

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peran internet dalam kehidupan manusia seiring dengan perkembangan zaman, semakin penting dan mempengaruhi kemajuan teknologi di dunia. Internet semakin meningkat dari hari ke hari, tahun ke tahun sudah menjadi kebutuhan manusia. Hal ini disebabkan karena internet mampu memberikan kemudahan dan kemajuan bagi manusia untuk memenuhi kebutuhannya. Pengguna internet global terus bertambah, terbukti dengan angka dari *International Telecommunication Union* (ITU) yang menyebutkan pada 2018 ada 3,7 miliar pengguna internet di seluruh dunia. Kemudian pada tahun 2019 jumlah pengguna internet ini meningkat mencapai 4 miliar atau 51% dari populasi dunia (*International Telecommunication Union*, 2021) (Komala et al., 2021).

Pengguna media sosial di Indonesia dari tahun ke tahun terus mengalami peningkatan, pada tahun 2020 tercatat 59% dari total seluruh penduduk Indonesia merupakan pengguna media sosial. Dibandingkan dengan April 2019, jumlah ini meningkat lebih dari 8,1% atau setara dengan lebih dari 12 juta pengguna. Sementara itu, Indonesia memiliki 160 juta pengguna aktif media sosial, 99% di antaranya mengakses media sosial melalui ponsel (CNN Indonesia, 2020). Menurut hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2019-

2020, tingkat penetrasi pengguna Internet di Indonesia sebesar 73,7% atau 196,71 juta dari total penduduk 266,91 juta orang di Indonesia (APJII, 2020).

Adanya media sosial dapat memudahkan pengguna internet untuk berkomunikasi tanpa mengenal waktu dan tempat. Penggunaan media sosial tidak hanya sebagai media komunikasi, media sosial juga dapat menjadi tempat aktualisasi diri seseorang. Di sisi lain media sosial juga memiliki kerugian, jika dilakukan secara berlebihan akan menimbulkan masalah karena tidak mampu mengendalikan diri yaitu menurunnya interaksi sosial antarpribadi secara langsung dan tatap muka, menimbulkan kecanduan yang berlebihan terhadap media sosial, serta masalah etika dan hukum yang timbul dari munculnya konten negatif yang melanggar norma, etika, privasi, dan peraturan. (KEMENDAGRI, 2014) dalam (Pratiwi & Fazriani, 2020).

Dampak positif yang ditimbulkan dari media sosial berpengaruh ke kesehatan mental diantaranya yaitu memberikan rasa diterima, meningkatkan rasa percaya, meningkatkan bonding, dan menurunkan rasa kesepian. Selain itu dampak negatif yang dirasakan pada kesehatan fisik diantaranya gangguan tidur, stress, obesitas, dan masalah kardiovaskular. Dalam kesehatan mental biasanya dapat meningkatkan rasa tidak percaya diri, sulit berkomunikasi dengan orang lain, menyebabkan depresi, ansietas, dan *fear of missing out* dari dampak kecanduan media sosial.

Studi menunjukkan bahwa tingkat penggunaan media sosial dan ponsel pintar mahasiswa lebih tinggi daripada kelompok usia lainnya dan intensitas penggunaan ini memiliki berbagai refleksi pada kinerja akademik

(Yildiz Durak & Seferoğlu, 2020). Tujuan utama penggunaan media sosial oleh mahasiswa adalah untuk membangun dan mengembangkan hubungan sosial untuk membantu proses perkembangan yang lebih baik (Ursula Oberst, et al., 2016). Penggunaan situs jejaring sosial yang berkelanjutan dan dalam jangka panjang memungkinkan remaja mengetahui apa yang sedang dilakukan setiap orang. Keadaan ini memotivasi remaja untuk selalu ingin mengetahui segala informasi yang ada. Ketika remaja tidak dapat mengatur diri sendiri dalam situasi seperti itu, mereka akhirnya menggunakan situs jejaring sosial secara berlebihan dan jatuh ke dalam keadaan psikologis yang disebut *fear of missing out* (Umam, 2021).

Menurut Alwisol (2019) (Pratiwi & Fazriani, 2020) FOMO adalah suatu kondisi di mana ketakutan muncul ketika kebutuhan psikologis seseorang untuk berhubungan dengan orang lain tidak terpenuhi, dan ditandai dengan kecemasan tentang apa yang akan dia lewatkan secara sosial. Meningkatnya jumlah aplikasi media sosial seperti *WhatsApp*, *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, *Youtube*, *TikTok*, *Telegram* dan media sosial lainnya mempercepat pengguna untuk secara instan mengikuti konten yang dibagikan dan mengirimkan konten mereka sendiri ke Followers mereka. Situasi ini memfasilitasi pertukaran informasi di antara pengguna jaringan media sosial dan memfasilitasi komunikasi lanjutan mereka (Metin et al. 2017).

Dari penelitian Tekayak dan Akpýnar (2017), menjelaskan gejala dari FoMO yaitu timbulnya perasaan cemas, gugup dan tegang yang terjadi ketika membuka aplikasi media sosial dan tidak dapat terhubung, pemantauan

berkelanjutan tentang siapa yang membagikan dan berinteraksi dengan aplikasi media sosial. Studi lain telah mengetahui tanda dan gejala FoMO tingkat tinggi jika orang tersebut memiliki kecenderungan terhadap media sosial maka tanda yang dirasakan bisa sampai depresi, stress, cemas, insomnia, rendah diri, merasa kurang perhatian, hiperaktif dan jika terjadi dalam jangka panjang bisa berpengaruh pada sistem kardiovaskular dan kesehatan jantung. Biasanya ciri umum gejala ini berupa merasa dikucilkan atau kehilangan, kepuasan hidup yang rendah, mempunyai gaya hidup yang mengikuti trend. Ini merupakan efek kesehatan mental dan fisik yang dialami jika seseorang bermain media sosial secara berlebihan.

Dampak negatif dari penggunaan teknologi yang berhubungan dengan *fear of missing out* (FoMO) yang terjadi pada mahasiswa di dalam kelas yang telah divalidasi menunjukkan dengan benar efek dari jenis penggunaan teknologi tertentu. Jika di total waktu yang dihabiskan dalam ponsel telah terbukti memprediksi IPK perguruan tinggi yang lebih rendah. Dampak negatif yang ditimbulkan dari FoMO yaitu seperti meningkatnya penggunaan smartphone saat berada di dalam kelas, dapat mengganggu konsentrasi belajar dan menurunkan prestasi akademik mahasiswa, FoMO juga bisa menimbulkan kecemasan yang berlebih sehingga dapat mengganggu dan menghambat aktivitas mahasiswa karena tidak mau ketinggalan tren (Rosen et al., 2018).

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa keperawatan karena menurut survei yang dilakukan oleh KOMINFO (2017), kelompok usia 20-29 tahun

(Milenial) merupakan pengguna media sosial terbesar. Studi-studi ini menekankan bahwa kaum muda khususnya mungkin merasa cemas tentang rasa takut ketinggalan, karenanya penggunaan smartphone dan media sosial dapat meningkat. Peningkatan waktu penggunaan telepon dapat membuat mahasiswa rentan terhadap FoMO dan juga dapat menyebabkan mahasiswa mengalami masalah seperti: ketakutan, kecemasan, dan stres (Gezgin et al., 2019). Sebuah studi baru-baru ini menemukan korelasi positif antara penggunaan internet dan FoMO, gangguan defisit perhatian, hiperaktif, dan sifat kepribadian neurotik. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan, FoMO meningkat seiring dengan tingkat penggunaan media sosial mahasiswa (Eşer & Alkaya, 2019).

Penyedia layanan kesehatan juga direkomendasikan untuk menetapkan kebijakan penggunaan smartphone yang aman selama perawatan pasien karena berpengaruh pada kinerja profesi keperawatan yang akan dilakukan (Cho & Lee, 2016). Pada titik ini, deteksi dini penggunaan smartphone yang berlebihan dan tidak tepat serta rasa takut ketinggalan adalah penting, karena efeknya akan muncul ketika mahasiswa keperawatan dengan masalah ini beralih ke kehidupan kerja. Oleh karena itu, penelitian ini diyakini akan memiliki hasil penting dalam meningkatkan kualitas pelatihan perawat, perawatan pasien dan memastikan keselamatan pasien (Çatiker et al., 2021).

Hasil penelitian Komala, *et al* (2022) menemukan bahwa mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Padjadjaran didapatkan sebagian besar

responden mengalami FoMO level sedang (67,8%), sebagian kecil berada pada FoMO level rendah (16,9%) dan FoMO level tinggi (15,3%), sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil dari penelitian responden mengalami tingkat FoMO level sedang. Dari hasil penelitian kedua yang dilakukan di Universitas Diponegoro bahwa hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro mengalami tingkat *fear of missing out* sebanyak (46%) yang berada pada kategori tinggi (level tinggi) (Wicaksoni & Hadiyati, 2019). Adanya fenomena diatas menunjukkan bahwa kategori FoMO pada mahasiswa berada pada level sedang hingga level tinggi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan kepada 10 mahasiswa Keperawatan di STIKes Dharma Husada Bandung di dapatkan hasil mahasiswa dalam wawancara yang saya lakukan mengatakan bahwa 8 diantaranya selalu membuka media sosial dengan penggunaan dominan berjenis kelamin perempuan, 5 orang dengan usia 21 tahun mengatakan membuka media sosial agar tidak ketinggalan trend, 8 orang mengatakan durasi penggunaan media sosial bisa mencapai 5-8 jam/hari, 7 orang diantaranya mengaku tidak tahan jika mereka tidak membuka media sosial sehingga berdampak kepada IPK mengalami penurunan, 6 orang mahasiswa yang diwawancara mengatakan takut ketinggalan informasi penting, merasa cemas, stress dan khawatir jika tidak mengakses media sosial. Dan seseorang dikatakan mengalami FoMO ketika ketinggalan sesuatu yang baru seperti berita, trend dan hal yang dilakukan orang lain dan tidak bisa dia lakukan.

Alasan inilah yang memperkuat melakukan penelitian gambaran *Fear of Missing Out* di kampus STIKes Dharma Husada Bandung.

Meskipun perkembangan Internet global pesat, penelitian tentang FoMO masih terbatas. Oleh karena itu, peneliti berharap penelitian tentang FoMO ini dapat membantu menggali FoMO pada mahasiswa khususnya mahasiswa Keperawatan. Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul “Gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan di STIKes Dharma Husada Bandung”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang terjadi di atas, peneliti tertarik untuk merumuskan masalah “Bagaimana gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Dharma Husada Bandung?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui *Fear of Missing Out* (FoMO) yang di alami oleh mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Dharma Husada Bandung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik penderita *Fear of Missing Out* (FoMO) pada mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Dharma Husada Bandung.
- b. Mengidentifikasi tingkat *Fear of Missing Out* (FoMO) yang di alami mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Dharma Husada Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Memperkaya ilmu pengetahuan dan pengalaman dari hasil penelitian yang telah dilakukan sehingga berguna bagi orang lain. Peneliti diharapkan mampu meningkatkan pemahaman tentang proses penelitian gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) yang di alami oleh mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKes Dharma Husada Bandung.

2. Bagi Institusi

Dapat menambah literature sebagai bahan pustaka tambahan bagi institusi dan pengembangan penelitian di bidang keperawatan.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dan acuan dalam mengembangkan penelitian yang sama.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Ruang Lingkup Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif.

2. Ruang Lingkup Waktu

Waktu penyusunan skripsi dan penelitian ini dilaksanakan dari bulan Maret sampai bulan Juli tahun 2022.

3. Ruang Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilakukan di kampus STIKes Dharma Husada Bandung.

4. Ruang Lingkup Materi

Materi yang digunakan untuk isi dari penyusunan skripsi ini adalah materi tentang gambaran *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap mahasiswa Sarjana Keperawatan di STIKes Dharma Husada Bandung.