

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Media sosial telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan sehari – hari, terutama bagi generasi muda seperti mahasiswa. Dengan adanya platform seperti instagram, dan tiktok, mahasiswa semakin mudah mengakses informasi serta berinteraksi dengan teman sebaya dan masyarakat luas. Namun, dibalik manfaatnya, penggunaan media sosial yang berlebihan juga menimbulkan berbagai dampak psikologis, salah satunya adalah fenomena *Fear Of Missing Out* (FOMO).¹

FOMO merupakan perasaan cemas atau takut tertinggal informasi dan pengalaman yang dialami oleh orang lain, terutama yang ditampilkan melalui media sosia². FOMO berkaitan erat dengan penggunaan media sosial secara intensif dan dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis seseorang.

¹ Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). *Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out*

² Penelitian yang dilakukan oleh Przybylski et al. (2013).

Mahasiswa sering kali merasa perlu untuk selalu mengikuti tren, kegiatan, atau gaya hidup tertentu yang mereka lihat di *platform digital*. Hal ini dapat menyebabkan stress, kecemasan, bahkan menurunkan tingkat kepuasan hidup. Selain itu, kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain di media sosial dapat mempengaruhi pola pikir dan perilaku mahasiswa, termasuk dalam pengambilan keputusan serta interaksi social di dunia nyata. Mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) UIN FAS Bengkulu sebagai kelompok akademik yang erat kaitannya dengan dunia media dan komunikasi, tentu memiliki tingkat keterpaparan yang tinggi terhadap media sosial. Hal ini berpotensi memunculkan perilaku FOMO yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis, gaya hidup, hingga pola konsumsi informasi mereka. Sebagai calon komunikator dan penyiar Islam, pemahaman tentang dampak media sosial terhadap psikologi individu menjadi krusial agar mereka dapat menggunakan media secara bijak dan efektif.

Media sosial telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan mahasiswa, termasuk mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) UIN FAS Bengkulu. Platform seperti Instagram, TikTok, dan WhatsApp tidak hanya digunakan sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media komunikasi, pertukaran informasi, serta pembentukan eksistensi diri di ruang digital. Bagi mahasiswa KPI yang secara akademik mempelajari dunia komunikasi, keterlibatan dalam media sosial menjadi semakin intens karena berkaitan dengan kebutuhan informasi, tren, dan interaksi sosial.

Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan peneliti di lingkungan mahasiswa KPI, ditemukan bahwa sebagian mahasiswa menunjukkan intensitas penggunaan media sosial yang tinggi, bahkan saat proses diskusi akademik berlangsung. Beberapa mahasiswa mengaku merasa gelisah ketika tidak mengakses media sosial dalam waktu tertentu. Kondisi ini mengindikasikan adanya kecenderungan *Fear of Missing Out* (FOMO), yaitu rasa takut tertinggal informasi dan aktivitas

sosial yang sedang berlangsung di ruang digital. Fenomena tersebut menarik untuk dikaji lebih lanjut karena berpotensi memengaruhi komunikasi interpersonal dan kondisi psikologis mahasiswa.

Fenomena FOMO dalam penelitian ini tidak hanya dipahami sebagai konsep teoretis, tetapi tampak nyata dalam pengalaman informan. Beberapa informan mengaku merasa gelisah dan tidak tenang ketika tidak membuka media sosial dalam jangka waktu tertentu. Rasa cemas tersebut muncul karena adanya kekhawatiran tertinggal informasi, percakapan, atau aktivitas teman sebaya yang sedang berlangsung di ruang digital. Kondisi ini menunjukkan bahwa keterhubungan sosial melalui media digital menjadi kebutuhan psikologis yang cukup kuat.

Selain kecemasan, penelitian ini juga menemukan adanya tekanan sosial untuk terus aktif dan responsif di media sosial. Informan mengungkapkan perasaan tertekan untuk selalu memperbarui informasi atau mengikuti percakapan agar tetap dianggap terlibat dalam lingkungan pertemanan. Tekanan

tersebut tidak jarang menimbulkan kelelahan emosional serta interaksi yang dilakukan bukan semata-mata karena kebutuhan pribadi, melainkan karena dorongan untuk menjaga eksistensi sosial.

Dalam konteks mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu, fenomena ini menjadi penting untuk diteliti karena mereka merupakan calon komunikator dan penyiar Islam yang diharapkan mampu menggunakan media secara bijak, etis, dan proporsional. Jika penggunaan media sosial justru memicu kecemasan, tekanan sosial, dan gangguan konsentrasi belajar, maka hal ini perlu dikaji secara mendalam untuk memahami dampaknya terhadap perilaku komunikasi mereka.

Berdasarkan realitas tersebut, penelitian ini difokuskan untuk menganalisis bagaimana dampak media sosial terhadap perilaku *Fear of Missing Out* (FOMO) mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu, serta bagaimana fenomena tersebut memengaruhi pola komunikasi mereka dalam kehidupan sehari-hari.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Dampak *fear of missing out* (FOMO) pada Perilaku Komunikasi Mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu?

C. Batasan Masalah

1. FOMO (*Fear of Missing Out*) yang dimaksudkan dalam penelitian ini difokuskan pada perilaku komunikasi mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu.
2. Subjek penelitian dibatasi pada mahasiswa aktif Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) UIN FAS Bengkulu tahun 2021.
3. Media sosial yang dimaksud dalam penelitian ini adalah *platform* yang paling sering digunakan mahasiswa, seperti *WhatsApp, Instagram, dan TikTok*.

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini, yaitu untuk mengetahui dan menganalisis Dampak *fear of missing out* (FOMO) pada Perilaku Komunikasi Mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dapat tercapai apabila rumusan masalah dapat terjawab dan bisa dijabarkan dengan baik oleh penulis, dan manfaat penelitian dapat di bagi menjadi dua, yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian dalam bidang komunikasi, khususnya mengenai dampak media sosial terhadap perilaku individu, terutama fenomena FOMO. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan topik serupa.

2. Manfaat Praktis

Bagi mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu, penelitian ini dapat membantu mereka dalam memahami dampak penggunaan media sosial secara lebih bijak dan mengurangi perilaku FOMO. Bagi akademisi, penelitian ini dapat menjadi bahan kajian tambahan dalam

memahami pola perilaku mahasiswa di era digital. Dan bagi masyarakat umum, penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya penggunaan media sosial yang sehat dan tidak berlebihan.

F. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu

Berikut beberapa penelitian terkait yang telah peneliti baca. Penelitian *pertama* yang relevan adalah penelitian Rahardjo, L. K. D., & Soetjiningsih, C. H. (2022) yang berjudul “*Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa*”. dalam penelitiannya di Universitas Negeri Jakarta menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara FOMO dengan kecanduan media sosial, dengan koefisien korelasi sebesar 0,521. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat FOMO, semakin tinggi pula kecenderungan kecanduan media sosial. Penelitian ini relevan untuk melihat bagaimana perilaku komunikasi mahasiswa dipengaruhi oleh kecemasan untuk selalu terhubung.

Penelitian Rahardjo dkk. (2025) memiliki persamaan dengan penelitian ini, yakni sama-sama membahas fenomena *Fear of Missing Out* (FOMO) dan keterkaitannya dengan penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa. Kedua penelitian sama-sama menekankan bahwa FOMO dapat memengaruhi perilaku mahasiswa dalam berinteraksi dan berkomunikasi di ruang digital. Namun, terdapat perbedaan fokus penelitian. Rahardjo dkk. lebih menitikberatkan pada hubungan antara FOMO dengan kecanduan media sosial melalui pendekatan kuantitatif, sehingga hasilnya berupa angka korelasi yang menunjukkan tingkat keeratan hubungan. Sementara itu, penelitian ini difokuskan pada perilaku komunikasi mahasiswa KPI UINFAS Bengkulu dengan pendekatan kualitatif, sehingga diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana FOMO memengaruhi cara mahasiswa berkomunikasi, baik di media sosial maupun dalam interaksi sosial sehari-hari.

Penelitian *Kedua* karya Rahmawati Latief (UIN Alauddin Makassar, 2024) dengan judul “Analisis Dampak Perilaku *Fear of Missing Out* (FOMO) di Kalangan Pengguna Media Sosial”. Penelitian ini merupakan tinjauan literatur sistematis terhadap 14 artikel empiris yang terbit antara tahun 2018–2024. Hasilnya menemukan adanya sebelas dampak negatif dari perilaku FOMO, terutama pada kalangan remaja dan mahasiswa generasi Z.³

Persamaan dengan penelitian ini sama-sama menyoroti dampak perilaku FOMO pada mahasiswa sebagai salah satu kelompok yang rentan. Fokus pada pengaruh media sosial terhadap munculnya perilaku FOMO. Dan menekankan bahwa FOMO berdampak pada aspek psikologis dan sosial mahasiswa.

Perbedaan dengan penelitian ini, yaitu Pendekatan Penelitian Rahmawati menggunakan tinjauan literatur sistematis dari berbagai artikel. Penelitian ini menggunakan

³ Latief, R. (2024). Analisis Dampak Perilaku Fear of Missing Out (FoMO) di Kalangan Pengguna Media Sosial. *AL-IRSYAD AL-NAFS: Jurnal Bimbingan dan Penyuluhan Islam*, 11(1), 31–46.

pendekatan lapangan (*field research*) dengan metode wawancara langsung pada mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu. Konteks objek penelitian Rahmawati membahas FOMO secara umum pada remaja dan mahasiswa (generasi Z). Penelitian ini lebih khusus, yaitu mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu. Fokus analisis Penelitian Rahmawati lebih menekankan pada identifikasi dampak FOMO berdasarkan hasil studi literatur. Penelitian ini selain membahas dampak, juga menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya FOMO secara mendalam.

Penelitian *Ketiga* dengan judul “Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Perasaan FOMO pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area” Penulis Jasmine Talitha Azzahra Nasution (Universitas Medan Area, 2024) Studi ini meneliti hubungan antara intensitas penggunaan Instagram dengan perasaan FOMO pada mahasiswa. Hasilnya menunjukkan adanya pengaruh positif signifikan, artinya semakin tinggi intensitas

penggunaan Instagram, maka semakin tinggi pula tingkat FOMO yang dialami mahasiswa.⁴

Kesamaan dengan penelitian ini, yaitu Sama-sama meneliti fenomena FOMO pada mahasiswa. Melihat media sosial sebagai faktor pemicu utama FOMO dan menunjukkan bahwa tingginya intensitas penggunaan media sosial berhubungan dengan meningkatnya perasaan FOMO.

Perbedaan dengan penelitian ini, yaitu Metode Penelitian Jasmine menggunakan pendekatan kuantitatif dengan mengukur hubungan intensitas penggunaan Instagram dan tingkat FOMO secara statistik sedangkan Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui wawancara mendalam untuk menggali pengalaman mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu. Objek media sosial Penelitian Jasmine fokus hanya pada Instagram sedangkan Penelitian ini mencakup beberapa platform media sosial populer (*Instagram, WhatsApp, TikTok, Facebook*).

⁴Nasution, J. T. A. (2024). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Perasaan FoMO (Fear of Missing Out) pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area [Skripsi, Universitas Medan Area]. Digital Repository Universitas Medan Area.

Penelitian Jasmine hanya berfokus pada hubungan antara intensitas penggunaan Instagram dan FOMO sedangkan Penelitian ini lebih luas, meneliti dampak penggunaan media sosial terhadap FOMO serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Lokasi dan subjek Penelitian Jasmine dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area sedangkan Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa KPI UINFAS Bengkulu, dengan latar belakang akademik dan budaya yang berbeda.

Penelitian *Keempat* Judul “Perilaku *Fear of Missing Out* pada Mahasiswa Pengguna TikTok” Utami Niki Kusaini (Universitas Jambi, 2024) Penelitian ini menyelidiki perilaku FOMO pada mahasiswa pengguna TikTok. Melalui metode survei dan wawancara, studi ini mengevaluasi dampak FOMO terhadap kebiasaan penggunaan TikTok, kesejahteraan emosional, dan produktivitas akademik mahasiswa.⁵

⁵ Kusaini, U. N., Wulandari, L., Raja Guk Guk, R., Cahya, B. D. I., Fitriana, D., Regilsa, M., ... Ferdiansyah, M. (2024). Perilaku *Fear Of Missing Out* (FOMO) Pada Mahasiswa Pengguna TikTok. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 5104–5114.

Kesamaan dengan penelitian ini Sama-sama meneliti fenomena FOMO pada mahasiswa. menggunakan pendekatan kualitatif (meskipun penelitian Utami juga menggabungkan survei) untuk menggali perilaku dan dampak FOMO dan membahas dampak FOMO terhadap kehidupan mahasiswa, baik dari segi emosional maupun aktivitas akademik melihat media sosial sebagai faktor penting yang memengaruhi munculnya FOMO.

Perbedaan dengan penelitian ini *Platform* media sosial Penelitian Utami fokus hanya pada TikTok sedangkan Penelitian ini mencakup beberapa media sosial (*Instagram, WhatsApp, dan TikTok*) yang digunakan mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu. Fokus analisis Penelitian Utami menitikberatkan pada dampak FOMO terhadap kebiasaan penggunaan TikTok, kesejahteraan emosional, dan produktivitas akademik sedangkan Penelitian ini selain mengkaji dampak juga mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi FOMO (misalnya lingkungan pergaulan, budaya, dan intensitas penggunaan media sosial). Lokasi dan

subjek Penelitian Utami dilakukan pada mahasiswa Universitas Jambi sedangkan Penelitian ini difokuskan pada mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu, sehingga konteks budaya dan lingkungan sosial berbeda.

Penelitian *Kelima* Judul “Pengaruh Media Sosial Instagram dan Pergaulan Teman Sebaya terhadap Perilaku FOMO pada Mahasiswa Unissula” Zahra Tsabisa Mustofa (Universitas Islam Sultan Agung, 2024) Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan Instagram dan interaksi teman sebaya terhadap perilaku FOMO pada mahasiswa Unissula. Hasilnya menunjukkan bahwa kedua faktor tersebut berkontribusi signifikan dalam meningkatkan perilaku FOMO.⁶

Kesamaan dengan penelitian ini Sama-sama meneliti perilaku FOMO pada mahasiswa. melihat media sosial sebagai salah satu pemicu utama FOMO. mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya FOMO, tidak hanya

⁶ Mustofa, Z. T. (2024). Pengaruh Media Sosial Instagram dan Pergaulan Teman Sebaya terhadap Perilaku FoMO pada Mahasiswa UNISSULA (Studi pada Mahasiswa Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi) [Skripsi Sarjana, Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. Repository Universitas Islam Sultan Agung.

dampaknya saja. menegaskan bahwa mahasiswa merupakan kelompok yang rentan terhadap FOMO.

Perbedaan dengan penelitian ini Faktor yang diteliti Penelitian Zahra fokus pada Instagram dan pergaulan teman sebaya sedangkan Penelitian ini mencakup lebih banyak media sosial (*Instagram, WhatsApp, TikTok, dan Facebook*) serta faktor-faktor lain seperti budaya, intensitas penggunaan, dan lingkungan akademik. Metode penelitian Penelitian Zahra menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengukur pengaruh secara statistic sedangkan Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan wawancara mendalam untuk memahami pengalaman mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu. Konteks Penelitian Zahra dilakukan pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung (Unissula) sedangkan Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu, dengan latar belakang akademik dan budaya yang berbeda.

Penelitian *Keenam* Judul “Hubungan Penggunaan Media Sosial TikTok dengan FOMO (*Fear of Missing Out*)

pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Lin Al Ana Effy Wardati Maryam (Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2024). Penelitian ini meneliti hubungan penggunaan media sosial TikTok dengan tingkat FOMO pada mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan TikTok berpengaruh sebesar 10,5% terhadap FOMO, yang berarti semakin intens penggunaan TikTok, semakin tinggi pula perasaan FOMO yang muncul.⁷

Kesamaan dengan penelitian ini sama-sama membahas fenomena FOMO pada mahasiswa, melihat media sosial sebagai faktor pemicu FOMO. Menekankan adanya hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan meningkatnya tingkat FOMO.

Perbedaan dengan penelitian ini fokus media sosial. Penelitian Lin Al Ana hanya meneliti TikTok sedangkan penelitian ini meneliti beberapa media sosial populer sekaligus (*Instagram, WhatsApp, TikTok, dan Facebook*).

⁷ Al Ana, I., & Wardati Maryam, E. (2024). The relationship between using TikTok social media and FOMO (*Fear of Missing Out*) in students [Preprint]. UMSIDA Preprints Server.

Pendekatan Penelitian Lin Al Ana menggunakan pendekatan kuantitatif dengan hasil persentase pengaruh (10,5%) sedangkan Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan wawancara mendalam untuk menggali pengalaman mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu. Cakupan pembahasan Penelitian Lin Al Ana terbatas pada hubungan penggunaan TikTok dengan FOMO sedangkan Penelitian ini lebih luas, mencakup dampak penggunaan media sosial terhadap perilaku FOMO serta faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya FOMO. Lokasi Penelitian Lin Al Ana dilakukan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo sedangkan Penelitian ini difokuskan pada mahasiswa KPI UIN FAS Bengkulu, dengan konteks sosial-budaya yang berbeda.

G. Sistematika Penulisan

BAB I PENDAHULUAN. Pada BAB ini terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian terdahulu, dan sistematika penulisan.

BAB II LANDASAN TEORI. Pada BAB ini terdiri dari landasan landasan teori yang akan dibahas, teori tentang konsep media sosial, konsep metode *fear of missing out* (FOMO), dan Fomo dalam konteks mahasiswa KPI UINFAS Bengkulu.

BAB III METODE PENELITIAN. Pada BAB ini menyajikan langkah yang harus dilakukan dalam penelitian, yang terdiri dari pendekatan dan jenis penelitian dengan sumber data, objek penelitian, teknik pengumpulan data dan, teknik wawancara.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN. Pada BAB ini data yang didapatkan dioalah dan di analisis menggunakan teori yang sudah di sediakan, BAB ini terdiri dari deskripsi, objek penelitian, hasil penelitian dan pembahasan.

BAB V PENUTUP. Pada BAB ini adalah bagian terakhir dalam penulisan skripsi, membahas tentang kesimpulan dan saran.