

## ***The Relationship Between Using TikTok Social Media and FoMO (Fear of Missing Out) in Students*** **[Hubungan Penggunaan Media Sosial TikTok dengan FoMO (Fear of Missing Out) pada Mahasiswa]**

Iin Al Ana <sup>1)</sup>, Effy Wardati Maryam <sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: effywardati@umsida.ac.id

**Abstract.** *The development model of internet use emerged a new classification of disorder termed as FoMO. This research was conducted because there is a problem of FoMO in students of Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, which is defined as a person's fear of losing social opportunities. One of the factors that influence FoMO is the use of social media, one of which is TikTok. The independent variable (X) in this study is the use of TikTok social media, measured using the TikTok usage scale with a reliability value of  $\alpha = 0.932$ . The dependent variable (Y) is FoMO, measured using the FoMO scale with a reliability value of  $\alpha = 0.793$ . The population in this study were students of Muhammadiyah University of Sidoarjo in 2022-2023 totaling 9,325 people. The sample in this study amounted to 335 who were selected using purposive sampling technique. The analysis technique used is the spearman's rho correlation test. The result is that there is a significant relationship between the use of TikTok social media and FoMO with a correlation value ( $r$ ) = 0.304.*

**Keywords** – Social Media, TikTok, FoMO, Students

**Abstrak.** *Model perkembangan penggunaan internet timbul klasifikasi gangguan baru yang diistilahkan sebagai FoMO. Penelitian ini dilakukan karena terdapat permasalahan FoMO pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang didefinisikan sebagai ketakutan seseorang akan kehilangan kesempatan sosial. Salah satu faktor yang mempengaruhi FoMO adalah penggunaan media sosial, salah satunya adalah TikTok. Variabel independen (X) pada penelitian ini adalah penggunaan media sosial TikTok, diukur menggunakan skala penggunaan TikTok dengan nilai reliabilitas  $\alpha=0,932$ . Variabel dependen (Y) adalah FoMO, diukur menggunakan skala FoMO dengan nilai reliabilitas  $\alpha=0,793$ . Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo tahun 2022-2023 berjumlah 9.325 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 335 yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik analisis yang digunakan adalah uji korelasi spearman's rho. Hasilnya terdapat hubungan signifikan antara penggunaan media sosial TikTok dengan FoMO dengan nilai korelasi ( $r$ ) = 0,304.*

**Kata Kunci** – Media Sosial, TikTok, FoMO, Mahasiswa

### **I. PENDAHULUAN**

Internet adalah perspektif yang sangat penting bagi semua orang, sebagai salah satu implikasi yang akhir-akhir ini sering digunakan untuk menyimpan dan mengalirkan informasi [1]. Pengguna internet di pulau Jawa ternyata memberikan kontribusi terbesar terhadap peningkatan jumlah pengguna internet internet, yaitu sebesar 56,4%. Pengguna media sosial terbesar kedua berasal dari pulau Sumatera dengan 22,1% dan diikuti oleh pulau Sulawesi, yaitu 7%. Kalimantan 6,3%, Bali - Nusa Tenggara 5,2% dan Maluku - Papua 3%. Komitmen pengguna internet di Pulau Jawa meningkat menjadi 56,4% dari 55,7% mengingat kemajuan internet foundation di Pulau Jawa yang terus berkembang sehingga pemanfaatannya pun ikut berkembang [2].

APJII menyajikan informasi baru, khususnya akses masuk internet di Ibu Kota Negara. Internet entrance di beberapa ibu kota besar lebih tinggi dari yang umum dan yang mengejutkan adalah infiltrasi publik, yang berada di titik tengah 85%. Bandung adalah 82,5% dan Surabaya 83%. Bahkan, Serang, Banten memiliki tingkat masuk 100% [2]. Sehubungan dengan hal ini, dapat diduga bahwa internet diperlukan di area lokal yang lebih luas. Melalui internet, seseorang dapat mengakses dan melacak berbagai macam data di seluruh dunia. Internet tidak dapat diisolasi dari kehidupan mengingat fakta bahwa internet saat ini bukan hanya sebuah gaya, tetapi juga sebuah keinginan. Pembeli internet berinteraksi dengan orang lain melalui situs interaksi interpersonal atau dengan nama yang berbeda yang disebut hiburan virtual.

Mendapatkan hiburan online adalah salah satu cara orang mengalihkan pertimbangan dan perasaan pesimis yang mereka rasakan. Selain sebagai metode untuk interupsi, hiburan berbasis internet juga merupakan sumber data bagi orang-orang untuk tetap terhubung dengan internet dan tetap sadar akan peningkatan terbaru dan terpopuler yang membuat orang tetap segar sehingga kebutuhan akan data dan kesombongan bagi orang-orang dapat terpenuhi. Hiburan berbasis internet mengisi sebagai nama untuk inovasi terkomputerisasi yang memungkinkan orang untuk berkomunikasi, bergaul, dan membuat substansi yang berbeda [3].

Pengguna sosial media berkembang, mulai dari orang dewasa, menyebar sampai kalangan orang tua, hingga anak-anak, [4]. Pengguna media sosial memanfaatkan hiburan virtual untuk berkomunikasi dengan orang lain, selain itu juga digunakan sebagai sarana untuk mengetahui kegiatan yang dilakukan orang lain. Kondisi ini menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia memiliki kebutuhan yang cukup besar terhadap penggunaan internet [5].

Proses berpikir yang paling tinggi dalam melibatkan internet di Indonesia sesuai dengan informasi di atas adalah untuk melacak data. Dari informasi Penggunaan Internet di Bidang Gaya Hidup, menunjukkan bahwa 87,13% pengguna internet secara efektif memanfaatkan Virtual Entertainment [6]. Seperti yang ditunjukkan oleh informasi penelitian APJII, masuk akal bahwa infiltrasi pengguna media sosial adalah 89,70% pengganti. Secara efektif setiap pengguna internet membawa dunia maya ke kamar, meja makan, saat merenung di waktu senggang atau saat berada di dalam kendaraan [6].

Dalam perbaikan urutan masalah pemanfaatan internet, efek samping lain telah muncul yang disebut FoMO (Perasaan takut melewatkan kesempatan besar). Sebuah tinjauan yang dipimpin oleh MyLife.com (dalam Nafisa, 2022) menyatakan bahwa 56% pengguna internet hiburan virtual di planet ini mengalami masalah FoMO [7]. FoMO (Ketakutan akan melewatkan kesempatan besar) adalah sensasi ketegangan dan ketakutan bahwa seseorang ditinggalkan dengan asumsi teman-temannya melakukan atau merasakan sesuatu yang lebih menyenangkan daripada apa yang dia lakukan atau apa yang dia miliki. Perasaan takut untuk melewatkan data adalah salah satu atribut FoMO [8].

Przybylski, dkk. merekomendasikan FoMO sebagai perasaan gelisah, resah, dan takut kehilangan waktu berharga yang dimiliki oleh teman atau sekelompok teman, sementara mereka tidak dapat terlibat dengan mereka [9]. FoMO adalah jenis kegelisahan yang digambarkan dengan kerinduan untuk terus memahami apa yang dilakukan orang lain, terutama melalui hiburan berbasis internet dengan tiga tanda FOMO, yaitu kegelisahan, stres, dan ketidaknyamanan. FoMO dicirikan sebagai kekhawatiran individu akan kehilangan pintu sosial yang terbuka sehingga mendorong individu untuk terus menerus berhubungan dengan orang lain secara konsisten dan tetap mengetahui berita terbaru tentang apa yang dilakukan orang lain [10]. Variabel-variabel yang mempengaruhi FoMO menggabungkan faktor segmen seperti usia, orientasi, dan populasi, elemen sosial dan variabel persuasif atau persyaratan mental yang terabaikan [11].

Dari beberapa tulisan disiplin ilmu mental, seperti yang ditulis oleh Bread cook, dkk. dalam *Diary Translational Issues in Mental Science*, para mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi dari berbagai macam identitas menunjukkan hasil positif dari FoMO yang berhubungan dengan waktu yang dihabiskan melalui hiburan virtual [4]. Selain itu, penelitian yang dipimpin oleh Al-Menayes (2016) masuk akal bahwa orang yang mengalami FoMO akan terus tertarik untuk menggunakan internet sehingga dapat membuat orang-orang ini akan cukup sering mengalami ketergantungan hiburan virtual [12].

Eksplorasi sebelumnya yang dilakukan oleh Komala et al. terhadap 242 mahasiswa keperawatan Universitas Padjadjaran menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa tersebut mengalami FoMO pada tingkat yang moderat [13]. Mahasiswa sebagai pengguna internet hiburan virtual yang dinamis merupakan kumpulan yang lebih tidak berdaya terhadap ketergantungan melalui hiburan berbasis internet mengingat fakta bahwa pada usia tersebut merupakan usia sesaat dari masa remaja akhir ke masa dewasa awal yang sedang menghadapi elemen mental sehingga dapat memperluas pertaruhan mahasiswa yang mengalami FoMO [4].

FoMO (Kecemasan Melewatkan Kesempatan Besar Keganjilan) pasti akan mempengaruhi latihan-latihan yang dilakukan oleh para siswa, salah satunya adalah latihan belajar. Para pemeran pengganti yang lebih sering menghabiskan waktu cukup lama melalui hiburan virtual akan berdampak negatif pada sifat pembelajaran mereka, jika latihan hiburan berbasis internet dilakukan tanpa mengenal waktu dan mengabaikan konsentrasi pada waktu dan mempengaruhi sifat pembelajaran pemeran pengganti [14]. Pada saat siswa yang belajar dengan cepat kebingungan saat merenung, hal ini menunjukkan bahwa seseorang memiliki tingkat FoMO yang tinggi, sehingga dapat menyebabkan penurunan prestasi skolastik. Kekurangan waktu yang digunakan untuk mendapatkan hiburan berbasis internet adalah karena tidak adanya kontrol yang dapat menyebabkan gangguan waktu belajar dengan cara ini yang mempengaruhi eksekusi skolastik jangka panjang [13].

Mahasiswa pengguna TikTok yang menderita FoMO, seringkali merasa tidak ingin tertinggal trend yang ada TikTok [14]. Akibatnya tidak jarang mereka membuat konten Tiktok yang isinya cukup banyak yang tidak sesuai dengan norma dan etika yang ada. Mengikuti trend yang sedang viral saat ini seperti sebuah keharusan bagi pengguna TikTok, akibatnya peningkatan penyalahgunaan TikTok bisa saja terjadi karena besarnya tuntunan penerimaan [14]. Menyinggung konsekuensi dari tinjauan ini, disadari bahwa keunikan FoMO seperti sekarang ini secara umum akan terjadi di antara para pemeran pengganti sehingga sangat mungkin diterima bahwa hiburan virtual memudahkan pengguna internet untuk mendapatkan data yang berbeda yang terhubung dengan latihan, latihan, berita yang sedang terjadi, dan diskusi melalui hiburan online yang membuat pengguna internet mengalami FoMO. Mengingat konsekuensi dari tinjauan umum yang diarahkan oleh para ilmuwan pada bulan April 2023 pada 30 orang pengganti dari kelas 2019-2020 Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, menunjukkan bahwa 22 orang pengganti merasa stres ketika mereka menyadari bahwa teman mereka bersenang-senang tanpa mereka, 19 orang pengganti merasa khawatir

jika teman mereka memiliki pertemuan yang lebih baik daripada mereka, dan 28 orang pengganti umumnya menawarkan atau memperbarui latihan mereka melalui hiburan berbasis internet, dan 24 orang pengganti sering belajar tentang latihan atau apa yang sedang dilakukan oleh teman mereka. Mengingat konsekuensi dari gambaran umum tersebut, sangat mungkin ada masalah pada pemeran pengganti yang merasa stres atau gelisah jika mereka tidak memiliki ide dan mengikuti latihan yang dilakukan oleh rekan-rekan mereka. Mengingat bagian-bagian dari FoMO sesuai dengan Przybylski, lebih spesifiknya adalah bagian dari tidak terpenuhinya persyaratan mental untuk keterkaitan, dan tidak terpenuhinya persyaratan mental untuk kemandirian/diri sendiri [9].

Mengingat konsekuensi dari tinjauan umum yang mendasari diarahkan, ini menunjukkan bahwa sebagian besar pemeran pengganti mengalami efek samping FoMO. FoMO adalah masalah sosial karena hal ini ditunjukkan sebagai indikator dari beberapa cara berperilaku yang menyakitkan, salah satunya adalah terus menerus perlu dikaitkan dengan hiburan online sehingga akan mendapatkan hiburan berbasis internet untuk waktu yang sangat lama untuk mempelajari latihan orang lain dan mengabaikan latihan mereka sendiri. Salah satu hiburan virtual yang sering digunakan oleh para remaja adalah TikTok. Di Indonesia, pengguna internet dinamis hiburan virtual TikTok pada November 2019 berubah menjadi aplikasi non-game yang paling banyak diunduh dengan jumlah pengguna internet TikTok yang berkembang pesat dari 10 juta unduhan dari tahun sebelumnya. Hingga Juli 2021, jumlah pengguna internet TikTok di Indonesia telah mencapai 92,2 juta pengguna internet. Informasi terbaru yang disampaikan oleh Business of Applications menyatakan bahwa pada tahun 2022 TikTok telah diunduh berkali-kali secara keseluruhan dengan sebagian besar pengguna internet berusia 18 hingga 24 tahun [15]. Dalam rentang usia ini, orang-orang berada di dunia yang sempurna di tingkat pembicaraan atau berstatus sebagai pemeran pengganti. Pada umumnya, pemeran pengganti di usia dewasa awal menginvestasikan banyak energi untuk menikmati hiburan online, termasuk TikTok [16].

TikTok merupakan aplikasi hiburan virtual yang telah menjadi mainstream masyarakat di Indonesia mulai pertengahan tahun 2020. TikTok sendiri dalam bahasa Mandarin disebut dengan Douyin yang merupakan aplikasi video musik yang pada awalnya dimanfaatkan untuk pengalihan melodi lipsync oleh para pengguna internetnya [17]. TikTok merupakan aplikasi yang memberikan peningkatan yang luar biasa, menarik, dan dapat dimanfaatkan oleh pengguna internet aplikasi ini secara efektif untuk membuat rekaman singkat yang keren dan dapat menarik perhatian banyak orang yang melihatnya. Aplikasi ini diluncurkan pada bulan September 2016 yang dibuat oleh desainer asal Tiongkok, Zhang Yiming.

Aplikasi TikTok mengukuhkan diri sebagai aplikasi paling banyak diunduh yakni 45,8 juta kali. TikTok yang kita kenal seperti sekarang awalnya tidak muncul sebagai TikTok. Pada September 2016 perusahaan asal Cina yakni Byte Dance meluncurkan aplikasi video pendek bernama Douyin [18]. Dalam waktu 1 tahun Douyin memiliki 100 juta pengguna dan 1 miliar tayangan video setiap hari. Selain dampak positif, penggunaan media sosial TikTok juga mempunyai dampak negatif yaitu dapat membuang-buang waktu, mengarahkan seseorang untuk melakukan tindakan bully dan pelecehan, mengarahkan kepribadian anti-sosial, insomnia akut [18].

Terlepas dari implikasi tersebut, TikTok juga memiliki konsekuensi yang merugikan, khususnya menyebabkan kegugupan (Perasaan takut akan melewatkan kesempatan besar) atau biasanya dikenal dengan istilah FoMO. Dengan hadirnya hiburan virtual TikTok yang menyajikan banyak elemen menarik mulai dari rekaman singkat, biografi seseorang, berita terkini, saluran yang bagus untuk mentransfer rekaman, membuat seseorang terdorong untuk terus mengakses hiburan berbasis internet TikTok. Kecenderungan untuk terus berinteraksi dengan orang lain yang disertai dengan sensasi stres, ketakutan, kegelisahan, kegugupan, dan ketegangan jika Anda tidak dapat mengakses hiburan berbasis internet dikenal sebagai keanehan FoMO atau kontraksi karena ketakutan paranoid untuk melewatkan peluang besar [19].

Penelitian terdahulu yang diarahkan oleh Mutib pada tahun 2023 dengan judul "Hubungan antara Kekuatan Tujuan Hiburan Virtual TikTok dengan Keanehan Rasa Takut Melewatkan Kesempatan Besar (FoMO) pada Remaja Awal" mengamati bahwa ada hubungan positif antara kekuatan tujuan hiburan berbasis internet TikTok dengan keanehan FoMO pada remaja awal. Hasil ini menyiratkan bahwa semakin tinggi tingkat tujuan hiburan virtual TikTok, semakin tinggi pula tingkat keanehan FoMO [19]. Tidak jauh berbeda dengan eksplorasi sebelumnya yang dipimpin oleh Solikha pada tahun 2022 dengan judul "Hubungan antara Kekuatan Penggunaan Hiburan Online dengan Rasa Takut Melewatkan Kesempatan Besar (FoMO) pada Siswa SMP N X" yang juga mendapatkan hasil bahwa tingkat tujuan dari sebuah hiburan berbasis internet dapat mempengaruhi tinggi rendahnya FoMO pada pengguna internetnya [20]. Kedua penelitian tersebut sama-sama membuktikan bahwa terdapat keterkaitan antara penggunaan suatu media sosial terhadap timbulnya FoMO pada pelajar usia remaja. Pada penelitian ini akan fokus meneliti fenomena FoMO yang terjadi pada mahasiswa pengguna media sosial TikTok di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Sebagaimana disebutkan sebelumnya bahwa pengguna media sosial TikTok di Indonesia didominasi oleh pengguna dengan rentang usia mahasiswa sehingga penting dilakukan penelitian terhadap mahasiswa [15].

Fenomena FoMO ini sangat penting untuk diselidiki mengingat fakta bahwa FoMO dapat menghambat tugas-tugas formatif para siswa yang seharusnya lebih santai dibandingkan sebelumnya dengan teman sebaya dan menyelidiki berbagai cara hidup dan nilai-nilai. Melihat gambaran di atas, tujuan peneliti adalah untuk melihat apakah ada hubungan antara penggunaan hiburan TikTok Online dengan FoMO (Perasaan takut melewatkan kesempatan besar)

pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Dipercaya bahwa konsekuensi dari penelitian ini akan benar-benar ingin menambah kekayaan logis khususnya di bidang penelitian dan pelatihan otak sosial. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memanfaatkan hiburan online, khususnya TikTok. Eksplorasi ini juga diharapkan dapat menjadi referensi hipotetis bagi para ilmuwan di masa depan dalam mengarahkan penelitian yang sebanding.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan strategi kuantitatif dengan jenis eksplorasi korelasional. Eksplorasi korelasional adalah penelitian yang mencakup demonstrasi pengumpulan informasi untuk memutuskan apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara setidaknya dua faktor [21]. Variabel independen (X) dalam penelitian ini adalah pemanfaatan hiburan virtual TikTok, sedangkan variabel dependen (Y) dalam penelitian ini adalah FoMO (Kecemasan Melewatkan Kesempatan Besar). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Sidoarjo angkatan 2023-2023 yang berjumlah 9.325 orang. Penentuan contoh dipilih melalui strategi purposive sampling. Contoh yang digunakan dalam penelitian ini adalah *dynamic understudies* yang menggunakan TikTok sebanyak 335 individu yang ditentukan dengan menggunakan tabel penolong Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan sebesar 5% [21]. Variabel Penggunaan TikTok (X) diestimasi dengan menggunakan skala penggunaan TikTok yang diambil dari Faizah (2021) dengan nilai reliabilitas Chronbach's  $\alpha = 0,932$  [22]. Sementara itu, variabel FoMO (Perasaan takut melewati kesempatan besar) (Y) diestimasi dengan menggunakan skala FoMO yang diambil dari Azmi (2019) dengan nilai ketergantungan Chronbach's  $\alpha = 0.793$  [9]. Prosedur pengujian yang digunakan dalam tinjauan ini adalah uji hubungan Spearman's rho yang ditangani dengan pemrograman JASP 16.0.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil penelitian

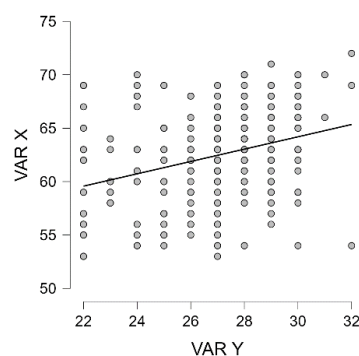
Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial TikTok dengan FoMO (*Fear of Missing Out*) pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dulu dilakukan uji normalitas dan uji linieritas data. Adapun hasil uji normalitas dapat diamati pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1. Uji Normalitas**  
**Shapiro-Wilk Test for Bivariate Normality**

	Shapiro-Wilk	p
VAR Y - VAR X	0.972	< .001

Data terdistribusi normal apabila memiliki nilai signifikansi (p) lebih dari 0,05. Pada hasil analisis di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (p) = 0,001 (kurang dari 0,05) yang berarti bahwa data terdistribusi tidak normal.

Sementara hasil uji linieritas dapat diamati pada grafik di bawah ini:



**Gambar 1. Uji Linieritas**

Berdasarkan hasil di atas dapat diketahui bahwa variabel penggunaan media sosial TikTok mempunyai hubungan yang linier dengan variabel FoMO. Itu berarti kenaikan tingkat penggunaan media sosial TikTok diikuti dengan kenaikan FoMO pada mahasiswa.

Langkah berikutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan uji korelasi *spearman's rho*. Adapun hasil uji korelasi *spearman's rho* menunjukkan hasil di bawah ini:

**Tabel 2. Uji Hipotesis  
Spearman's Correlations**

	Spearman's rho	p
VAR Y - VAR X	0.304	< .001

Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,304 dengan signifikansi ( $p$ ) 0,001 ( $<0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara penggunaan media sosial TikTok dengan FoMO pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial TikTok, maka semakin tinggi pula tingkat adiksi FoMO pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penggunaan media sosial TikTok maka semakin rendah pula tingkat FoMO pada mahasiswa.

Selanjutnya dilakukan analisis koefisien determinasi untuk mengetahui besar koefisien determinasi penggunaan media sosial TikTok terhadap FoMO.

**Tabel 3. Analisis Koefisien Determinasi  
Model Summary - VAR Y**

Model	R	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	RMSE
H <sub>0</sub>	0.000	0.000	0.000	2.203
H <sub>1</sub>	0.324	0.105	0.103	2.087

Pada hasil analisis tersebut dapat diketahui nilai  $R^2 = 0,105$ . Nilai tersebut berarti bahwa variabel penggunaan media sosial TikTok memiliki pengaruh sebesar 10,5% terhadap FoMO. Sedangkan sisanya yaitu 89,5% merupakan faktor lain yang memberi pengaruh terhadap variabel adiksi media sosial TikTok dan bukan menjadi fokus pada penelitian ini.

Responden pada penelitian adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo tahun 2023-2023 yang merupakan pengguna media sosial TikTok berjumlah 335 orang. Gambaran responden berdasarkan jenis kelamin dapat diamati pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-laki	96	71%
Perempuan	239	29%
<b>JUMLAH</b>	<b>335</b>	<b>100%</b>

Gambaran responden berdasarkan lama waktu menjadi pengguna media sosial TikTok dapat diamati pada tabel berikut:

**Tabel 5. Gambaran Responden Berdasarkan Lama Menjadi Pengguna TikTok**

Lama Menjadi Pengguna TikTok	Jumlah	Presentase
1 Tahun	39	12%
2 Tahun	80	24%
3 Tahun	90	27%
Lebih dari 3 Tahun	126	38%
<b>JUMLAH</b>	<b>335</b>	<b>100%</b>

Gambaran tingkat penggunaan media sosial TikTok dan FoMO pada responden dapat diamati pada tabel di bawah ini:

**Tabel 6. Gambaran Responden Berdasarkan Tingkat penggunaan TikTok dan FoMO**

Kategori	Penggunaan Media Sosial Tiktok		FoMO	
	Jumlah Responden	Persentase	Jumlah Responden	Persentase
Rendah	53	16%	46	14%
Sedang	234	70%	248	74%
Tinggi	48	14%	41	12%
<b>JUMLAH</b>	<b>335</b>	<b>100%</b>	<b>335</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 53 responden (16%) dengan tingkat penggunaan media sosial TikTok rendah, 234 responden (70%) dengan tingkat penggunaan media sosial TikTok sedang, dan 48 responden (14%) dengan tingkat penggunaan media sosial TikTok tinggi. Sementara berdasarkan kategori FoMO dapat disimpulkan bahwa terdapat 46 responden (14%) dengan tingkatan FoMO rendah, 248 responden (74%) dengan tingkatan FoMO sedang, dan 41 responden (12%) dengan tingkatan FoMO tinggi.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil uji korelasi *Pearson Product Moment*, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara penggunaan media sosial TikTok dengan FoMO dengan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,304 dan nilai signifikansi  $p = 0,001$  ( $< 0,05$ ). Semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial TikTok, maka semakin tinggi pula tingkat adiksi FoMO pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penggunaan media sosial TikTok maka semakin rendah pula tingkat FoMO pada mahasiswa. Hubungan ini disebabkan oleh tingginya pengulangan untuk mendapatkan hiburan virtual TikTok dalam latihan sehari-hari, dengan tujuan bahwa kegugupan dan stres muncul jika Anda tidak dapat mengakses TikTok dan memengaruhi kecenderungan kegelisahan terhadap Melewatkan kesempatan besar (FoMO) kekhasan [19].

Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mutib (2023) yang juga mengungkapkan bahwa intensitas penggunaan media sosial TikTok memiliki hubungan yang signifikan terhadap fenomena FoMO [19]. Pada penelitian tersebut diketahui bahwa pengaruh penggunaan TikTok terhadap FoMO pada remaja awal di sebuah SMP di Kota Malang adalah sebesar 22,5%. Pada penelitian ini diketahui nilai  $R^2 = 0,105$ . Nilai tersebut berarti bahwa penggunaan media sosial TikTok memberikan pengaruh sebesar 10,5% terhadap FoMO pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Pernyataan Mutib (2023) sensasi kesengsaraan akan muncul untuk seseorang yang ditunjukkan oleh FoMO karena kebutuhan mental yang tidak terpenuhi dalam diri orang tersebut. [19]. Elhai, dkk. (2016) memahami bahwa individu yang melakukan kesalahan saat menggunakan gadget menghasilkan ketegangan, terutama ketika dilakukan dari waktu ke waktu, dan hal ini dapat memicu kesedihan dan FoMO [23].

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Solikha pada tahun 2022 di SMP X di Kota Semarang yang menjelaskan bahwa tingkat penggunaan suatu media sosial dapat mempengaruhi tinggi rendahnya tingkat FoMO pada penggunaannya [20]. Selain itu, durasi mengakses TikTok yang tinggi juga menimbulkan efek kecanduan terhadap mengakses TikTok [19].

Berdasarkan hasil kategorisasi penggunaan media sosial TikTok, diperoleh hasil bahwa sebagian besar subjek pada penelitian ini memiliki tingkat penggunaan media sosial TikTok pada kategori sedang yakni sebanyak 234 orang (70%). Begitu pula berdasarkan kategorisasi FoMO, diperoleh hasil bahwa sebagian besar subjek pada penelitian ini memiliki tingkat FoMO pada kategori sedang, yakni sebanyak 248 orang (74%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat penggunaan media sosial TikTok yang sedang yang dapat menyebabkan timbulnya FoMO.

Responden dengan tingkat FoMO kategori sedang didominasi oleh responden yang telah menggunakan TikTok lebih dari 3 tahun yaitu sebanyak 92 orang. Dalam penelitian yang dilakukan Komariah, dkk. dijelaskan bahwa semakin lama jangka waktu penggunaan suatu media sosial oleh individu, maka individu tersebut akan semakin merasa terdorong untuk dapat mengetahui lebih banyak hal lagi melalui media sosial yang dimilikinya dan merasa takut tertinggal informasi terbaru [24]

Sementara itu, berdasarkan jenis kelamin, responden dengan tingkat FoMO sedang dinominasi oleh mahasiswa perempuan yaitu sebanyak 176 orang. Berbeda dengan laki-laki, perempuan cenderung memiliki lebih besar tekanan sosial untuk mengikuti tren, menghadiri acara sosial, atau menjaga koneksi dengan teman-teman dan keluarga. Hal ini bisa menyebabkan rasa takut untuk melewatkan hal-hal yang dianggap penting dalam lingkungan sosial mereka sehingga mereka lebih mudah mengalami FoMO dibandingkan laki-laki.

Dengan hadirnya hiburan online TikTok yang menyajikan banyak sorotan menarik mulai dari rekaman singkat, biografi seseorang, berita terkini, saluran yang bagus untuk mentransfer rekaman, membuat orang-orang terdorong untuk terus mengakses hiburan berbasis internet TikTok untuk memenuhi kebutuhan mereka untuk bergaul dengan orang lain. Orang-orang umumnya akan menginvestasikan banyak energi di TikTok dengan alasan bahwa TikTok sebagai hiburan berbasis internet dapat menjadi panggung terbuka yang efektif dan menjadi perantara bagi individu yang disegarkan untuk mengetahui hal yang dilakukan orang lain kapan saja.

Penggunaan TikTok dengan intensitas tinggi dapat memunculkan perasaan emosi negatif seperti iri dan selalu membandingkan diri dengan orang lain setelah melihat berbagai postingan orang lain yang memamerkan kehidupannya yang dianggapnya lebih menyenangkan. Tingginya tingkat intensitas penggunaan TikTok membuat individu mempunyai kesadaran yang lebih tinggi tentang kegiatan sosial yang dilewatkannya sehingga berusaha mengikuti apa yang dilakukan oleh orang lain agar tidak ketinggalan. Seseorang yang semakin banyak menghabiskan waktunya di media sosial seperti TikTok, semakin membuka peluang untuk merasakan FoMO [20].

#### **IV. KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan signifikan antara penggunaan media sosial TikTok dengan FoMO (Fear of Missing Out) pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Hal ini berarti Semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial TikTok, maka semakin tinggi pula tingkat adiksi FoMO pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penggunaan media sosial TikTok maka semakin rendah pula tingkat FoMO pada mahasiswa. Variabel penggunaan media sosial TikTok memberikan pengaruh sebesar 10,5% terhadap FoMO. Sebagian besar subjek dalam ulasan ini, memiliki tingkat penggunaan hiburan berbasis internet TikTok dalam klasifikasi sedang. Demikian pula, tingkat FoMO pada banyak subjek juga berada dalam klasifikasi sedang.

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan psikologi, terutama mengenai penggunaan media sosial TikTok dan FoMO. Selain itu bagi mahasiswa diharapkan penelitian ini dapat menjadi pertimbangan agar mampu lebih bijak dalam menggunakan media sosial TikTok, sementara bagi pengajar dan orang tua diharapkan mampu memberi himbauan terhadap mahasiswa dalam menggunakan media sosial TikTok. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan teori dalam melakukan penelitian serupa pada penelitian selanjutnya.

Penelitian ini tentu tidak lepas dari sejumlah kekurangan. Limitasi pada penelitian ini di antaranya yaitu hanya menggunakan dua variabel saja. Sumbangan pengaruh penggunaan media sosial TikTok terhadap adiksi media sosial TikTok hanya berkisar 10,5%. Masih terdapat faktor lain yang memiliki pengaruh terhadap FoMO yang dirasa juga perlu diteliti lebih lanjut oleh penelitian berikutnya

## REFERENSI

- [1] J. Y. Harahap, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan," *J. EDUKASI J. Bimbing. Konseling*, vol. 3, no. 2, p. 131, 2017, doi: 10.22373/je.v3i2.3091.
- [2] B. APJII, "Survei APJII Pengguna Internet di Indonesia Tembus 215 Juta Orang," *APJII, Kuningan, Jakarta Selatan*, 2023. <https://apjii.or.id/berita/d/survei-apjii-pengguna-internet-di-indonesia-tembus-215-juta-orang>
- [3] V. Nainggolan, S. A. Randonuwu, and G. J. Waleleng, "Peranan Media Sosial Instagram dalam Interaksi Sosial Antar Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Unsrat Manado," *J. Acta Diurna*, vol. 7, no. 4, pp. 1–15, 2018, [Online]. Available: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/actadiurnakomunikasi/article/view/22022>
- [4] L. S. Putri, D. H. Purnama, and A. Idi, "Gaya hidup mahasiswa pengidap Fear of missing out di kota Palembang," *J. Masy. Budaya*, vol. 21, no. 2, pp. 129–148, 2019, [Online]. Available: <https://jmb.lipi.go.id/jmb/article/view/867>
- [5] F. Azka, D. F. Firdaus, and E. Kurniadewi, "Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa," *Psymphatic J. Ilm. Psikol.*, vol. 5, no. 2, pp. 201–210, 2018, doi: 10.15575/psy.v5i2.3315.
- [6] G. Arianti, "Kepuasan Remaja Terhadap Penggunaan Media Sosial Instragram Dan Path," *WACANA, J. Ilm. Ilmu Komun.*, vol. 16, no. 2, p. 180, 2017, doi: 10.32509/wacana.v16i2.21.
- [7] S. Nafisa and I. Kusuma Salim, "Hubungan antara Fear of Missing Out dengan Kecanduan Media Sosial," *J. Islam. Contemp. Psychol.*, vol. 2, no. 1, pp. 41–48, 2022, doi: 10.25299/jicop.v2i1.9406.
- [8] S. Siddik, M. Mafaza, and L. S. Sembiring, "Peran Harga Diri terhadap Fear of Missing Out pada Remaja Pengguna Situs Jejaring Sosial," *J. Psikol. Teor. dan Terap.*, vol. 10, no. 2, p. 127, 2020, doi: 10.26740/jppt.v10n2.p127-138.
- [9] N. Azmi, "Hubungan Antara Fear of Missing Out (FoMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa," Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2019.
- [10] T. L. Lahia, S. Salakay, and A. Bandjar, "Pengaruh Penggunaan Instagram Terhadap Perilaku Fear of Missing Out (Studi pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi Angkatan 2018-2020 Universitas Pattimura)," *J. Ilmu Komun. Pattimura*, vol. 1, no. 2, pp. 181–195, 2022, doi: 10.30598/jikpvolliss2pp181-195.
- [11] C. E. S. Kolinug and B. E. A. Prasetya, "Hubungan Antara Harga Diri Dengan Fear of Missing Out Pada Remaja Pengguna Media Sosial Di Sma Negeri 1 Manado," *Psikopedia*, vol. 2, no. 3, pp. 173–186, 2021.
- [12] N. A. Sianipar and D. V. S. Kaloeti, "Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Fear of Missing Out (FoMO) Pada Mahasiswa Tahun Pertama," *J. Empati*, vol. 8, no. 1, pp. 136–143, 2019.
- [13] K. Komala, I. Rafiyah, and Witdiawati, "Gambaran Fear of Missing Out (FoMO) pada mahasiswa fakultas keperawatan," *J. Nurs. Care*, vol. 5, no. 1, pp. 1–11, 2022.
- [14] K. Aprianti, "Fenomena Sindrom Fear of Missing Out (FoMO) pada Digital Natives: Kontribusi Positif Atau Negatif bagi Kualitas Pembelajaran Generasi Z," *J. Pendidik. Manaj. Perkantoran* 8(2) 207-216, vol. 8, no. 2, pp. 207–216, 2023.
- [15] E. Jedi, "DIGUNAKAN 109 JUTA ORANG, INDONESIA PUNYA PENGGUNA TIKTOK TERBANYAK KEDUA DI DUNIA," 2023. <https://www.suarapembaruan.com/article/hi-tech/digunakan-109-juta-orang-indonesia-punya-pengguna-tiktok-terbanyak-kedua-di-dunia>
- [16] S. Maimunah and S. Yohana, "HUBUNGAN MEDIA SOSIAL DENGAN BODY DISSATISFACTION



- PADA MAHASISWA PEREMPUAN DI KOTA SURABAYA Salma Maimunah Yohana Wuri Satwika Abstrak,” *Character J. Penelit. Psikologi. Jurnal Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 2, pp. 224–233, 2021.
- [17] A. Fauziah, *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tik Tok Terhadap Pengungkapan Diri ( Self Disclosure ) Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Negeri (SMKN) 10 Kota Bekasi.* 2021. [Online]. Available: <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/58103>
- [18] A. Malimbe, F. Waani, and E. A. A. Suwu, “Dampak Penggunaan Aplikasi Online Tiktok (Douyin) Terhadap Minat Belajar di Kalangan Mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi Manado,” *J. Ilm. Soc.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–10, 2021.
- [19] A. Mutib, “HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK DENGAN FENOMENA FEAR OF MISSING OUT (FOMO) PADA REMAJA AWAL,” *Skripsi*, pp. 7–37, 2019, [Online]. Available: <http://repositori.usu.ac.id/>
- [20] I. Solikha, “Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Siswa SMP N X,” Universitas Islam Sunan Agung, 2022.
- [21] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*, Edisi kedua. Bandung: Alfabeta, 2019.
- [22] K. W. Faizah, “Pengaruh Penggunaan Aplikasi Tiktok Terhadap Perilaku Narsisisme Mahasiswa Kpi Angkatan Tahun 2021 Iain Ponorogo,” 2021.
- [23] J. D. Elhai, J. C. Levine, R. D. Dvorak, and B. J. Hall, “Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use,” *Comput. Human Behav.*, vol. 63, pp. 509–516, 2016, doi: 10.1016/j.chb.2016.05.079.
- [24] K. Komariah, “Pengaruh Penggunaan Jejaring Sosial Terhadap Perilaku Fear of Missing Out (Fomo) Pada Remaja,” *Ilmu Pengetah. Sos.*, vol. 9, no. 9, pp. 3463–3471, 2022. I. Muamanah, “Fenomena Maraknya Coffee Shop Sebagai Gejala Gaya Hidup Anak Muda di Kota Metro,” vol. 45, no. 45, pp. 95–98, 2019.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*