

BAB 4

LAPORAN PENELITIAN

4.1. Orientasi Kancan Penelitian

Penelitian ini meneliti tentang *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Generasi Z. Demi mempermudah peneliti untuk memperoleh data yang sesuai maka peneliti memerlukan subjek yang berjumlah tiga orang dengan kriteria; mengalami FoMO tingkat tinggi yang dibuktikan oleh skala Przybylski yang diadaptasi oleh Syabani (2019), lahir pada rentang tahun 1995-2010 serta aktif menggunakan media sosial. Lokasi penelitian dilakukan secara *online* lewat aplikasi Zoom.

Pengambilan data penelitian kepada tiga subjek dan *significant others* dilakukan secara *online* dikarenakan situasi Pandemi Covid-19 di Indonesia yang tidak terkendali dan memaksa warga agar tetap berada di rumah. Hal ini merupakan langkah bagi peneliti dan subjek untuk mencegah penyebaran virus.

4.2. Persiapan Pengumpulan Data

4.2.1. Persiapan Pengumpulan Data

Pada tahapan ini, peneliti memulainya dengan membuat pedoman wawancara yang disusun sesuai teori-teori yang peneliti gunakan serta membuat pedoman observasi berdasarkan hal-hal yang peneliti ingin amati. Kedua, peneliti mencari dan memilih subjek-subjek sesuai dengan kriteria-kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya. Langkah ini dilakukan dengan menyebarkan Skala FoMO milik Przybylski yang dibagikan lewat Google Formulir. Adapun skala tersebut dilengkapi dengan keterangan bahwa yang berhak mengisi ialah Generasi Z yaitu generasi yang memiliki rentang tahun kelahiran antara 1995-2010.

Setelah itu, peneliti memilah respon-respon yang masuk ke Google Docs serta memilih beberapa orang yang memenuhi kriteria untuk dijadikan subjek penelitian. Kemudian, peneliti menghubungi calon-calon subjek tersebut, menanyakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian, menjadwalkan waktu pengambilan data serta memintanya untuk mengisi *Informed Consent* yang telah dibuat. Peneliti meminta subjek untuk menyiapkan aplikasi Zoom agar dapat terhubung dengan peneliti. Terakhir, peneliti juga menghubungi *significant other* para subjek untuk diwawancara sebagai bentuk triangulasi metode.

4.2.2. Pemilihan Subjek

Peneliti memilih subjek berdasarkan kriteria-kriteria yang telah disusun pada bab tiga. Mengacu pada kriteria tersebut maka subjek J, A dan M memenuhi syarat-syarat yang ada. Subjek J lahir pada tahun 1999, berusia 21 tahun dan memiliki total skor 36 pada skala FoMO. Subjek A lahir pada tahun 2002, berusia 18 tahun dan memiliki total skor 37 pada skala FoMO. Subjek M lahir pada tahun 2001, berusia 19 tahun dan memiliki total skor 35 pada skala FoMO. Selain itu, peneliti juga meminta data penggunaan aplikasi yang terdapat pada masing-masing ponsel yang dimiliki subjek.

4.3. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Pengumpulan data berupa wawancara dan observasi dilakukan satu kali tiap subjek. Pengumpulan data untuk ketiga subjek dibagi menjadi tiga sesi yang jamnya berbeda-beda pada hari minggu tanggal 17 Januari 2021. Pada sesi pertama, peneliti mewawancarai subjek J pada jam 10.00 WIB. Pada sesi kedua, peneliti mewawancarai subjek A pada jam 12.00 WIB. Pada sesi ketiga, peneliti mewawancarai subjek M pada jam 14.30 WIB.

Kemudian, peneliti juga membagi sesi wawancara kepada *significant person* pada tanggal 18 Juni 2021. *Significant person* subjek J diwawancara pada jam 11.00 WIB, *significant person* subjek A diwawancara pada jam 15.00 WIB dan *significant person* subjek M diwawancara pada jam 18.00 WIB. Adapun lokasi pengambilan data pada ketiga subjek dan *significant others* dilakukan di rumah masing-masing dan terhubung melalui aplikasi Zoom di laptop.

4.4. Hasil Penelitian

4.4.1. Subjek J

a) Identitas Subjek

Inisial : J
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Tanggal lahir : 15 Juni 1999
 Usia : 21 tahun
 Hobi : Bermain media sosial, masak

b) Hasil Wawancara tentang *Fear of Missing Out (FoMO)*

Subjek J bercerita bahwa ia memiliki hobi yaitu bermain media sosial. Adapun jenis-jenis media sosial tersebut ialah Yummy, Tiktok, Instagram, Youtube, Snapchat dan Twitter. Ia akan beralih ke aplikasi yang lain untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan. Dari beberapa media sosial tersebut, subjek J mengungkapkan bahwa media sosial yang paling sering ia gunakan adalah Tiktok. Pada aplikasi ini, ia menggunakannya untuk mencari informasi mengenai drama Korea, *skincare*, berita terkini, masakan, serta jenis *make up*. Lebih lanjut, subjek J mengatakan bahwa Tiktok mewakili seluruh media sosial yang ada karena di dalamnya terdapat bermacam-macam informasi yang disajikan. Informasi-informasi tersebut juga biasanya disajikan dengan menarik

dan praktis. Bahkan karena seringnya subjek J menggunakan Tiktok, aplikasi ini menjadi alat pengantar tidurnya.

Selain Tiktok, subjek J menggunakan media sosial lainnya untuk menghubungi teman, mencari gosip yang sedang beredar di masyarakat dan juga *vlog-vlog* artis. Subjek J menyebutkan bahwa media sosial yang sering ia gunakan selain Tiktok ialah Youtube. Aplikasi ini menyediakan informasi-informasi yang lebih panjang dan lengkap dibanding Tiktok. Sama seperti Youtube, Twitter juga menyediakan berbagai informasi dan isinya pun berbobot. Akan tetapi, ketika subjek J tidak mendapatkan informasi yang ia inginkan, ia akan merasa cemas dan sedih.

Saat ini, dunia sedang dilanda pandemi Covid-19. Subjek J mengatakan bahwa dalam masa pandemi seperti ini meningkatkan intensitas penggunaan media sosialnya karena semua serba *online* dan banyak waktu luang. Ia bercerita bahwa di saat kuliah, di jalan, dimanapun ia berada dan kapanpun, *gadget* selalu melekat pada dirinya. Subjek J juga memiliki ketertarikan pada drama Korea sehingga ia selalu mengikuti perkembangan dari drama yang ia tonton dan tidak sabar untuk perkembangan selanjutnya. Bahkan dalam jam-jam perkuliahan daring, ia masih menyempatkan untuk menonton drama Korea. Subjek J juga mengungkapkan apabila ia terlalu lama mencari informasi di *gadget*, ia sering merasa capek dan matanya perih.

Pandemi juga mempengaruhi intensitas komunikasi secara langsung demi mencegah penyebaran virus ini. Intensitas pertemuan secara tatap muka dengan teman-temannya yang berkurang membuat subjek J semakin penasaran apa yang temannya sedang lakukan. Biasanya, subjek J menggunakan Instagram melalui fitur *instastory* untuk mengetahui kabar teman-temannya. Tak

jarang apabila subjek J tidak mendapatkan suatu informasi di sebuah aplikasi, ia akan beralih ke aplikasi lain hingga menemui informasi tersebut karena menurutnya aplikasi lain lebih lengkap.

Kelekatan subjek J akan *gadget* membuatnya sering mencari hal-hal yang sedang *trending* lewat *hashtag* di Twitter maupun media sosial lainnya. Subjek J juga mengatakan bahwa apabila teman-temannya melakukan sesuatu misal memasak suatu masakan, ia tertarik untuk memasak juga. Selain itu, apabila subjek J melihat orang lain maupun temannya membagikan momen bahagia, ia pun tertarik untuk bergabung juga. Subjek J mengungkapkan bahwa apabila ia tidak menyukai seseorang, ia merasa iri terhadap hal yang orang tersebut bagikan lewat media sosialnya. Tak jarang, agar mengetahui momen-momen atau informasi lainnya, subjek J langsung menghubungi temannya lewat *chat* maupun *video call*. Apabila orang-orang yang baru ia kenal, subjek J akan mencari informasi-informasi terkini agar dapat dijadikan bahan obrolan. Informasi-informasi tersebut juga berguna bagi subjek untuk mengembangkan diri.

Subjek J menyadari bahwa hal-hal tersebut jika berlebihan akan membuang-buang waktunya dan tidak berfaedah. Namun, subjek tetap melakukan hal tersebut. Lebih lanjut, subjek menyatakan alasannya mencari informasi-informasi ini. Subjek J mengatakan bahwa hal ini dilakukan untuk mengembangkan diri. Hal ini misalnya berupa; belajar memasak, belajar olahraga yoga serta belajar bahasa;

Selain itu, subjek juga mencari informasi untuk dapat terhubung dengan teman-temannya. Apabila ia mencari informasi-informasi tersebut maka ia tahu apa yang ia harus lakukan apabila terjadi hal-hal tertentu. Subjek J juga takut

kehilangan temannya apabila tidak mengetahui informasi-informasi tersebut termasuk momen-momen bahagia yang terlewatkan. Subjek J mengatakan bahwa hal ini dimulai saat ia berada di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA).

Pada masa SMA, subjek J dan teman-temannya membuat *second account* agar dapat mengetahui apa yang orang lain lakukan tanpa ketahuan. *Second account* ini digunakan subjek untuk mencari informasi-informasi yang berkaitan dengan percintaan. Subjek J mengatakan bahwa ia mencari informasi-informasi ini lewat *second account* karena ia malu untuk bertanya secara langsung. Apabila mencari informasi mengenai seseorang, ia cenderung menggali informasi tersebut secara mendalam misalnya saat orang tersebut berada di bangku sekolah dasar. Tak jarang, apabila akun orang yang ia cari ternyata dikunci, ia tetap merasa penasaran dan menduga-duga sendiri sehingga muncul rasa tidak puas.

c) Analisis Kasus Subjek

Bencsik dkk. (2016) generasi ini merupakan generasi yang lahir dalam rentang tahun 1995-2010. Dalam hal ini, subjek J merupakan generasi Z karena ia lahir pada tahun 1999. Ia merupakan perempuan yang erat sekali dengan media sosial. Hal ini ia tunjukkan ketika ia berbicara mengenai hobi-hobinya. Salah satu hobinya tersebut adalah bermain media sosial. Adapun aplikasi-aplikasi yang ia gunakan adalah Yummy, Tiktok, Instagram, Youtube, Snapchat dan Twitter.

Keeratan subjek J terhadap media sosial ini dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain; *trending*, waktu luang dan *second account*. Nasrullah (2015) mengungkapkan bahwa *trending topic* dapat ditemukan di aplikasi Twitter yang membagikan maupun membahas topik

tertentu. Biasanya, orang-orang membicarakan tersebut di berbagai media sosial dan dapat muncul juga dalam bentuk *hashtag*. Subjek J seringkali mencari berbagai berita maupun informasi terkini di aplikasi tersebut misalnya hal yang *trending* mengenai Raffi Ahmad. Menurut subjek, apapun yang sedang dibicarakan di Twitter biasanya muncul juga pada aplikasi yang lain. Sejalan dengan Mayfield (2008) mengungkapkan bahwa media sosial memiliki asas keterbukaan terhadap informasi-informasi serta partisipasi.

Subjek J menjelaskan alasan mengapa ia mengikuti informasi-informasi yang sedang *trending* sehingga hal ini juga mempengaruhi intensitas penggunaan media sosialnya. Ia mengungkapkan ketika ia mengikuti hal-hal yang sedang hangat dibicarakan, maka hal itu dapat mempermudah percakapannya dengan orang lain. Subjek J mengatakan bahwa ia suka berkomunikasi dengan orang lain dan ketika berkomunikasi maka dibutuhkan bahan obrolan. Oleh karena itu, salah satu caranya agar dapat berkomunikasi maupun berelasi adalah mencari hal-hal yang sedang hangat terjadi atau biasa disebut hal-hal yang sedang *trending*. *Trending* merupakan salah satu stimulus untuk mengetahui informasi meliputi pikiran, perasaan, maupun hal lain yang dapat ditangkap melalui indera (Abdurakhman & Rusli, 2017).

Faktor selanjutnya yang berperan penting adalah waktu luang. Subjek merasa di masa Pandemi Covid-19 seperti ini, banyak waktu luang yang ia miliki karena hampir semua aktivitas bersifat *online*. Dikarenakan hal tersebut, subjek J cenderung menggunakan media sosialnya tanpa batas waktu, entah itu saat perkuliahan berlangsung, di jalan, dan juga di saat menjelang tidur. Hal ini juga didukung oleh pernyataan *significant person* yang mengungkapkan bahwa subjek J pasti memegang hp tiap saat khususnya untuk terhubung dengan teman-teman

organisasinya. Ketika ingin menghubungi temannya, subjek J juga mencari waktu luang untuk menanyakan kabar. Oleh sebab itu, banyaknya waktu luang yang dimiliki subjek mempermudah untuk mencari informasi-informasi yang diinginkan dan terhubung dengan orang lain.

Second account merupakan faktor yang terakhir yang mempengaruhi keeratan subjek dalam menggunakan media sosial. Subjek J mengungkapkan bahwa akun kedua atau *second account* pada media sosial yang ia miliki turut mempermudah dalam mencari informasi-informasi mengenai teman-temannya maupun orang yang tidak ia ikuti media sosialnya. Ia mengungkapkan bahwa melalui akun keduanya, ia dapat memantau informasi-informasi mengenai seseorang terkhusus perihal hubungan percintaan. Subjek J dapat memantau seseorang tanpa diketahui identitas aslinya.

Subjek J mengungkapkan bahwa ia akan merasa malu apabila bertanya secara langsung karena sudah tidak terlalu dekat dengan individu tersebut. Agustina (2015) mengungkapkan bahwa hal ini merupakan salah satu bentuk dari *dissociative anonymity* ketika individu ingin menyembunyikan sebagian ataupun semua identitas dirinya bahkan merubahnya dari kehidupan aslinya. Subjek J akan merasa aman apabila identitasnya tidak diketahui karena orang yang ia cari sudah cukup lama tidak ia hubungi.

Ketiga faktor di atas membuat subjek J semakin erat dengan media sosial. Keeratan ini juga terhitung dari intensitas penggunaan *gadget* yang dimiliki subjek berkisar cukup tinggi yaitu sembilan jam dan dua belas menit perharinya. Tingginya intensitas penggunaan ini juga subjek jelaskan bahwa aplikasi Tiktok menjadi salah satu alat penghantar tidurnya. Sejalan dengan hal tersebut, *significant person* mengungkapkan bahwa ia seringkali mendengar

suara subjek J sedang bertelepon dengan temannya di saat subuh. Subjek J sudah melewati batas wajar penggunaan *gadget* karena untuk orang dewasa batasnya adalah kurang dari empat jam perharinya (Aljomaa, Al.Qudah, Albursan, Bakhiet & Abduljabbar, 2016).

Keeratan akan media sosial pada subjek J berperan penting dalam pencarian informasi dan juga pada pemenuhan kebutuhan akan aspek-aspek dalam *Self-Determination Theory*. Aspek-aspek tersebut mencakup *competence*, *relatedness*, serta *autonomy*.

Menurut Deci dan Ryan, *competence* merupakan kemauan yang ada di dalam diri seseorang agar merasa efektif dalam mencari tantangan yang bersifat optimal, berelasi dengan lingkungan, serta juga melambangkan kebutuhan untuk melatih kemampuan (Reeve & Sickenius, 1994). Pada subjek J, kebutuhan akan *competence* nampak ketika ia mencari pengetahuan yang berbobot melalui aplikasi Twitter serta belajar memasak, berbahasa, berolahraga lewat Tiktok maupun Youtube. Perihal memasak, *significant person* juga mengucapkan hal serupa. Hal ini menunjukkan bahwa subjek mau untuk melatih kemampuannya dan mencari tantangan yang baru. Namun, subjek mengungkapkan bahwa ia tidak merasa efektif dalam melakukan suatu pekerjaan. Ia mengatakan bahwa hal-hal tersebut berlebihan, tidak berfaedah dan menyita waktunya namun tetap ia lakukan. Perasaan ini berujung pada rendahnya pemenuhan kebutuhan akan *competence* yang berakibat *Fear of Missing Out* (FoMO) (Przybylski dkk., 2013).

Kebutuhan akan *competence* pada subjek J membuatnya memulai mencari informasi, melihat strategi apa yang dapat digunakan dan media apa yang digunakan. Kebutuhan ini disebut juga dengan *autonomy* yang dapat dimaknakan sebagai pengalaman dalam merasakan pilihan, dukungan, serta

keinginan individu untuk memulai, memelihara dan juga mengakhiri perilaku (Niemic dkk., 2006). Hal ini dimulai dengan mencari sesuatu yang sedang *trending*, apa yang sedang hangat dibicarakan pada saat itu. Berdasarkan wawancara dengan *significant person*, subjek J suka mencari barang di *online shop* dan melihat informasi terbaru seperti film yang tayang di bioskop. Subjek J juga mengungkapkan seringkali turut merasa cemas dan sedih apabila tidak mendapatkan informasi yang ia inginkan sehingga hal ini berujung pada rendahnya pemenuhan kebutuhan akan *autonomy*.

Rendahnya pemenuhan akan *autonomy* juga dipengaruhi oleh kebutuhan akan *relatedness*. Ia merasa kecewa apabila tidak kunjung mendapatkan kabar temannya dan akan menghubunginya melalui aplikasi yang lain hingga mendapatkan kabar tersebut. Biasanya, ia menggunakan fitur *instastory* dfl Instagram. Ia juga membuat *second account* agar tahu informasi tentang temannya yang ia butuhkan. Lebih lanjut, agar dapat selalu terhubung ia sering membagikan hal yang sedang *trending* dengan temannya. Hal ini juga membuat subjek J tergantung dengan temannya dan ia mencontohkan ketika temannya ingin memasak atau melakukan aktivitas lainnya, ia pun ingin melakukan hal tersebut. Abel dkk. (2016) individu dengan FoMO berusaha agar bisa merasa "sama" dengan yang temannya maupun orang lain baik itu pengalaman, hal-hal atau barang-barang yang mereka miliki.

Subjek dan teman-temannya sudah membuat *second account* sejak subjek J duduk di bangku SMA. Subjek juga mengungkapkan bahwa ia merasa takut ketika melewatkan momen-momen bersama teman-temannya. Ia takut tertinggal bahkan kehilangan temannya. Przybylski dkk., (2013) mendefinisikan hal ini sebagai keinginan besar untuk tetap dapat terhubung dengan apa yang

sedang orang lain lakukan yang disebut dengan FoMO. Hal ini juga didukung kembali oleh pernyataan *significant person* bahwa subjek J pernah merasa sedih ketika dilarang oleh ibunya untuk tidak ikut organisasi dan fokus kuliah. Ia turut merasa tidak puas, sedih, kecewa serta penasaran ketika tidak kunjung mendapatkan informasi yang ia inginkan. Hal ini merupakan bentuk tidak terpenuhinya kebutuhan akan *relatedness*. *Relatedness* merupakan kebutuhan ketika individu untuk selalu ingin merasa terhubung dengan orang lain.

Sianipar dan Kaloeti (2019) mengungkapkan rendahnya pemenuhan kebutuhan psikologis akan *competence*, *autonomy*, dan *relatedness* berpotensi menimbulkan sebuah kecemasan yang berbasis teknologi ketika tidak mengetahui apa yang sedang orang lain lakukan serta informasi-informasi terbaru yang dikenal dengan *Fear of Missing Out* (FoMO). Hal ini diungkapkan subjek J karena ia merasakan sejumlah perasaan seperti ketidakpuasan, sedih, kecewa, tidak efektif, merasa tidak dilibatkan dan berujung ketakutan serta hal ini menjadi salah satu aspek FoMO yang diungkapkan JWT Intelligence (2012). Dalam mengalami FoMO, subjek J juga dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam JWT Intelligence (2012) yaitu keterbukaan informasi di media sosial, *hashtag* dan banyaknya stimulus untuk mengetahui informasi.

Dibuktikan dengan skala FoMO oleh Przybylski yang telah diadaptasi oleh Syabani (2019) menghasilkan skor yang berjumlah 36 yaitu lebih dari 32,79 sehingga subjek J tergolong individu dengan FoMO tinggi.

Pada matriks 4.1. di bawah ini terdapat matriks antar tema yang telah direkap bersumber dari hasil wawancara subjek J.

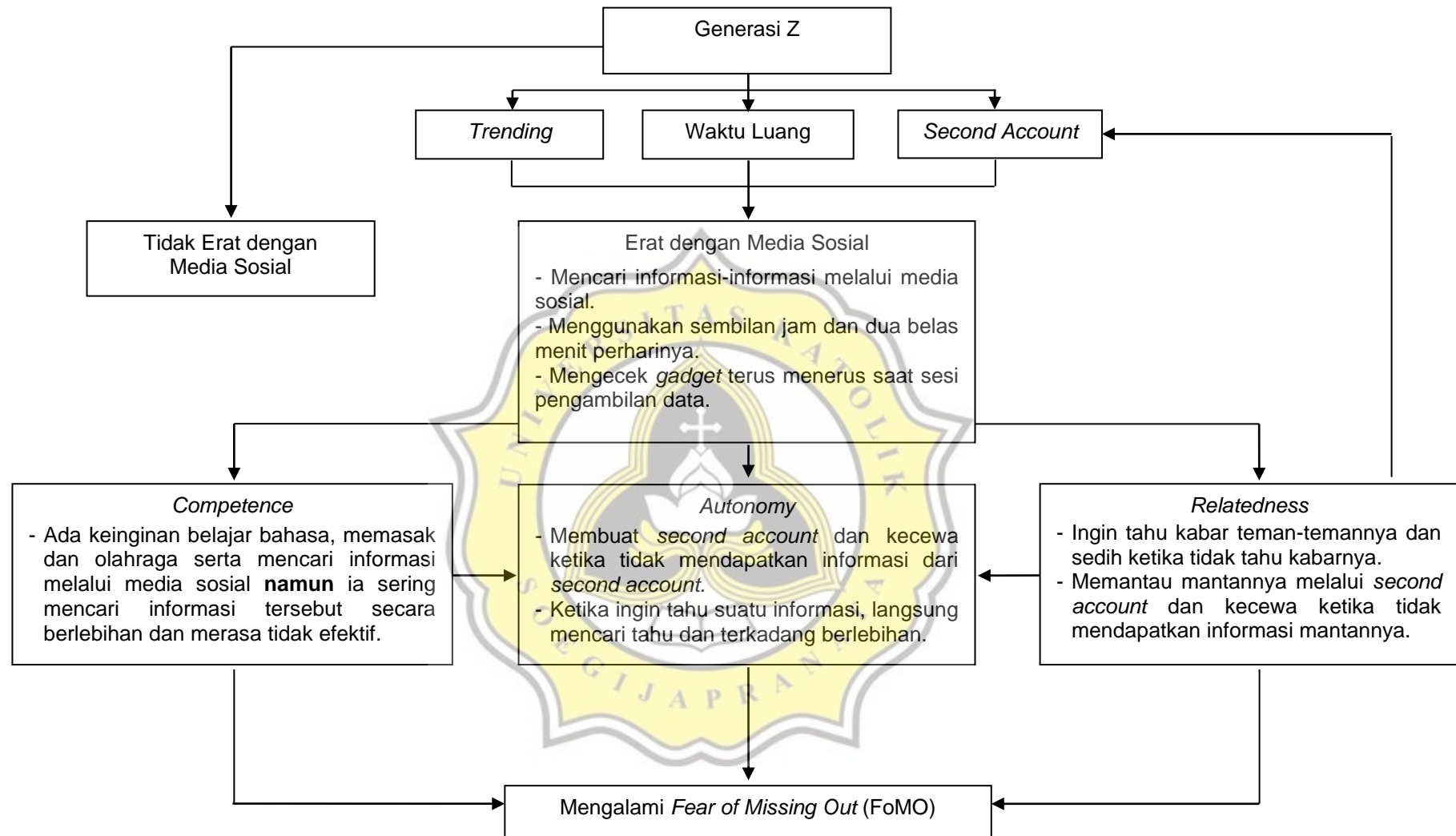
Matriks 4.1. Matriks Subjek J

	CP	AT	RL	WL	SA	TR	BJ
		↑					

CP ---
AT --- ←
RL --- ↗
WL ---
SA ---
TR ---
BJ ---







Gambar 4.1. Skema *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Subjek J

4.4.2. Subjek A

a) Identitas Subjek

Inisial	: A
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tanggal lahir	: 19 Juni 2002
Usia	: 18 tahun
Hobi	: Bernyanyi, makan, memasak, menonton film

b) Hasil Wawancara tentang *Fear of Missing Out (FoMO)*

Subjek A mengungkapkan bahwa ia memiliki hobi yang berbagai macam, seperti menyanyi, makan serta menonton film yang berkaitan dengan isu-isu sosial maupun genre horror. Dalam masa pandemi ini tentu tidak jauh dari kata bosan karena terdapat banyak waktu luang. Subjek A mengatakan bahwa dalam masa pandemi ia sering mencoba berbagai resep masakan sehingga hal ini menjadi hobinya juga. Selain hobi-hobi tersebut, subjek juga bercerita bahwa ia lumayan dekat dengan *gadget*.

Masa pandemi seperti ini membuat subjek A semakin sering membuka media sosial. Ia mengungkapkan bahwa ketika merasa bosan dalam masa pandemi, ia rutin mengecek aplikasi Whatsapp dan Line untuk melihat apakah ada *chat* yang masuk. Selain aplikasi tersebut, subjek A juga mengatakan bahwa ia sering membuka aplikasi Whatsapp, Facebook, Tiktok, Instagram serta Youtube.

Subjek A juga menjelaskan alasannya membuka aplikasi-aplikasi tersebut. Subjek A mengungkapkan bahwa sebenarnya ia mengunduh aplikasi Tiktok karena diminta oleh pihak kampus untuk suatu penugasan. Namun seiring berjalannya waktu subjek A mengatakan bahwa banyak tips yang berguna bagi

perkuliahannya atau hanya sekedar kesenangan semata. Selain Tiktok, subjek A juga menggunakan aplikasi Instagram yang ia gunakan untuk menghibur dirinya dan tidak beda jauh dengan Tiktok. Selanjutnya, ia menggunakan aplikasi Whatsapp untuk menghubungi seseorang atau mendapatkan informasi-informasi mengenai perkuliahannya namun tidak untuk informasi yang sedang hangat dibicarakan karena dalam aplikasi Whatsapp banyak berita bohong. Beda dengan aplikasi-aplikasi yang telah dijelaskan sebelumnya, subjek A terkadang menggunakan aplikasi Youtube untuk mencari tayangan yang menurutnya kurang berfaedah seperti *mukbang*.

Dalam mencari dan menemukan informasi-informasi yang ia inginkan seperti berita terkini yang sedang *trending*, subjek A menggunakan aplikasi Instagram. Subjek biasanya melihat konten-konten yang dibuat orang lain serta juga membuka *explore* yang merupakan salah satu fitur di Instagram. Fitur tersebut menyediakan segala sesuatu yang sedang hangat dibicarakan oleh masyarakat. Selain fitur tersebut, ia juga mengikuti berbagai *influencer* di Indonesia seperti Rachel Venny. Hal ini dikarenakan seringnya *influencer* Indonesia yang menggalang donasi apabila ada suatu bencana yang terjadi. Selain Instagram, subjek A juga menggunakan Google dan Youtube apabila ingin mencari informasi tertentu.

Ketika subjek A tidak kunjung mendapatkan informasi yang ia inginkan khususnya mengenai teman-temannya, ia merasa gereget dan bertanya-tanya apakah ada yang salah di dalam dirinya. Subjek A akan mencari dari satu aplikasi ke aplikasi lainnya hingga informasi tersebut ia dapatkan. Apabila subjek A sudah mendapatkan informasi yang diinginkan, ia ingin percakapan tersebut menjadi berkelanjutan. Subjek A akan merasa kesal apabila percakapannya

dengan temannya berakhir. Lebih lanjut ia mengungkapkan bahwa ia merasa senang apabila dapat membagikan maupun mendapatkan informasi. Dari hal tersebut, subjek A merasa mendapatkan keuntungan secara pengetahuan.

Subjek A menjelaskan mengapa ia perlu mencari berbagai informasi. Ia mengungkapkan bahwa hal tersebut ia lakukan agar dirinya berjaga-jaga terhadap apa yang sedang dan akan terjadi pada masyarakat. Ia juga turut mendoakan apabila terjadi bencana dibanding mengunggah postingan apabila ada musibah yang terjadi.

Selain hal tersebut, ia mengungkapkan bahwa hal ini juga terkait dengan relasi. Ketika ia tahu kabar mengenai teman-temannya, ia mengerti apa yang perlu dilakukan sebagai *support system* yang baik. Kabar yang ia dapatkan dari teman-temannya juga tak jarang mempengaruhi suasana hati subjek. Apabila temannya sedang merasa baik ia-pun merasa baik juga, begitupun sebaliknya. Subjek A menyatakan apabila ia mencari informasi mengenai temannya secara mendalam maka ia menganggap bahwa individu tersebut merupakan salah satu orang penting dalam kehidupannya. Biasanya subjek A menanyakan kabar teman-temannya lewat aplikasi Whatsapp lewat chat maupun *video call*.

Subjek A mengungkapkan juga bahwa alasan ia mencari informasi-informasi ini agar dapat terhubung dengan orang lain. Jika ia bertemu teman-temannya yang sejurusan dalam perkuliahan maka hasil pencarian informasinya berguna untuk pemantik obrolan. Ia juga cenderung mendiskusikan hal-hal yang bersifat fakta dengan cara mencari kebenarannya terlebih dahulu lewat media sosial. Subjek A mengatakan hal ini berguna karena berkaitan dengan ilmu yang ia butuhkan untuk kedepannya.

Subjek A mengungkapkan ketika ia ketinggalan suatu informasi maka kedepannya ia tidak akan mengerti apa yang sedang dibicarakan. Begitu juga dengan momen-momen yang ia lewatkan bersama temannya, ia turut merasa sedih karena merasa tidak dilibatkan. Subjek A menyadari bahwa beberapa tindakannya ini merupakan hal yang kurang penting.

c) Analisis Kasus Subjek

Subjek A merupakan mahasiswa kelahiran tahun 2002 dan tergolong generasi Z menurut Bencsik dkk. (2016). Hobi yang ia miliki bermacam-macam, antara lain; bernyanyi, makan, memasak dan menonton film. Film yang biasanya ia tonton memiliki latar belakang isu sosial. Hal ini dikarenakan subjek merupakan Mahasiswa Hubungan Internasional di salah satu universitas di Indonesia.

Dalam masa pandemi ini, subjek A memiliki waktu luang yang cukup banyak dan waktu ini ia gunakan untuk menggunakan *gadget* untuk mendengarkan lagu, menonton film serta mencari informasi khususnya seputar resep masakan. Hal ini membuat subjek A erat dengan media sosial. Lebih lanjut, ia mengungkapkan bahwa seringkali ia mengecek aplikasi Whatsapp dan Line untuk mengetahui apakah ada pesan yang masuk. Biasanya, ia juga melihat konten-konten di Instagram milik temannya. *Significant person* subjek A pun turut mengatakan hal yang serupa.

Apabila dilihat dari intensitas penggunaan media sosial pada subjek A, rerata perhari dalam penggunaannya berkisar enam jam dan empat puluh dua menit. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial pada subjek A juga cenderung tinggi melewati batas wajar walaupun tidak setinggi subjek J.

Intensitas tersebut sudah melewati batas wajar karena untuk orang dewasa batasnya adalah kurang dari empat jam perharinya (Aljomaa dkk., 2016).

Subjek A mengungkapkan alasannya mengapa ia perlu mencari informasi-informasi tersebut melalui media sosial. Ia mengungkapkan bahwa hal ini dilakukan agar dapat berjaga-jaga mengenai hal yang akan terjadi pada masa depan. Lebih lanjut, ia mengungkapkan bahwa ia perlu melakukan hal tersebut karena ia tidak tahu apa yang akan terjadi kedepannya, misalnya seperti bencana. Keterbukaan informasi di media sosial memudahkannya mencari informasi tersebut. Mayfield (2008) mengungkapkan bahwa salah satu faktor FoMO adalah asas keterbukaan di media sosial terhadap informasi-informasi serta partisipasi serta jarang ada hambatan untuk mengakses dan membuat konten. Jika ia tahu informasi tersebut, ia akan segera mempersiapkan dan memikirkan tindakan selanjutnya.

Selain bencana, ia juga mengungkapkan bahwa ia perlu tahu dan paham materi yang akan datang terkait perkuliahannya. Hal ini dikarenakan sebagai mahasiswa, dosen menuntut kekritisn dalam perkuliahan sehingga ia berusaha mencari berbagai materi melalui internet. Dalam hal ini, stimulus untuk mengetahui informasi adalah ajakan dosen untuk bersikap kritis, perasaan untuk selalu berjaga-jaga dan lainnya. Banyaknya stimulus untuk mengetahui informasi merupakan salah satu faktor FoMO dalam JWT Intelligence (2012).

Hal di atas juga merupakan salah satu usaha untuk memenuhi kebutuhan akan *competence*. Pemenuhan kebutuhan ini juga nampak ketika subjek A mulai merasa bahwa berbagai aplikasi sangatlah berguna untuk perkuliahannya karena ia menemukan hal-hal yang bersifat fakta yang dapat mengembangkan pengetahuannya secara akademik. Akan tetapi, ia seringkali merasa tidak efektif

dan efisien ketika mencari sesuatu yang sifatnya tidak berfaedah dan terlalu berlebihan. Perasaan tidak efektif dan efisien ini menunjukkan rendahnya kebutuhan akan *competence* (Reeve & Sickenius, 1994).

Di saat diskusi dengan teman mengenai materi perkuliahan, subjek A pun mempersiapkan materi diskusi yang dibutuhkan terlebih dahulu. Jika ia tidak segera mengetahui informasi tersebut ia merasa tertinggal karena hal-hal tersebut adalah berkaitan. Individu dengan FoMO berusaha agar bisa merasa “sama” dengan yang temannya maupun orang lain baik itu pengalaman, hal-hal atau barang-barang yang mereka miliki (Abel dkk., 2016). Santhoso dan Hakim (2012) mengungkapkan apabila subjek tidak merasa “sama” hal ini menimbulkan jurang pemisah antara pendapat mereka dengan peluang nyata khususnya ketika ia membandingkan dengan orang lain di masa lalu atau situasi pada kelompok-kelompok pembanding.

Perlunya subjek berjaga-jaga juga berkaitan dengan relasi. Hal ini ia ungkapkan ketika ada temannya yang menceritakan kesalahan maupun masalahnya maka kedepannya subjek tidak akan melakukan kesalahan tersebut. Dari hal tersebut, juga subjek dapat mengambil beberapa pelajaran hidup. Ia juga dapat segera memikirkan dan melakukan tindakan lanjut ketika temannya terjerumus ke dalam permasalahan. Hal ini membuat subjek A ingin selalu terhubung dengan orang lain.

Perasaan untuk selalu ingin terhubung dengan orang lain dijelaskan dalam *Self-Determination Theory* yaitu *relatedness*. *Relatedness* dapat berbentuk kebutuhan untuk merasakan situasi seperti pertalian yang kuat, hangat dan peduli dapat memuaskan kebutuhan untuk berelasi (Przybylski dkk., 2013). Lebih lanjut, subjek A mengatakan bahwa ia sering menanyakan kabar dan

mencari informasi mengenai temannya. *Significant person* juga mengungkapkan bahwa subjek A menyempatkan untuk mengecek *gadgetnya* agar dapat terhubung dengan kekasihnya. Di lain sisi, subjek A merasa suka lupa waktu dan tempat apabila sedang berbicara melalui sambungan telepon karena terlalu asik. Ketika ia tahu bahwa teman maupun kekasihnya sedang merasa kurang baik maka ia dapat dengan segera melakukan tindakan tertentu.

Selain hal di atas, subjek A ingin selalu merasa terhubung dengan teman-temannya karena ia suka berdiskusi mengenai perkuliahan dan ingin menjadi *support system* yang baik. Ia akan merasa sedih apabila mengetahui temannya sedang dalam kondisi yang kurang baik. Menurut *significant person*, subjek A akan merasa sedih lagi jika ia tidak dapat terlibat dalam suatu momen bersama teman-temannya. Hal ini menunjukkan bahwa subjek A menaruh perhatian yang sangat besar untuk memenuhi kebutuhan ini. Surtana (2018) FoMO juga sangat berhubungan dengan kepekaan yang lebih besar pada pengalaman inklusif sosial. Hal ini membuat subjek A mencari peluang agar bisa berinteraksi dengan orang lain. Ia akan merasa kesal dan tertinggal apabila percakapan bersama temannya selesai sehingga kebutuhan akan *relatedness* menjadi tidak terpenuhi.






Kebutuhan-kebutuhan di atas tentunya tidak terlepas dari peran subjek dalam memulai, memelihara dan mengakhiri perilakunya. Hal ini merupakan bentuk pemenuhan kebutuhan akan *autonomy*, ia memulai untuk mengikuti akun media sosial milik Rachel Venny, Sandiaga Uno dan mencari berita terkini misalnya jatuhnya pesawat Sriwijaya Air. *Significant person* menambahkan bahwa subjek A juga merupakan *fans* dari Raisa sehingga ia selalu tahu informasi terbaru dari figur tersebut. Ia juga mengunduh aplikasi Tiktok, Whatsapp dan Line. Hal-hal tersebut subjek lakukan atas kehendaknya sendiri.

Tak jarang, subjek juga merasa lupa waktu dan hal ini berdampak negatif pada tubuhnya. subjek A mengungkapkan ketika pada akhirnya informasi tidak kunjung didapat dan percakapan bersama temannya berakhir, ia akan merasa kecewa. Lebih lanjut ia juga merasa gereget dan gelisah karena ingin selalu terhubung dan berkelanjutan. JWT Intelligence (2012) mengungkapkan bahwa perasaan gelisah muncul ketika seseorang tidak mengetahui dan tidak dilibatkan dalam momen-momen tanpa dirinya. Hal ini membuat khawatir sehingga ia tidak ingin kehilangan momen-momen tersebut.

Menurut Sianipar dan Kaloeti (2019) rendahnya pemenuhan kebutuhan psikologis akan *competence*, *autonomy*, dan *relatedness* berpotensi menimbulkan sebuah kecemasan yang berbasis teknologi ketika tidak mengetahui apa yang sedang orang lain lakukan serta informasi-informasi terbaru yang dikenal dengan *Fear of Missing Out* (FoMO). Dalam mengalami FoMO, subjek A juga dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam JWT Intelligence (2012) yaitu keterbukaan informasi di media sosial, banyaknya stimulus dan juga kondisi deprivasi relatif. Dibuktikan dengan skala FoMO oleh Przybylski yang telah diadaptasi oleh Syabani (2019) subjek A menghasilkan skor yang berjumlah 37 yaitu lebih dari 32,79 sehingga tergolong FoMO tinggi.

Pada matriks 4.1. di bawah ini terdapat matriks antar tema yang telah direkap bersumber dari hasil wawancara subjek A.

Matriks 4.1. Matriks Subjek A

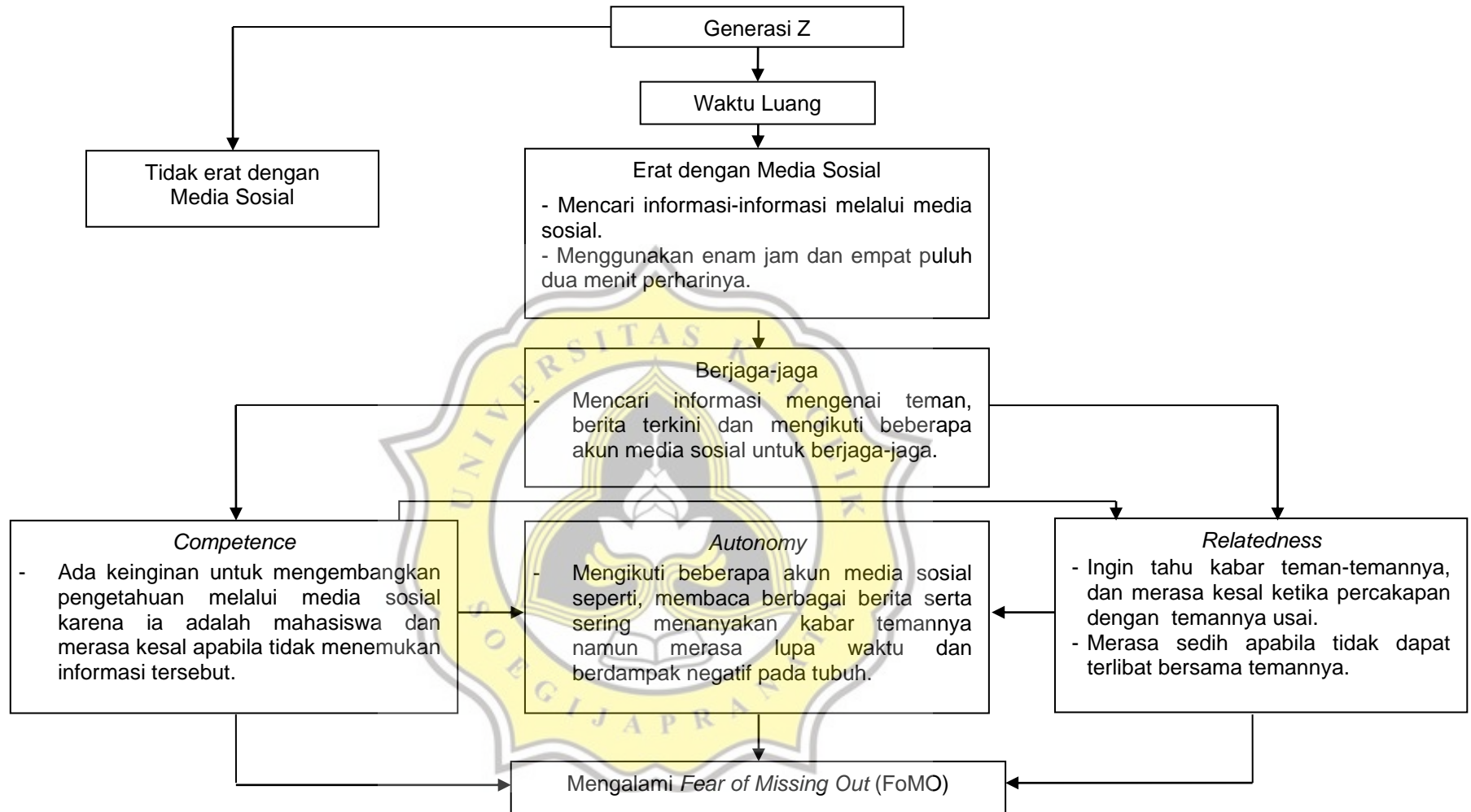
	RL	CP	WL	AT	BJ
RL	----				
CP		----			
WL			----		

AT

BJ







Gambar 4.2. Skema *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Subjek A

4.4.3. Subjek M

a) Identitas Subjek

Inisial	: M
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tanggal lahir	: 7 November 2001
Usia	: 19 tahun
Hobi	: Berenang, menonton Youtube, menonton film

b) Hasil Wawancara tentang *Fear of Missing Out (FoMO)*

Subjek M mengungkapkan bahwa kesehariannya, ia suka berolahraga seperti berenang. Selain berenang, ia juga suka menonton video di Youtube maupun menonton film. Biasanya, ia menggunakan media sosial pada malam hari. Dalam masa pandemi seperti ini dengan banyaknya waktu luang, subjek sering menonton berbagai video di Tiktok, melihat berbagai *tweet* di Twitter, serta postingan di Instagram. Intensitas penggunaan media sosial tersebut pun meningkat karena berbagai agenda yang telah direncanakan malah dibatalkan demi menghindari penyebaran Virus Covid-19.

Alasan ia menggunakan beberapa media sosial tersebut pun beragam. Subjek M menggunakan aplikasi Twitter sejak Sekolah Dasar (SD), namun mengunduh ulang aplikasi tersebut pada tahun 2018. Subjek M mengungkapkan alasan ia mengunduh ulang karena teman-teman semasa Sekolah Menengah Atas (SMA) juga menggunakan aplikasi tersebut. Twitter menyediakan banyak informasi terkini seperti gempa, banjir maupun informasi lainnya. Subjek M mencari informasi-informasi tersebut melalui *hashtag* yang sedang ramai dibicarakan. Maka dari itu, aplikasi ini berfungsi juga sebagai penambah

pengetahuan untuk dirinya. Subjek M juga mengatakan bahwa aplikasi ini membuatnya nyaman apabila ingin mengungkapkan isi hatinya.

Beda dengan Twitter yang menyediakan banyak informasi mengenai kejadian terkini, subjek memiliki alasan yang berbeda dalam menggunakan aplikasi Instagram dan Tiktok. Kedua aplikasi tersebut ia gunakan untuk mencari informasi-informasi yang ia sukai seperti masak, *travelling*, serta juga melihat hal-hal lain yang dapat menghibur dirinya.

Subjek M bercerita mengenai alasannya perlu untuk mencari informasi-informasi ini. Ia mengungkapkan bahwa semakin dewasa seseorang, maka pikirannya juga harus terbuka dan tahu banyak informasi. Ada beberapa informasi yang subjek sukai seperti kasus korupsi, pembunuhan maupun hal lain yang memicu keingintahuannya. Dari informasi yang ia dapatkan mengenai kasus tersebut, ia dapat melihat berbagai sudut pandang banyak orang.

Sekarang ini, subjek menyukai informasi-informasi berbau *sex education* melalui laman Youtube USS Feed. Ia juga menegaskan bahwa ia menyukai hal-hal yang jarang dibicarakan bahkan sakral sifatnya. Selain itu, persepsi orang yang berbeda-beda terhadap suatu informasi membuatnya tertarik untuk mencari pendapat-pendapat tersebut.

Selain untuk memperdalam pengetahuan, subjek M juga menggunakan media sosial untuk mencari informasi mengenai apa yang sedang orang lain lakukan serta memperkaya bahan obrolan. Subjek M mengungkapkan bahwa hal ini sudah terjadi sejak ia duduk di bangku SMA. Pada saat itu, ia memiliki empat teman yang cukup dekat. Keempat teman tersebut juga menjadi sarana diskusi mengenai informasi maupun gosip yang beredar. Subjek M tak jarang merasa bersalah atas apa yang telah ia lakukan. Ia merasa bahwa bergosip merupakan

hal yang tidak perlu dilakukan dan dapat berujung *friends with benefit* atau teman dengan tujuan hanya untuk mendapatkan informasi tertentu. Subjek M juga mengatakan bahwa ia juga merasa mengapa ia perlu mengetahui kehidupan orang lain sebegitu besarnya.

Subjek M bercerita bahwa tidak semua orang akan ia cari informasinya. Ia mencari informasi mengenai teman-temannya yang sedang dekat dengan orang lain dalam hal percintaan. Ia akan mencari informasi mengenai calon pasangan temannya entah langsung kepada temannya maupun mencari lewat akun media sosialnya. Ia merasa bahwa hal ini perlu ia lakukan karena sifat temannya yang cukup labil dan merasa perlu untuk dibantu. Biasanya, ia langsung bertanya kepada temannya tanpa basa basi. Subjek M terkadang merasa gereget untuk mengetahui kehidupan orang lain.

Selain perihal percintaan, subjek M juga mengungkapkan bahwa hal ini didukung oleh pengalamannya saat awal kuliah. Pada masa ini, temannya pergi dengan berbohong pada orangtuanya bahwa ia pergi ke kos temannya. Subjek M pun marah karena temannya yang memiliki kamar kos tersebut tidak mengetahui tindakan tersebut. Lalu, subjek M pun mencari tahu keberadaan temannya yang pergi ini dengan berbagai cara bahkan sampai ada niatan untuk melaporkan ke pihak kepolisian. Akhirnya, temannya pun meminta maaf kepadanya atas apa yang telah diperbuat. Perlunya subjek mencari informasi-informasi tersebut juga karena ia tidak ingin temannya mengalami hal-hal yang tidak diinginkan. Subjek M juga merasa bahwa apabila ia terus mencari informasi tersebut ia merasa mudah *overthinking*.

Subjek M bercerita bahwa ia merasa *overthinking* juga ketika ia melihat seseorang memiliki pengalaman yang lebih berharga dibanding dirinya. Lebih

lanjut, subjek M mengungkapkan bahwa ia kepikiran mengapa seseorang bisa mencapai pencapaian tersebut. Ia juga akan mencari cara bagaimana mendapatkan pencapaian tersebut. Subjek M merasa bahwa hal ini dilakukan karena ia ingin mendapatkan apresiasi dari orang-orang. Hal ini subjek M perjelas bahwa perkataan orang-orang dapat mempengaruhi tindakannya.

Hal ini juga sejalan ketika subjek M melewatkan momen berharga dengan teman-temannya, ia mengatakan bahwa apabila melewatkan momen tersebut maka ia khawatir percakapan dengan teman-temannya semakin jauh dengannya. Ketika melewatkan momen tersebut subjek M bertanya-tanya apakah ada yang salah perihal relasi dengan teman-temannya. Hal ini juga didukung oleh pengalaman subjek yang pernah membicarakannya di belakang sehingga subjek M marah besar.

c) Analisis Kasus Subjek

Bencsik dkk. (2016) generasi ini merupakan generasi yang lahir dalam rentang tahun 1995-2010. Dalam hal ini, subjek M merupakan generasi Z karena ia lahir pada tahun 2001. Ia juga mengungkapkan bahwa ia memiliki hobi berenang. Namun dalam masa pandemi ini, ia cenderung menggunakan waktu yang ada untuk menggunakan media sosial yang ia miliki. Adapun aplikasi media sosial yang biasanya ia gunakan antara lain; Youtube, Twitter, Tiktok, Whatsapp dan Instagram. Dalam data yang didapatkan, ada dua hal yang membuatnya erat menggunakan media sosial yaitu *trending* dan waktu luang.

Ketika memiliki waktu luang, subjek M juga mencari informasi-informasi di media sosial yang membuatnya senang ketika merasa jenuh. George (dalam Adhia, 2017) mengungkapkan bahwa waktu luang atau yang dalam Bahasa Inggris biasa disebut *free time* merupakan waktu dimana individu terpisah dari

hal yang mengikat dan sifatnya membebani maupun menekan serta menggunakan waktu tersebut untuk hal-hal yang sifatnya menghibur, menyenangkan, membahagiakan serta melepas kepenatan dari kegiatan yang bersifat rutin

Waktu luang yang ada membuat intensitas penggunaan media sosial pada subjek M juga cukup besar seperti dua subjek sebelumnya. Hal ini dapat dibuktikan dengan intensitas penggunaan media sosial pada ponsel yang ia miliki. Menurut data yang dikumpulkan, subjek M menggunakan *gadget*-nya untuk mencari berbagai informasi selama tujuh jam dan empat puluh tiga menit perharinya. Ia mengungkapkan bahwa waktu yang paling sering ia gunakan adalah malam hari sampai ke pagi hari. Subjek M juga mengatakan bahwa sebenarnya ia menggunakan media sosial ketika ada waktu luang. Seturut dengan subjek M, *significant person* mengatakan bahwa subjek M biasanya membuka aplikasi Youtube jika sedang luang. Intensitas penggunaan media sosial yang cukup tinggi pada subjek M juga seturut dengan batas wajar yaitu kurang dari empat jam perharinya. Hal ini juga mendukung pernyataan Wijoyo dkk., (2020) yang mengungkapkan bahwa generasi Z juga disebut generasi internet.

Keeratan subjek M pada media sosial dalam mencari informasi turut dipengaruhi faktor selanjutnya yaitu *trending*. *Trending* merupakan hal-hal yang sedang hangat dibicarakan oleh banyak orang. Biasanya, subjek mencari informasi-informasi yang ia inginkan melalui *hashtag* yang ada pada aplikasi Twitter. Ia menjelaskan bahwa hal-hal ini berguna untuk menambah pengetahuannya. Melalui *trending* yang banyak dibicarakan dengan fitur *hashtag*, subjek mudah mencari informasi-informasi seperti Sriwijaya Air yang gagal

mendarat, gempa dan banjir maupun informasi lainnya. Hal ini juga didukung dengan pernyataan *significant person* bahwa subjek M sering mengirimkan informasi yang sedang *trending* ke teman-temannya.

Subjek M mengungkapkan bahwa hal-hal yang sedang *trending* membuatnya semakin banyak tahu akan berbagai informasi. Dalam hal ini, *trending* juga merupakan salah satu stimulus dalam keterbukaan di media sosial. Mayfield (2008) mengungkapkan bahwa media sosial memiliki asas keterbukaan terhadap informasi-informasi serta partisipasi. Lebih lanjut, subjek M mengatakan bahwa untuk menjadi seseorang yang dewasa diperlukan informasi-informasi yang cukup agar pikirannya terbuka. Informasi yang *trending* ini turut menyumbang dalam pemenuhan kebutuhan akan *competence* dalam *Self-Determination Theory*.

Menurut Deci dan Ryan, *competence* merupakan kemauan yang ada di dalam diri seseorang agar merasa efektif dalam mencari tantangan yang bersifat optimal, berelasi dengan lingkungan, serta juga melambangkan kebutuhan untuk melatih kemampuan (Reeve & Sickenius, 1994). Kebutuhan ini ditunjukkan oleh subjek M ketika ia mau mengetahui informasi seperti *sex education*, perkembangan *blackbox* dari Sriwijaya Air dan perkembangan kasus korupsi di Indonesia. Selain itu, *significant person* mengungkapkan bahwa subjek M juga suka mencari hal yang terkait makanan karena ia adalah mahasiswa teknologi pangan.

Subjek M mengungkapkan bahwa ia perlu mencari hal tersebut karena ia butuh untuk melatih kemampuannya agar dapat menjadi lebih dewasa. Subjek merasa bahwa ia juga harus mengetahui pandangan-pandangan dari orang-orang yang berbeda. Namun, subjek juga merasa bertanya-tanya mengenai

perilakunya ini yang menurutnya terlalu berlebihan. Bahkan subjek M perlu waktu sehari-hari untuk melupakan informasi-informasi yang tidak dapat ia temukan. Perasaan ini berujung pada rendahnya pemenuhan kebutuhan akan *competence* yang berakibat *Fear of Missing Out* (FoMO) (Przybylski dkk., 2013).

Kebutuhan selanjutnya yaitu *autonomy*. Kebutuhan ini dapat dimaknakan sebagai pengalaman dalam merasakan pilihan, dukungan, serta keinginan individu untuk memulai, memelihara dan juga mengakhiri perilaku (Niemic dkk., 2006). Kebutuhan ini ditunjukkan subjek pada saat ia mulai untuk mengikuti akun-akun yang menambah pengetahuannya. Kebutuhan akan *autonomy* pada subjek M nampak ketika ia mencari informasi-informasi mengenai sesuatu yang sedang *trending*. Selain itu, subjek juga mengikuti akun yang membagikan pengetahuan penting seperti akun Twitter Badan Meteorologi, Klimatologi dan Geofisika (BMKG) dan juga laman Youtube USS Feed. Akan tetapi, pemenuhan akan kebutuhan *autonomy* ini cukup rendah karena subjek M tidak kunjung merasa puas akan apa yang ia dapatkan. Rendahnya pemenuhan akan *autonomy* yang berujung FoMO dalam Przybylski dkk., (2013) juga didukung oleh pernyataan *significant person* bahwa subjek M sering merasa *overthinking* sehingga tidurnya cukup larut malam.

Selain hal-hal tersebut, ia juga mencari informasi-informasi mengenai temannya secara mandiri juga sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan akan *relatedness*. Pada saat mencari informasi ini, subjek benar-benar menikmatinya. Menurut subjek, hal ini didasari keinginan yang sangat besar sehingga ia perlu untuk mengikuti berbagai akun media sosial. Akan tetapi, subjek akan sulit melupakan sampai sehari-hari apabila tidak kunjung mendapatkan informasi

yang diinginkan. *Significant person* menambahkan bahwa subjek M akan marah apabila telat mendapatkan informasi yang ia butuhkan.

Terakhir, kebutuhan selanjutnya yaitu *relatedness*. *Relatedness* merupakan kebutuhan bahwa individu selalu ingin merasa terhubung dengan orang lain. Kebutuhan ini nampak pada subjek M ketika ia mencoba untuk selalu mencari informasi mengenai aktivitas yang sedang dilakukan teman-temannya. Hal ini juga dirasakan oleh *significant person* ketika subjek M tidak dapat terlibat dalam suatu momen maka ia akan merasa sedih. Christina, Yuniardi, dan Prabowo (2019) mengungkapkan bahwa individu FoMO ingin selalu terhubung dengan aktivitas sosial yang orang lain lakukan.

Ia merasa bahwa teman-temannya masih bersifat labil, ia tidak suka temannya dilukai secara fisik dan psikis serta merasa bahwa temannya butuh perlindungan darinya. Menurutnya, informasi-informasi mengenai teman-temannya ini berguna juga untuk membangun percakapan. Namun subjek mengungkapkan ketika ada momen-momen yang terlewatkan ia akan merasa kecewa, iri, marah dan merasa tertinggal. Hal ini merupakan bentuk dari rendahnya kebutuhan akan *relatedness* yang merupakan perasaan untuk bergabung, terhubung, serta kebersamaan dengan orang lain (Przybylski dkk., 2013).

Menurut Sianipar dan Kaloeti (2019) rendahnya pemenuhan kebutuhan psikologis akan *competence*, *autonomy*, dan *relatedness* berpotensi menimbulkan sebuah kecemasan yang berbasis teknologi ketika tidak mengetahui apa yang sedang orang lain lakukan serta informasi-informasi terbaru yang dikenal dengan *Fear of Missing Out (FoMO)*. Hal ini diungkapkan subjek M karena ia merasakan sejumlah perasaan seperti kecewa, iri, marah,

merasa tertinggal, butuh waktu sehari-hari untuk melupakan serta berujung ketakutan serta hal ini menjadi salah satu aspek FoMO yang diungkapkan JWT Intelligence (2012). Dalam mengalami FoMO, subjek M juga dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam JWT Intelligence (2012) yaitu keterbukaan informasi di media sosial, *hashtag* dan banyaknya stimulus untuk mengetahui informasi.

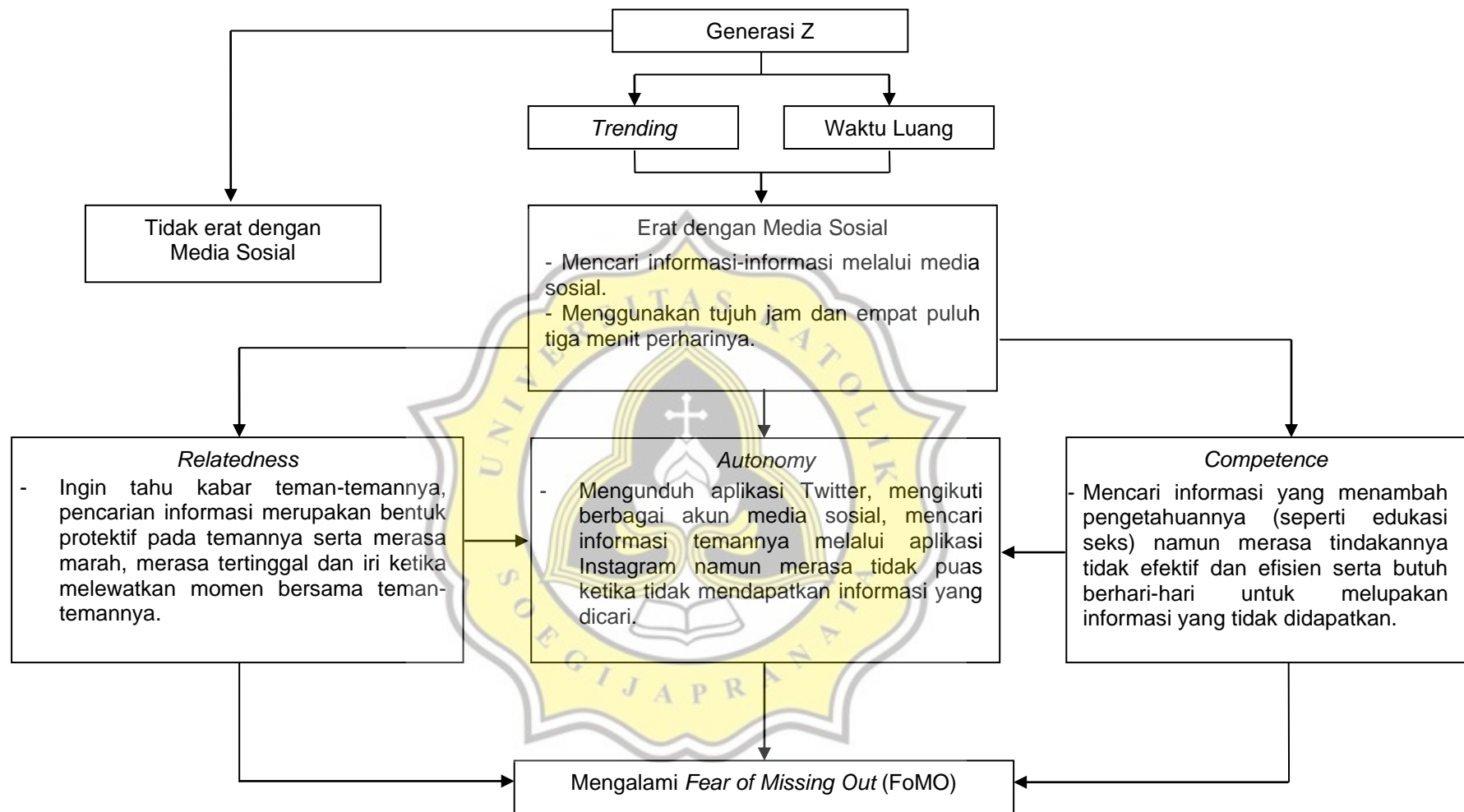
Dibuktikan dengan skala FoMO oleh Przybylski yang telah diadaptasi oleh Syabani (2019) menghasilkan skor yang berjumlah 35 yaitu lebih dari 32,79 sehingga subjek M tergolong individu dengan FoMO tinggi.

Pada matriks 4.1. di bawah ini terdapat matriks antar tema yang telah direkap bersumber dari hasil wawancara subjek M.

Matriks 4.1. Matriks Subjek M

	RL	AT	CP	TR	WL
RL	----	↗			
AT		----	↖		
CP			----		
TR				----	
WL					----





Gambar 4.3 Skema *Fear of Missing Out* (FoMO) pada Subjek M