mahasiswa Pengguna Instagram” menyatakan bahwa konsep diri dan regulasi diri berpengaruh terhadap FoMO. Penelitian sebelumnya menyimpulkan bahwa, semakin lemah konsep diri dan regulasi diri mahasiswa yang menggunakan Instagram, maka kemungkinan FoMO akan semakin tinggi. Namun, individu yang mengalami FoMO tidak hanya karena

mengenai regulasi diri dan konsep diri, sehingga dua faktor tersebut bukan satu-satunya yang mempengaruhi FoMO (Lailatuz Zahroh, 2022).

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan penulis terletak pada objek dan subjek yang diteliti, kedua penelitian ini sama-sama menggunakan objek perilaku FoMO dengan subjek penelitian yaitu mahasiswa. Perbedaan yang membedakan penelitian terdahulu dengan penelitian sebelumnya terletak pada objek penelitian, dimana penelitian terdahulu menggunakan konsep diri dan regulasi diri, sedangkan penelitian ini menggunakan objek motivasi untuk meneliti perilaku FoMO. Selain itu, kedua penelitian ini memiliki perbedaan pada metode penelitian, adapun penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi.

F. Landasan Teori

1. Motivasi

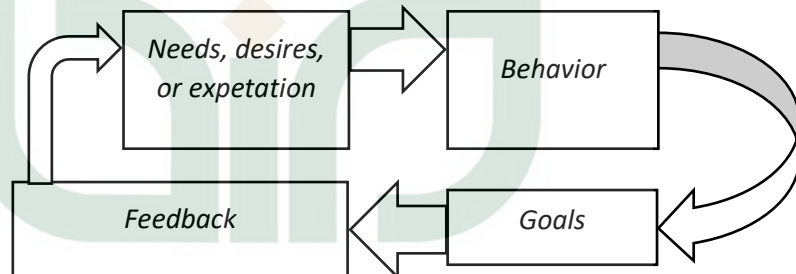
a. Konsep Motivasi

Motivasi adalah gejala psikologis berupa dorongan yang timbul dalam diri seseorang untuk secara sadar melakukan suatu tindakan untuk tujuan tertentu. Motivasi juga dapat merupakan suatu usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau sekelompok orang tertentu tergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang

diinginkan, atau merasa puas dengan perbuatan tersebut (Prihartanta, 2015 : 3)

Menurut (Don Hellriegel and John W. Slocum, 1979 dalam Hamzah, 2016 : 5) Kebutuhan yang harus dipenuhi oleh setiap orang membuat mereka berusaha keras untuk mencapai tujuan tersebut. Motivasi yang menyimpang dari kebutuhan (*need*), ini dapat menggambarkan perilaku seseorang secara umum. Namun, untuk mendapatkan apa yang diinginkannya, ia membutuhkan interaksi sebagai langkah untuk mewujudkan kebutuhannya. Proses interaksi ini disebut motivasi dasar (*basic motivations*).

Gambar 1. Proses Motivasi Dasar Don Hellriegel and John W.Slocum



Sumber : (Hamzah, 2016)

Model di atas merupakan rangkaian interaksi yang harus dilalui seseorang sesuai dengan kebutuhannya. Yang paling mendasar adalah adanya kebutuhan atau harapan yang ingin dicapai. Berawal dari kebutuhan ini, maka akan memotivasi seseorang untuk berperilaku. Perilaku yang tepat mengarah pada pencapaian tujuan, dan mencapai tujuan yang dicapai, seseorang membutuhkan umpan balik baik dari

orang maupun dirinya sendiri tentang kebutuhan yang diinginkannya (Hamzah, 2016 : 6)

Dilihat dari sumber asalnya, motivasi terbagi menjadi dua jenis, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik (Wina Sanjaya, 2008 dalam Ridho, 2020 : 4)

1) Motivasi intrinsik timbul dari rangsangan internal, atau tidak memerlukan rangsangan dari luar karena rangsangan tersebut berasal dari dalam individu, karena sesuai kebutuhannya. Misalnya seseorang ingin belajar sejarah untuk memperoleh ilmu yang sesuai dengan minat dan urgensi dari ilmu itu, maka faktor itu berasal dari dalam dirinya

2) Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari rangsangan di luar individu, misalnya seseorang mengikuti kompetisi karena ingin menjadi nomor satu. Jadi keinginan untuk menjadi yang pertama merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu

b. Teori Motivasi

Salah satu teori yang berhubungan dengan teori motivasi adalah *Self-Determination Theory (SDT)*, yang dikemukakan oleh Edward L. Deci dan Richard M. Ryan. Menurut Ryan & Deci (2017), teori determinasi diri atau teori penentuan nasib sendiri adalah teori motivasi manusia yang berkaitan dengan perkembangan kepribadian

dalam konteks sosial. Teori ini menekankan ketekunan dan tekad individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Juariyah & Adi, 2017 : 145).

Self-Determination Theory (SDT) adalah teori yang menekankan pentingnya kebebasan individu untuk bertindak sesuai dengan pilihannya, serta adanya motivasi internal individu. Jadi, ketika individu termotivasi secara ekstrinsik dan mengharapkan imbalan ekstrinsik, hasil yang dicapai adalah negatif (Vandenbos, 2008 dalam Aisafitri & Yusriyah, 2021 : 91).

Self-Determination Theory berasumsi bahwa motivasi memiliki rentang yang kontinum, artinya orang tersebut awalnya termotivasi secara eksternal, sampai mereka dapat melakukannya sendiri (Cahyorinartri, 2019 : 31). Teori penentuan nasib sendiri ini berfokus pada sifat motivasi, yaitu mengapa seseorang harus berperilaku, dengan asumsi yang mendasarinya adalah bahwa manusia adalah organisme yang aktif dan berorientasi pada pertumbuhan, dengan kecenderungan alami untuk menggabungkan elemen psikis mereka dengan perasaan batin, dan menggabungkan diri mereka pada keseluruhan struktur sosial yang lebih besar (Aisafitri & Yusriyah, 2021 : 92).

Dalam *Self Determiantion Theory*, Deci and Ryan menyatakan motivasi dibedakan dalam dua sifat (Rahman *et al.*, 2020 : 97), yaitu:

1) *Autonomous Motivation*

Motivasi otonom terdiri dari bentuk motivasi intrinsik dan ekstrinsik, yaitu ketika orang memotivasi diri sendiri, dan secara otonom, mereka mengalami kemauan, atau dukungan diri atas tindakan mereka (Rahman *et al.*, 2020 : 97). Motivasi ekstrinsik yang otonomi dapat berubah menjadi motivasi intrinsik yang di tentukan sendiri, diterima sendiri, direfleksikan sendiri sampai nyaman dan relevan dengan dirinya sendiri. Motivasi ekstrinsik ini mengarah pada pemunculan suatu perilaku (Aisafitri & Yusriyah, 2021 : 92).

2) *Controlled Motivation*

Motivasi yang dikendalikan terdiri dari regulasi eksternal dan introjeksi, dimana ketika perilaku seseorang dikendalikan, mereka mengalami tekanan untuk berpikir, merasakan, atau berperilaku dengan cara tertentu (Rahman *et al.*, 2020 : 97). Motivasi ekstrinsik yang terkendali bergantung pada penghargaan atau sanksi, dan keyakinan pribadi tentang apa yang diharapkan dari diri sendiri, menghasilkan perilaku sebagai respon terhadap tekanan karena perilaku itu dikendalikan dari luar individu (Aisafitri & Yusriyah, 2021 : 97)

Edward Deci and Ryan Richard memperkenalkan teori determinasi diri atau penentuan nasib sendiri pada tahun 1985, yang

aspek fundamentalnya adalah tiga kebutuhan dasar psikologi manusia, yaitu *autonomy, relatedness, and competence* (Aisafitri & Yusriyah, 2021 : 91).

- 1) *Autonomy* adalah kebebasan yang dimiliki individu untuk melakukan sesuatu berdasarkan pilihannya sendiri, berkaitan dengan hal-hal yang dirasakannya, dan yang bersumber pada dirinya
- 2) *Competence* adalah kemampuan individu untuk menunjukkan apa yang dapat mereka lakukan dan dapat mereka berikan untuk lingkungan
- 3) *Relatedness* adalah hubungan sosial atau relasi sosial individu yang berinteraksi dengan individu lain dalam suatu komunitas, dan memiliki rasa saling ketergantungan satu sama lain

Dengan kata lain, teori ini mengukur kemampuan untuk mengidentifikasi dan mencapai tujuan berdasarkan pengetahuan dan evaluasi diri individu, dan determinasi diri berfokus pada pengendalian diri. Determinasi diri menyangkut pengembangan diri, sehingga membawa tujuan hidup seseorang bermakna, dan dalam interaksi dengan lingkungan, individu menerima masukan dari orang lain sehingga selalu termotivasi tinggi untuk mencapai tujuannya (Yuris *et al.*, 2020 : 139)

2. Internet Sebagai Media Baru

Istilah “media baru” umumnya mengacu pada media digital yang bersifat interaktif, melibatkan komunikasi dua arah, dan melibatkan beberapa bentuk pengolahan data (Nugroho, 2020 : 30). Media baru berarti pengumpulan teknologi komunikasi digital yang berhubungan dengan internet. Media baru dapat menyalurkan informasi (perantara) dari sumber informasi kepada penerima informasi (Situmeang, 2020 : 76).

Bentuk media baru sangat beragam dan terus berkembang mengikuti perkembangan teknologi informasi dan komunikasi. Bentuk asli media baru adalah teknologi digital interaktif yang memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah, sehingga memungkinkan pengguna berkomunikasi satu sama lain melalui web. Kemajuan komunikasi dengan komputer terus berkembang dengan ditemukannya internet (Nugroho, 2020 : 35).

Salah satu teknologi yang berkembang pesat saat ini adalah internet. Disegala aspek kehidupan, internet akan sulit untuk dipisahkan. Dengan menjamurnya penyedia layanan yang menjual kuota dengan harga murah dan Wi-Fi gratis di tempat umum, menjadikan internet dekat dengan kehidupan masyarakat (Ni'mah *et al.*, 2019 : 327)

Internet adalah layanan jaringan dari komputer, bersifat internasional, terhubung ke internet melalui perangkat jaringan. Internet tidak hanya memperluas cakrawala pengguna, tetapi juga merupakan

sumber daya atau sarana hiburan yang berguna bagi pengguna, seperti untuk mendengarkan lagu *online*, menonton video, mengobrol dengan teman baru, atau bahkan bermain *games online* (Ni'mah *et al.*, 2019 : 329).

Keberadaan internet sebagai media baru dianggap sebagai ide yang revolusioner, dimana internet dapat menyebarkan informasi lebih jauh dan tidak mengenal batas waktu, berita dapat diunduh setiap waktu, serta mudah untuk diakses (Pamuji, 2019 : 115). Kemudahan akses informasi menyebabkan terbentuknya jaringan masyarakat informasi, dimana biasanya semua fungsi individu, komunitas dan organisasi saling berinteraksi, dan interaksi ini tersambung dengan jejaring internet satu sama lain (S. Arifianto, 2018 : 3).

Menurut (Situmeang, 2020 : 76), yang dikatakan sebagai media baru ialah yang memiliki unsur 4C yaitu:

a. *Computing and Information Technology*

Agar setiap medium (media massa) disebut sebagai media baru, setidaknya harus mengandung unsur informasi, komunikasi dan teknologi di dalam tubuhnya, tidak hanya salah satunya saja

b. *Communication Network*

Media baru harus mampu membentuk jaringan komunikasi antar penggunanya untuk memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah

c. Digitized Media and Content

Dengan adanya media baru, saat ini penting bahwa media massa memiliki sebuah media dan konten yang bersifat digital

d. Convergence

Media baru harus berintegrasi dengan media media lain (baik tradisional maupun modern), karena esensi konvergensi adalah integrasi antara satu media dengan media lainnya (Situmeang, 2020 : 76). Fitur utama media baru adalah interaktivitas. Interaktivitas adalah istilah sehari-hari di mana pengguna media baru terhubung ke dua atau lebih pengguna lain pada saat yang sama untuk menghasilkan, berbagi, dan menerima pesan secara bersamaan melalui teknologi informasi (Nugroho, 2020 : 36). Media baru dirancang secara dinamis untuk berkomunikasi secara efektif dan memberikan kebebasan kepada pengguna untuk memilih platform media berbeda, sesuai dengan kebutuhan dan keinginan mereka (Nugroho, 2020 : 69).

Lebih lanjut (S. Arifianto, 2018 : 55) menjabarkan ciri khas Internet sebagai media digital yang tidak dimiliki media lainnya yaitu:

- a. Semua data dan konten digitalkan dan bukan fisik seperti media massa. Konten digital adalah data komputer atau elektronik yang berupa angka yang dapat diterjemahkan oleh komputer atau perangkat keras yang dapat memodifikasi data tersebut, sehingga dapat dipahami oleh pengguna

- b. Interaktivitas, yang memungkinkan setiap orang termasuk pembaca untuk berpartisipasi langsung dalam proses pembahasan suatu pesan.
- c. Hipertekstual, yang memungkinkan pengguna mengakses konten lain dengan cepat. Hiperteks memudahkan pengguna untuk berpindah, mencari konten, dan lainnya
- d. Virtual, artinya semua objek yang diklik akan terlihat. Hal ini dikarenakan terdapat objek fisik di internet seperti media, majalah, surat kabar, dan lain-lain.
- e. Simulasi, merupakan representasi dari suatu kejadian yang dapat meningkatkan pemahaman tentangnya tanpa tanpa harus mengalami kejadian tersebut secara langsung. Kehadiran virtualisasi dapat merepresentasikan simulasi suatu peristiwa tertentu, seperti konten infografis, video hasil rekonstruksi yang dibuat dengan teknologi CGI, dan sebagainya.
- f. Terhubung, baik konten maupun pengguna internet dapat terhubung ke media internet lainnya. Misalnya, akun email yang ditautkan ke konten media lain, atau media sosial yang digunakan untuk berlangganan media *online*, dan lainnya.
- g. Individualitas, artinya hampir setiap orang bertindak atas kehendak bebasnya sendiri. Di internet tidak ada yang memaksa anda untuk berlangganan dan tidak ada yang memaksa anda untuk tidak berkomentar. Selain itu, individualitas

mencerminkan kecenderungan pengguna internet untuk menunjukkan identitasnya kepada dunia seolah-olah mereka adalah seorang selebriti.

- h. Setiap orang yang berpartisipasi di internet menikmati kebebasan berekspresi, bahkan dengan keterbatasan. Misalnya, di kolom komentar anda bisa tidak setuju atau setuju dengan isi pesan, meneruskannya, dll. Akan tetapi, jika konten komentar sudah mengarah pada isu kontroversial, menyerang karakter orang lain, dan lainnya, hal ini dapat menyebabkan sanksi tertentu bagi penggunanya, sehingga etika media harus tetap diperhatikan.
- i. Kecepatan, dimana kecepatan bisa meliputi pengaksesan dan update berita yang bisa muncul hampir setiap detik, lebih cepat dari media massa yang paling cepat sehari sekali.
- j. Diversifikasi konten, internet menawarkan berbagai macam konten. Tidak hanya dalam bentuk pesan teks, tetapi juga dalam bentuk laporan video, berita, gambar, infografis, dan siaran langsung, dan dapat diakses langsung tanpa harus beralih dari satu situs web ke situs web lainnya.
- k. Akses yang luas, internet memungkinkan banyak orang di seluruh dunia dan hampir semua umur untuk menggunakannya, sehingga penyebaran informasi sangat besar.

l. Gratis, internet umumnya tidak berbayar, kecuali anda berlangganan, sehingga semua orang bisa membaca berita dengan gratis.

m. Memiliki kemampuan transmisi bahasa yang sangat cepat karena dapat menerjemahkan berbagai Bahasa ke dalam Bahasa Indonesia dengan lebih mudah dan cepat, berkat kemudahan dan kemajuan Bahasa pemrograman dalam teknologi web.

3. *Fear of Missing Out* (FoMO)

a. Definisi *Fear of Missing Out* (FoMO)

Fear of Missing Out atau FoMO didefinisikan sebagai ketakutan yang tidak diinginkan yang muncul ketika persepsi pengalaman orang lain lebih memuaskan daripada pengalaman sendiri. Hal ini biasanya disebabkan oleh penggunaan media sosial, yang menyebabkan tekanan sosial berupa perasaan tertinggal setelah suatu peristiwa atau kehilangan pengalaman positif atau kenangan (McGinnis, 2020 : 18).

Individu yang mengalami FoMO selalu merasakan kegembiraan dan menciptakan kecanduan untuk mengakses internet. Di sisi lain, ketika individu FoMO tidak memiliki akses bebas ke internet, maka hal itu akan menimbulkan perasaan cemas, takut, dan tertekan. Dalam situasi ini, ia merasa kehilangan banyak informasi dan tidak *up to date*. Hal ini disebabkan oleh keinginan

kuat individu untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya (Ayuningtyas & Wiyono, 2020 : 414). FoMO tidak termotivasi oleh apa yang didapatnya, tetapi oleh apa yang mungkin hilang atau terlewatkan dari lingkungan sekitarnya (Carolina & Mahestu, 2020 : 70).

Inti dari FoMO adalah mimpi yang berakar pada pencarian terhadap yang lebih besar, lebih baik, dan lebih cerah dari lingkungan saat ini (McGinnis, 2020 : 18). FoMO terikat erat dengan emosi dan perasaan yang dibentuk oleh lingkungan. Semakin banyak orang membicarakan peristiwa tersebut, maka banyak pendengar yang ingin mengikuti dan berpartisipasi dalam acara tersebut. Rasa penghargaan (karena kebutuhan psikologis) itulah yang membuat seseorang bersedia mengikuti perkembangan peristiwa tersebut secara daring. Seperti disebutkan di atas, evolusi media sosial memperkuat FoMO untuk terus berkembang.

Ditambah dengan *smartphone* yang bisa dibawa kemana saja, FoMO juga akan terus dibawa kemanapun oleh pengguna internet (Carolina & Mahestu, 2020 : 71).

b. Karakteristik *Fear of Missing Out* (FoMO)

Penelitian yang dilakukan oleh (Przybylski `et al., 2013 dalam Taswiyah, 2022 : 110) menyatakan bahwa terdapat empat karakteristik individu yang terkena FoMO, yaitu:

1) Selalu mengecek media sosial

Seseorang yang FoMO cenderung memiliki rutinitas untuk melirik media sosial orang lain. Selalu *up to date* dengan apa yang ramai dibahas, apa yang sedang dilakukan dan apa yang diposting pengguna lain di media sosial.

2) Memforsir diri selalu berpartisipasi

Memaksakan diri untuk mengikuti semua kegiatan untuk meningkatkan harga dirinya lewat bermacam postingan. Mereka yang mengalami FoMO melakukannya untuk mendapatkan pujian dan eksistensi diri dari individu lainnya. Terdapat kebutuhan untuk mengunggah seluruh aktivitas yang dikerjakan untuk dimasukkan kedalam media sosial seperti Facebook, Twitter, WhatsApp ataupun Instagram.

3) Membuat "panggung pertunjukan" sendiri.

Panggung bisa di depan (*online*) atau di belakang panggung (*offline*) untuk menampilkan diri dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang mengalami FoMO percaya bahwa media sosial adalah sebuah panggung, dimana penampilan menciptakan kesan yang berkesan dan unik dibandingkan dengan pengguna lainnya.

- 4) Merasakan diri yang berkekurangan serta menginginkan yang lebih.

Orang yang mengalami FOMO seringkali tidak senang dengan situasi atau pencapaiannya saat ini. Perasaan kekurangan ini dapat muncul di berbagai bidang kehidupan, baik itu akademik, sosial, profesional, atau bidang lainnya. Mereka merasa bahwa apa yang mereka miliki atau apa yang mereka capai saat ini tidak memadai atau tidak mencukupi.

c. Faktor *Fear of Missing Out* (FoMO)

Menurut (McGinnis, 2020 : 31) ada tiga faktor yang mempengaruhi FoMO yaitu:

- 1) Akses Informasi yang Tanpa Henti

Komunikasi digital dan seluler telah membawa perubahan-perubahan besar terhadap cara kita menerima, memproses, dan menyebarkan informasi. Akses informasi telah di demokratisasi sehingga informasi mengalir dari bawah ke atas. Volume data yang begitu besar, meskipun menarik sering kali melelahkan dan mustahil untuk dihindari. Selain itu, konsumsi media digital juga dapat membuat kecanduan penggunanya. Hidup tanpa internet terasa mustahil (McGinnis, 2020 : 31). Survei diadakan (Asurion, 2018 dalam McGinnis, 2020 : 33) menemukan

bahwa kebanyakan orang Amerika percaya bahwa mereka hanya bisa bertahan satu hari tanpa ponsel. Sebagai perbandingan, para responden dalam survei yang sama mengatakan mereka juga hanya bisa bertahan satu hari tanpa air dan makanan.

2) Interkonektivitas Ekstrem

Interkonektivitas ekstrem terhadap arus informasi menyebabkan kebiasaan berbagi yang berlebihan (*oversharing*). Faktanya, media sosial memiliki daya tarik yang besar, siapapun bisa menjadi tokoh utama dalam kehidupan digitalnya. Tidak butuh waktu lama bagi media sosial untuk tumbuh dan berkembang menjadi dunia sendiri, tempat penggunanya dapat mengunggah gambar, video, opini, atau apapun yang bisa mendatangkan “like” (McGinnis, 2020 : 33)

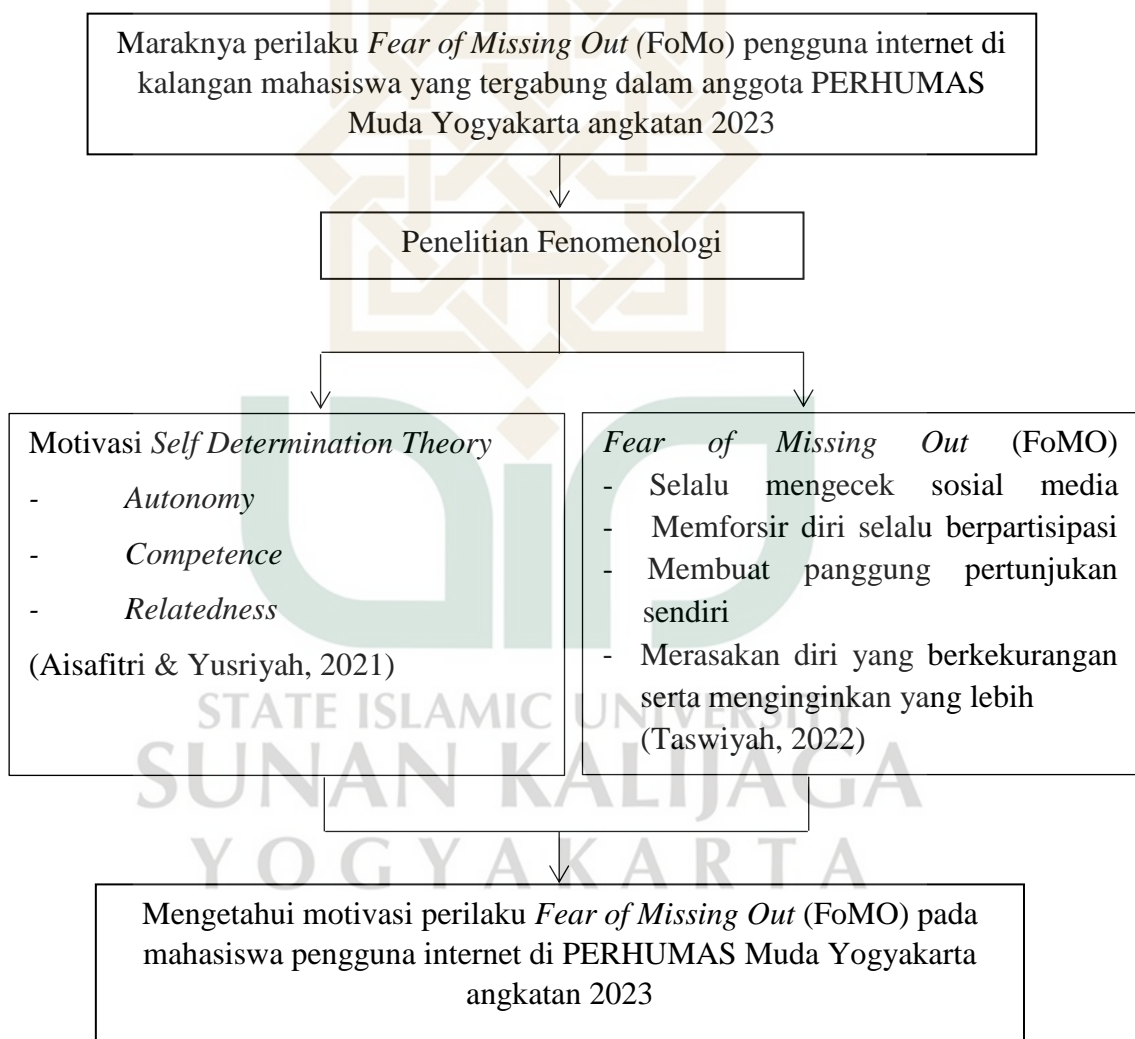
3) *Reference Anxiety*

Setiap orang selalu membandingkan dirinya dengan teman dan tetangganya. Namun secara naluriah manusia memiliki sifat kompetitif dan juga rentan merasa minder. Dengan adanya media sosial, sangat mudah bagi kita untuk membandingkan diri kita dengan orang lain. *Reference anxiety* atau kecemasan yang disebabkan oleh pengaruh orang lain. Ketimpangan informasi

menyebabkan kita tidak tahu apa yang terjadi di balik sebuah foto yang sempurna (McGinnis, 2020 : 35)

G. Kerangka Pemikiran

Gambar 2. Kerangka Pemikiran



Sumber : Olahan peneliti

H. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian fenomenologi kualitatif. Penelitian fenomenologi adalah penelitian yang didasarkan pada fenomena (*noumena*) yang diuraikan secara rinci menurut makna yang dikandungnya. Pendekatan penelitian ini dikembangkan dari filsafat fenomenologi (*phenomenological philosophy*). Tujuan penelitian fenomenologi adalah untuk memahami makna dan tanggapan atas keberadaan individu dalam masyarakat, serta pengalaman-pengalaman yang dipahami individu dalam interaksi dengan lainnya (Harahap, 2020 : 43).

Para ahli fenomenologi mempercayai bahwa dalam kehidupan manusia terdapat banyak cara untuk menafsirkan pengalaman manusia, salah satunya melalui interaksi seseorang dengan orang lain, dan darisitu akan memunculkan makna terhadap pengalaman realitas (Harahap, 2020 : 136), sehingga penelitian fenomenologi dapat meneliti lebih dalam mengenai motivasi yang mendorong para pengguna internet untuk berperilaku FoMO.

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek atau informan adalah pihak yang memberikan informasi selengkap, sedalam, dan sedetail mungkin tentang berbagai informasi yang ingin peneliti gali. Subjek penelitian

berupa individu, institusi, ataupun masyarakat. Dan subjek penelitiannya relatif kecil. Namun fokus dan variabel yang diteliti cukup luas (Harahap, 2020 : 45).

Penentuan subjek atau informan menggunakan teknik *purposive sampling*, sehingga yang dipilih sebagai informan berdasarkan beberapa pertimbangan tertentu, dan penelitian harus dapat menjelaskan kenapa orang-orang tertentu yang dijadikan sampel (Amir Hamzah, 2020 : 20)

Pada penelitian ini, subjek atau informan yang diteliti ialah AM dari Ilmu Komunikasi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Yogyakarta, MC dari Ilmu Komunikasi Universitas Atma Jaya Yogyakarta, IGT dari Ilmu Komunikasi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta dan FA dari Hubungan Internasional Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Peneliti memilih subjek tersebut karena ketika *pra-research* yang bersangkutan menyatakan pernah mengalami perilaku FoMO, dan setiap subjek memiliki latar belakang universitas yang berbeda serta aktif menggunakan internet dikesehariannya.

b. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah yang diteliti dalam sebuah penelitian, objek penelitian merupakan sifat dari seseorang atau kegiatan yang mempunyai variabel tertentu yang ditetapkan untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Dalam penelitian kualitatif, objek

penelitian lebih sedikit dibandingkan penelitian kuantitatif karena lebih menekankan pada kedalaman data, bukan kuantitas data (Harahap, 2020 : 125). Objek penelitian pada penelitian ini adalah Motivasi dan Perilaku FoMO yang dilakukan oleh para subjek dari PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023.

3. Metode Pengumpulan Data

Mengenai metode pengumpulan data, ada dua jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer penelitian diperoleh langsung dari sumbernya melalui pengukuran, angket, observasi, wawancara dan perhitungan lainnya. Sedangkan data sekunder adalah informasi yang diperoleh secara tidak langsung dari orang lain seperti pihak yang berwenang, dapat berupa laporan, profil, panduan, atau pustaka (Hardani *et al.*, 2022 : 247)

Data primer yang peneliti gunakan berasal dari mahasiswa yang mengalami FoMO dan tergabung sebagai anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023, yang diperoleh melalui wawancara terkait motivasi perilaku FoMO yang terjadi pada mereka akibat penggunaan internet. Data sekunder yang peneliti gunakan berasal dari studi berbagai literatur seperti jurnal, buku-buku, *internet searching*, dan dokumentasi sebagai pendukung data yang telah dihasilkan dari data primer.

Pada metode pengumpulan data, peneliti menggunakan beberapa metode yang digunakan untuk mengumpulkan data. Adapun metode yang digunakan yakni:

a. Wawancara

Wawancara adalah proses komunikasi atau interaktif yang mengumpulkan informasi melalui tanya jawab antara peneliti dengan informan atau subjek penelitian. Tujuan dari wawancara adalah untuk memperoleh informasi yang mendalam tentang tema yang diangkat (Amir Hamzah, 2020 : 87). Menurut (Farid, 2018 : 46), kegiatan pengumpulan data utama penelitian fenomenologi adalah wawancara mendalam atau wawancara kualitatif. Dengan metode ini, hakikat dari fenomena yang diamati dapat diceritakan dari sudut pandang orang pertama (yang mengalaminya secara langsung).

Dalam penelitian fenomenologi biasanya bersifat informal, interaktif, dan dilakukan melalui tanya jawab terbuka. Saat wawancara, yang terpenting adalah menggali data lebih dalam (Farid, 2018 : 47). Adapun kriteria informan yang diwawancarai adalah mahasiswa yang mengalami FoMO, aktif menggunakan internet, memiliki latar belakang universitas yang berbeda, dan tergabung sebagai anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023.

b. Observasi

Observasi adalah kegiatan yang menggunakan panca indera penglihatan, penciuman, atau pendengaran untuk memperoleh informasi yang diperlukan dan menjawab masalah penelitian. Observasi dilakukan untuk melihat gambaran yang sebenarnya tentang peristiwa atau kejadian, sehingga dapat menjawab pertanyaan penelitian (Amir Hamzah, 2020 : 89). Peneliti mengobservasi anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta angkatan 2023 dengan subjek yang diteliti para anggota yang pernah mengalami FoMO.

c. Dokumentasi

Dokumentasi berasal dari kata "*document*", yang berarti sesuatu yang tertulis. Salah satu metode dokumentasi adalah pengumpulan informasi dengan merekam data-data yang ada.

Data yang diambil menggunakan teknik dokumentasi biasanya merupakan data sekunder (Hardani dkk, 2022 : 150). Dokumentasi yang peneliti gunakan ialah foto kegiatan selama proses penelitian berlangsung, seperti wawancara dan observasi.

4. Metode Analisis Data

Menurut (Miles dan Huberman, 1984 dalam Amir Hamzah, 2020 : 93), aktivitas dalam analisis harus dilakukan secara interaktif dan

berlangsung secara terus menerus sampai data yang diperoleh jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*.

a. Reduksi Data

Data yang diperoleh di lapangan dicatat secara teliti dan rinci. Untuk menghindari penumpukan data maka dilakukan reduksi data yaitu dengan merangkum, memilih hal pokok, memfokuskan pada hal penting, mencari tema dan polanya, membuang hal yang tidak perlu hingga memberikan gambaran yang lebih jelas (Amir Hamzah, 2020 : 93).

b. Penyajian Data

Penyajian data bertujuan untuk memudahkan pengorganisasian dan penyusunan pola dalam hubungan. Data yang telah direduksi dapat disajikan dalam bentuk uraian teks naratif, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart*, grafik atau matrik (Amir Hamzah, 2020 : 93).

c. Penarikan Kesimpulan atau Verifikasi

Verifikasi adalah tingkat pencapaian kebenaran (*approximate of truth*) dari kesimpulan atau konklusi (*propositions* atau *inferences*). Penarikan kesimpulan dilakukan untuk mengetahui bagaimana hasil yang didapatkan dari sebuah penelitian berdasarkan data yang telah diperoleh (Amir Hamzah, 2020 : 94)

5. Keabsahan data

Pada keabsahan data, kredibilitas data diuji menggunakan triangulasi. Triangulasi didefinisikan sebagai teknik pengumpulan data dengan menggabungkan sumber data yang telah ada (Hardani *et al.*, 2022 : 154).

Tujuan triangulasi bukan untuk menemukan kebenaran tentang suatu fenomena, melainkan meningkatkan pemahaman peneliti tentang apa yang telah ditemukan. (Hardani *et al.*, 2022 : 156). Untuk menguji keakuratan data, peneliti menggunakan triangulasi sumber. Triangulasi sumber digunakan untuk menguji kredibilitas data dari berbagai sumber yang berbeda (Hardani *et al.*, 2022 : 155).

Pada penelitian ini selain peneliti mewawancarai para anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta yang mengalami FoMO, peneliti juga mewawancarai ibu Yuni Retnowati, M.Si., selaku akademisi yang memiliki *concern* di bidang Psikologi Komunikasi untuk memverifikasi hasil temuan peneliti.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti jabarkan, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa pengguna internet di PERHUMAS Muda Yogyakarta disebabkan oleh kebutuhan untuk mendapatkan prestasi, kompetensi, dan juga apresiasi. Hal ini karena para anggota PERHUMAS Muda Yogyakarta memiliki lingkungan sosial yang profesional, sehingga mereka terdorong untuk mengikuti apa yang lingkungan sekitarnya dapatkan.

Secara keseluruhan, kebutuhan akan *autonomy, competence, and relatedness* saling mempengaruhi satu dengan lainnya. *Autonomy* pada mahasiswa PERHUMAS Muda Yogyakarta merupakan hasil dari interaksi kompleks antara *competence* dan *relatedness*. Mereka merasa perlu untuk membuktikan kompetensi mereka dan mendapatkan pengakuan dari orang lain, sementara juga menginginkan hubungan sosial yang kuat dan keterhubungan dengan individu lain. Dalam upaya untuk memenuhi kedua kebutuhan ini, mereka menggunakan media sosial sebagai sarana untuk mengendalikan ekspresi diri mereka, berpartisipasi dalam aktivitas yang sedang tren, dan menciptakan panggung pertunjukan sendiri.

Meskipun perilaku FoMO yang mereka rasakan menghasilkan perasaan tertinggal, tidak percaya diri, dan sebagainya, namun mereka dapat memanfaatkan FoMO sebagai motivasi untuk menjadi lebih baik, dan

autonomy pada mahasiswa FOMO merupakan perpaduan antara dorongan untuk meraih keunggulan pribadi dan keinginan untuk terhubung dengan orang lain.

B. Saran

Dalam penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dan kelemahan. Akan tetapi hal tersebut dapat menjadi pembelajaran bagi peneliti sendiri dan juga peneliti selanjutnya yang akan membahas topik serupa. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran terkait motivasi perilaku FoMO, yaitu:

1. Bagi mahasiswa yang mengalami FoMO, peneliti berharap mahasiswa dapat membangun kesadaran diri yang kuat, menetapkan prioritas yang jelas, mengatur waktu dan penggunaan internet dengan bijak, serta mengembangkan relasi yang baik di dunia digital maupun nyata.
2. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan pengembangan lebih terkait perilaku *Fear of Missing Out* baik di lingkup remaja, anak-anak ataupun dewasa, dan dapat menggunakan metode penelitian lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ja'far Muhammad Bin Jarir Ath-thabari. (2008). *Jami' Al Bayan An Ta'wil Yi Al-qur'an*. Pustaka Azzam.
- Aisafitri, L., & Yusriyah, K. (2021). Kecanduan Media Sosial (FOMO) Pada Generasi Milenial. *Jurnal audience*, 4(01), 86–106. <https://doi.org/10.33633/ja.v4i01.4249>
- Alfirahmi. (2019). Fenomena Kopi Kekinian Di Era 4 . 0. *Jurnal Lugas*, 3(1), 24–32.
- Amir Hamzah. (2020). *Metode Penelitian Fenomenologi* (Nur Azizah Rahma (ed.); 1st ed.). Literasi Nusantara.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2022). Profil Internet Indonesia 2022. *Apji.or.od, june*, 10. Apji.or.id
- Ayuningtyas, R. F., & Wiyono, B. D. (2020). Studi Mengenai Kecanduan Internet Dan Fear Of Missing Out (FOMO) Pada Siswa Di SMK Negeri 1 Driyorejo. *Jurnal BK Unesa*, 11(4), 413–419. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/33592>
- Cahyorinartri, N. (2019). Motivasi Mahasiswa Berorganisasi Di Kampus. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(2), 27–38. <https://doi.org/10.17509/insight.v2i2.14158>
- Carolina, M., & Mahestu, G. (2020). Prilaku Komunikasi Remaja Dengan Kecenderungan FOMO. *JRK (Jurnal Riset Komunikasi)*, 11(1). <https://doi.org/10.31506/jrk.v11i1.8065>
- Dewi, F. I. R., & Sari, M. P. (2022). *Motivation For Instagram Use, Passive Instagram Use And Fear Of Missing Out (FOMO)*. *Jurnal komunikasi*, 14(1), 251. <https://doi.org/10.24912/jk.v14i1.18592>
- Farid, M. (2018). *Fenomenologi Dalam Penelitian Sosial* (cetakan 1). Kencana.
- Hamzah B. Uno. (2016). *Teori Motivasi & Pengukurannya : Analisis Di Bidang Pendidikan*. Bumi aksara.
- Harahap, N. (2020). Penelitian Kualitatif. In D. H. S. M.A (ed.), *Aal Ashari* (1st ed.). Wal ashari.
- Hardani. (2022). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (h. Abadi (ed.); Cetakan 1, Issue Maret). Pustaka ilmu.
- Hattingh, M., Dhir, A., Ractham, P., Ferraris, A., & Yahiaoui, D. (2022). *Factors Mediating Social Media-Induced Fear Of Missing Out (FOMO) and Social Media Fatigue: A Comparative Study Among Instagram and Snapchat Users. Technological Forecasting and Social Change*, 185(april 2021), 122099. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2022.122099>

- Juariyah, L., & Adi, S. S. (2017). Pengujian Teori Motivasi Determinasi Diri (*Self Determination Theory*). *Ekonomi Bisnis*, 22(2), 143–150. [Http://journal2.um.ac.id/index.php/ekobis/article/download/2367/1426](http://journal2.um.ac.id/index.php/ekobis/article/download/2367/1426)
- Lailatuz Zahroh, I. F. S. (2022). Pengaruh Konsep Diri Dan Regulasi Diri Terhadap *Fear Of Missing Out* (FOMO) Pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Al-irsyad*, 105(2), 1103–1109. [Https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf](https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf)
- Maysitoh, & Ifdil Ardi, z. (2020). Tingkat Kecenderungan FOMO (*Fear Of Missing Out*) Pada Generasi Millennial. *Journal of Counseling Education and Society*, 1(1), 1–4.
- Muhammad Dalip. (2022). Tafsir Saintifik Tentang Kecerdasan. *Al-mutsla*, 4(2), 115–124. [Https://doi.org/10.46870/jstain.v4i2.281](https://doi.org/10.46870/jstain.v4i2.281)
- Nasrul Umam, d. R. P. R. (2021). Harga Diri, Neurotisme & Kecanduan Internet Sebagai Prediktor *Fear Of Missing Out* Pada Mahasiswa. Prosiding Seminar Nasional 2021 Fakultas Psikologi Umby, 55–69.
- Ni'mah, U., Tjahjono, A. B., & Shidiq, G. (2019). Pemanfaatan Internet Sebagai Sumber Belajar Pendidikan Agama Islam. *Conference On Islamin Studies (Cois)*, 326–340.
- Nugroho, c. (2020). *Cyber Society* “Teknologi, Media baru, Dan Disrupsi Informasi” (cetakan 1). Kencana. [Https://doi.org/978.623.218.740.5](https://doi.org/978.623.218.740.5)
- Pamuji, e. (2019). Media Cetak VS Media Online (Perspektif Manajemen Dan Bisnis Media Massa) (cetakan 1). Unitomo Press. [Https://doi.org/978-623-91788-2-6](https://doi.org/978-623-91788-2-6)
- Patrick J. McGinnis. (2020). *Fear Of Missing Out by Patrick J. McGinnis*.
- Prihartanta, W. (2015). Teori-Teori Motivasi. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 1(83), 1–11.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). *Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out. Computers In Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. [Https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014](https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014)
- Rahardjo, I. K. D., & Soetjningsih, C. H. (2022). *Fear Of Missing Out* (FOMO) Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 460–465. [Https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.328](https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.328)
- Rahman, F., Abdillah, H. Z., & Hidayah, N. (2020). Determinasi Diri Sebagai Prediktor *School Wellbeing* Pada Siswa SMP. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(1), 94. [Https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6336](https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6336)
- Ridho, M. (2020). Teori Motivasi McClelland dan Implikasinya Dalam Pembelajaran PAI. *Jurnal Studi Keislaman dan Ilmu Pendidikan*, 8, 1–16.

- Riesti Yuni Mentari. (2011). *Penafsiran Al-Sya'rawi Dalam Al-qur'an*.
- S. Arifianto. (2018). *Praktik Budaya Media Digital Dan Pengaruhnya* (1st ed.). Aswaja Pressindo.
- Sayyid Quthb. (2013). *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an Di Bawah Naungan Al-Qur'an (Surah Ali Imran - An-Nisaa' 70) jilid 2*. Gema Insani Press.
- Situmeang, I. V. (2020). *Media Konvensional dan Media Online*. In *Media Konvensional dan Media Online*. Graha Ilmu.
- Taswiyah, T. (2022). Mengantisipasi Gejala *Fear Of Missing Out* (FOMO) Terhadap Dampak Sosial Global 4.0 Dan 5.0 Melalui Subjective Well-Being Dan Joy Of Missing Out (JOMO). *Jurnal Pendidikan Karakter Jawara (Jujur, Adil, Wibawa, Amanah, Religius, Akuntabel)*, 8(1), 103–119.
- Yuris, E., Darmayanti, N., & Minauli, . (2020). Hubungan Peran Ayah Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Determinasi Diri Pada Remaja Pecandu Narkoba Di Klinik Pemulihan Adiksi Medan Plus The Relationship Of Father's Role And Peer Social Support With Self-Determination In Adolescent Drug Addicts In . *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(2), 138–153. [Http://jurnalmahasiswa.uma.ac.id/index.php/](http://jurnalmahasiswa.uma.ac.id/index.php/)

