

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Internet kini termasuk salah satu kebutuhan primer bagi masyarakat. Internet menyediakan berbagai layanan yang bisa diakses masyarakat seperti mencari informasi, mengakses sosial media, berkomunikasi lewat pesan, mencari hiburan, bekerja, dan berbagai keperluan pendidikan (Irawan et al., 2020; We Are Social & Hootsuite, 2021). Saat ini internet dapat diakses oleh siapa saja melalui berbagai perangkat. Jika sebelumnya akses internet hanya didapat melalui komputer, kini internet dapat diakses melalui laptop dan *smartphone* yang juga dapat dibawa berpindah-pindah.

Berdasarkan laporan yang diterbitkan oleh We Are Social & Hootsuite (2021) ditemukan bahwa total pengguna internet dunia adalah sebanyak 59.5% dari total populasi penduduk global. Pengguna internet dunia didominasi oleh kelompok usia 16-24 tahun (We Are Social & Hootsuite, 2021). Sedangkan pengguna internet Indonesia pada tahun 2019-2020 berjumlah 73.7% (Irso, 2020). Kemudian berdasarkan data yang diterbitkan oleh databoks diketahui bahwa urutan pengguna internet terbanyak nomor dua adalah kelompok usia 18-24 tahun. Sebaran pengguna internet remaja di Indonesia adalah 16.1% pengguna laki-laki, dan 14.2% pengguna Wanita (Annur, 2020).

Berdasarkan data sebaran penggunaan internet diketahui remaja merupakan kelompok usia yang berada pada deretan atas jumlah pengakses internet.

Hal ini didukung oleh survei yang dilakukan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika Indonesia pada 2014 bahwa 98% dari anak-anak dan remaja mengenal internet dan 79.5% diantaranya adalah pengguna internet (Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, 2014). Umumnya remaja menggunakan internet untuk mengakses media sosial. Media sosial yang umum digunakan remaja seperti Youtube, Instagram, Snapchat, Facebook, Twitter, Reddit, dan Tiktok (Anderson & Jiang, 2018; Tankovska, 2020).

Salah satu faktor yang mempermudah remaja untuk mengakses internet adalah kehadiran *smartphone* dan laptop (Frendo, 2013). Berdasarkan data yang dirilis We Are Social & Hootsuite (2021) pengguna *smartphone* sudah mencapai 96.6% dari total populasi pengguna internet dengan rentang usia 16-64 tahun. Tingginya persentase pengguna *smartphone* juga beriringan dengan persentase penggunaan internet pada *smartphone* yaitu 92.6%.

Pesatnya penambahan pengguna *smartphone* dan penggunaan internet dari tahun ketahun juga berakibat pada durasi penggunaan *smartphone* itu sendiri. Masih dikutip dari data yang dirilis oleh We Are Social dan Hootsuite (2021) diketahui terdapat peningkatan durasi penggunaan internet dari Q3 2019 yaitu 6 jam 38 menit menjadi 6 jam 54 menit pada Q3 2020. Indonesia menempati posisi ke-4 tertinggi durasi penggunaan internet via *smartphone* yaitu 5 jam 02 menit diatas rata-rata global 3 jam 39 menit. Di Indonesia rentang usia 16-24 tahun menempati posisi pertama kelompok yang menggunakan internet via *smartphone* dengan intensitas tinggi.

Penggunaan *smartphone* dapat secara signifikan mengubah dan memunculkan kebiasaan remaja. Saat ini remaja mengalami ketergantungan terhadap penggunaan *smartphone*. Berdasarkan data yang diterbitkan oleh Common Sense dalam (Common Sense Media, 2016) 50% remaja mengungkapkan bahwa mereka tidak bisa meninggalkan *smartphone*-nya. Kemudian, 72% dari remaja merasa perlu untuk membalas pesan dan notifikasi secepat mungkin. Perilaku tersebut bahkan muncul pada kondisi yang tidak seharusnya. Membuka dan membalas notifikasi bahkan dilakukan oleh remaja dengan mengabaikan keamanan, aturan, dan larangan yang ada (Bianchi & Phillips, 2005). Beberapa contoh kondisi yang tidak memungkinkan penggunaan *smartphone* adalah selama proses pembelajaran dan selama terlibat dalam interaksi interpersonal.

Kondisi yang telah dipaparkan sebelumnya disebut dengan *phubbing behavior*. *Phubbing* merupakan singkatan dari *phone snubbing*. Istilah ini digunakan untuk menyatakan tindakan mengacuhkan orang lain dalam interaksi sosial dan lebih memilih menggunakan *smartphone*, baik itu untuk membuka media sosial, internet, atau bermain game (Bulut & Nazir, 2020a; Karadağ et al., 2015).

Perilaku *phubbing* saat ini menjadi hal yang banyak ditemui, termasuk ketika remaja berada dalam ruang kelas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Deborah et. al. (2012) ditemukan bahwa 95% mahasiswa membawa *smartphone* dalam ruang kelas dan 92% menggunakan *smartphone*-nya untuk mengirim pesan selama pembelajaran. Masih dalam penelitian yang sama ditemukan bahwa mahasiswa menggunakan *smartphone* yang dimiliki untuk mengakses konten non-edukasi di internet selama jam pembelajaran.

Perilaku *phubbing* remaja juga dijumpai selama interaksi sehari-hari remaja. Remaja menggunakan *smartphone* untuk akses internet dan media sosial selama terlibat dalam interaksi dengan keluarga atau teman sebaya. (Bulut & Nazir, 2020a; Rosdiana & Hastutiningtyas, 2020). Saat ini 87% remaja cenderung berkirim pesan melalui telepon genggam dibandingkan terlibat interaksi bersama orang di sekitarnya (Ergün et al., 2020). Akibat dari penggunaan *smartphone* berkelanjutan remaja kerap mendapatkan teguran dari lingkungannya untuk tidak menggunakan *smartphone* mereka (Amelia et al., 2019).

Terdapat beberapa karakteristik yang mengindikasikan remaja mengalami *phubbing* menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) yaitu penarikan kontak mata ketika berinteraksi dengan lawan bicara. Penarikan kontak mata merupakan bentuk pasif dari pengucilan dan mengindikasikan tidak tertarik pada lawan bicara. Kemudian, karakteristik perilaku *phubbing* yaitu terdapat emosi negatif yang menjadi pembatas dalam komunikasi. Emosi negatif dapat mengakibatkan konflik interpersonal. Selain itu menurut Karadağ et al. (2015) *phubbing behavior* dapat diindikasikan dengan perilaku melihat *smartphone* selama percakapan dengan orang lain. Berdasarkan ciri tersebut remaja lebih mementingkan kesibukannya bersama *smartphone* dibandingkan terlibat dengan interaksi di sekitarnya. Kemudian, remaja yang melakukan *phubbing behavior* selalu memperhatikan *smartphone* tanpa menghiraukan lawan bicara.

Keberadaan *smartphone* dapat menimbulkan dampak negatif terhadap interaksi sosial remaja (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019; Katz & Aakhus, 2002). Remaja yang melakukan *phubbing behavior* sering kali memutuskan kontak mata, kemudian

membuat interaksi menjadi tidak nyaman, sedangkan lawan bicara merasa bahwa pelaku *phubbing behavior* tidak tertarik dengan komunikasi yang sedang dijalani (Bulut & Nazir, 2020). Kemudian, perilaku *phubbing* dapat mempengaruhi persahabatan diantara remaja, perilaku ini mengakibatkan remaja tidak peduli dengan lingkungannya. Hal ini dapat mempengaruhi kualitas persahabatan dan minat sosial remaja (Przybylski & Weinstein, 2013; Rinaldi, 2019). Turkle (2012) menyatakan bahwa perilaku *phubbing* dapat diterjemahkan sebagai perilaku yang mengganggu dan dapat mengakibatkan remaja merasa dasingkan oleh lawan bicara yang fokus menggunakan *smartphone*.

Meskipun menimbulkan berbagai dampak negatif, pelaku *phubbing behavior* merasa bahwa tindakan yang dilakukannya saat itu masih dapat ditoleransi. Banyak dari pelaku *phubbing behavior* menganggap bahwa perilaku ini sudah biasa (Amelia et al., 2019; Vanden Abeele et al., 2019). Normalisasi *phubbing behavior* dapat dilihat melalui persentase kemunculan perilaku tersebut. Salah satunya dapat dilihat pada penelitian Garcia dan Sinichi (2016) ditemukan bahwa 72% partisipan penelitian pernah terlibat dalam interaksi bersama orang yang melakukan *phubbing behavior*.

Ada berbagai faktor munculnya *phubbing behavior* pada remaja. Salah satu faktor pemicu munculnya *phubbing behavior* adalah *Fear of Missing out* atau disingkat dengan FoMo (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019; Poerwenty, 2021; van Rooij et al., 2018a). FoMo merupakan perasaan takut, khawatir, dan cemas yang dirasakan remaja saat orang lain mengalami pengalaman menyenangkan tanpa kehadirannya (Przybylski et al., 2013). Kemudian Przybylski et al. (2013)

mengatakan bahwa remaja yang mengalami FoMo akan merasa gelisah ketika ketinggalan berbagai informasi baru, hal ini kemudian mendorong remaja untuk selalu mengikuti semua kegiatan atau informasi yang ada.

Perilaku remaja yang mengalami FoMo salah satunya dapat diketahui berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dykman (2012). Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa FoMo dapat mengarahkan seseorang merasa cemas terhadap kemampuan teman-temannya, tidak mengetahui informasi terbaru dan tidak memiliki barang-barang yang populer. Masih dalam penelitian Dykman (2012) diketahui bahwa FoMo berakibat pada perilaku remaja. Remaja yang mengalami FoMo akan cenderung mengikuti tekanan dari lingkungannya dan merasa terasingkan ketika tidak mengikut berbagai aktivitas di sekitarnya. Hal tersebut mengakibatkan remaja yang mengalami FoMo berusaha tetap terhubung dengan media sosial agar tetap dapat mengikuti berbagai kegiatan (Steinfeld et al., 2008). Maka dari itu menurut penelitian yang dilakukan Przyblyski et al. (2013) peningkatan penggunaan media sosial selaras dengan peningkatan FoMo remaja.

FoMo dapat menimbulkan berbagai dampak terhadap remaja. Dorongan untuk terus mengakses media sosial secara kompulsif sehingga dapat mengganggu *well-being* remaja (Beyens et al., 2016; Przyblyski et al., 2013), kemudian juga dapat menyebabkan kelelahan pada mental remaja (Wiesner, 2017). Penggunaan media sosial secara terus-menerus akan membuat remaja membandingkan dirinya dengan orang lain (Lin & Utz, 2017; Przyblyski et al., 2013). FoMo juga mempengaruhi waktu tidur remaja. Terdapat hubungan negatif antara FoMo dan waktu tidur pada

remaja, semakin tinggi FoMo pada remaja maka semakin sedikit waktu tidur yang dimiliki (Qutishat & Sharour, 2019).

FoMo juga berpengaruh terhadap performa akademik remaja. Penggunaan *smartphone* ketika sedang mengerjakan tugas dapat menurunkan level konsentrasi remaja, hal ini diakibatkan oleh kebiasaan *multitasking* yang dapat menurunkan performa otak (Busch, 2016; Thornton et al., 2014). Keberadaan *smartphone* dan internet juga dapat mempengaruhi motivasi remaja dalam mengerjakan tugas. Hal ini dipengaruhi oleh dorongan internal remaja untuk menemukan hal-hal yang menyenangkan, ini kemudian berpengaruh pada motivasi remaja untuk mengerjakan tugas akademinya. Maka dari itu disimpulkan bahwa FoMo berpengaruh terhadap munculnya prokrastinasi akademik pada remaja yang dimediasi oleh dorongan mengakses hal-hal menyenangkan atau hiburan (J. Wang et al., 2019).

Berdasarkan paparan diatas maka terlihat pengaruh *Fear of Missing out* terhadap *phubbing behavior*. FoMo dapat menjadi dorongan dalam individu untuk tetap mengakses berbagai informasi terutama melalui internet dan sosial media. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Franchina et al. (2018) diketahui bahwa FoMo merupakan prediktor *phubbing behavior* pada remaja, FoMo menjadi prediktor terhadap *phubbing* melalui penggunaan media sosial yang berlebihan. Dapat disimpulkan penelitian sebelumnya sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Schneider dan Hitzfeld (2019) bahwa FoMo merupakan prediktor dari *phubbing behavior*.

Berdasarkan pemaparan diatas maka peneliti hendak meneliti apakah terdapat pengaruh yang ditimbulkan oleh *Fear of Missing out* terhadap *phubbing behavior* yang dilakukan oleh remaja selama berinteraksi dengan lingkungannya. Berangkat dari penelitian sebelumnya peneliti melihat bahwa penelitian terhadap pengaruh FoMo terhadap *Phubbing behavior* masih jarang dilakukan. Umumnya, penelitian terdahulu menyangdingkan FoMo dengan variabel lain yang diasumsikan memiliki pengaruh. Maka dari itu pada penelitian ini peneliti hendak fokus membaha bagaimana khususnya FoMo mempengaruhi *Phubbing behavior* khususnya pada remaja sebagai pengguna dominan internet dan media sosial.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan pada latar belakang penelitian ini maka peneliti merumuskan sebuah permasalahan penelitian yaitu apakah terdapat pengaruh *Fear of Missing out* (FoMo) terhadap *phubbing behavior* pada remaja ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan pada penelitian ini, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *Fear of Missing out* terhadap *phubbing behavior* pada remaja.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang hendak dicapai oleh peneliti dalam penelitian ini adalah memberikan sumbangsi untuk pengembangan ilmu pengetahuan psikologi

terkhusus mengenai pengaruh *Fear of Missing out* terhadap *phubbing behavior* pada remaja dibidang psikologi perkembangan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang hendak dicapai peneliti dalam penelitian ini adalah::

1. Bagi remaja yang merupakan subjek dari penelitian ini, sehingga melalui penelitian ini diharapkan dapat memahami dampak penggunaan internet terhadap psikologis mereka.
2. Bagi ilmuwan atau peneliti dibidang media sosial dan perkembangan remaja dapat menggunakan data pada penelitian ini sebagai acuan untuk penelitian lanjutan terkait *Fear of Missing out* dan *phubbing behavior* pada remaja.

1.5 Sistematika Penulisan

Bab I: Pendahuluan

Berisikan uraian singkat mengenai latar belakang, permasalahan, perumusan masalah, hipotesis, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II: Tinjauan pustaka

Berisi teori-teori yang berkaitan dengan variabel penelitian yaitu *phubbing behavior*, *Fear of Missing out*, masa remaja, kerangka pikiran, dan hipotesis penelitian

Bab III: Metode penelitian

Berisi uraian mengenai metode yang digunakan peneliti yaitu identifikasi variabel, definisi konseptual dan definisi operasional, populasi dan sampel

penelitian, lokasi penelitian, instrument penelitian, prosedur pelaksanaan penelitian, serta metode analisis data yang digunakan peneliti.

BAB IV: Hasil dan Pembahasan

Hasil dan pembahasan berisikan data-data yang diperoleh dan penjelasan mengenai analisis hasil penelitian, pengujian hipotesis penelitian dan pembahasan hasil penelitian.

BAB V: Penutup

Penutup terdiri dari kesimpulan yang didapatkan pada penelitian dan saran dari peneliti.

