

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring berjalannya waktu, peran internet dalam kehidupan masyarakat menjadi semakin penting dan dapat mempengaruhi perkembangan teknologi dunia. Kebutuhan masyarakat akan Internet semakin hari semakin meningkat, dari tahun ke tahun. Hal ini dikarenakan Internet mampu memberikan kemudahan dan kemajuan dalam memenuhi kebutuhan masyarakat. Jumlah pengguna Internet terus bertambah di seluruh dunia, menurut data International Telecommunication Union (ITU), terdapat 3,7 miliar pengguna Internet global pada tahun 2018. Jumlah ini meningkat menjadi 4 miliar pengguna Internet pada tahun 2019, atau 51 persen dari populasi dunia International Telecommunication Union, (2021). Jumlah pengguna internet pun meningkat di Indonesia. Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2019-2020, jumlah pengguna Internet di Indonesia sebesar 73,7% atau 196,71 juta orang dari 266,91 juta penduduk Indonesia APJII, (2020).

Perkembangan Internet yang semakin pesat dapat memudahkan masyarakat yang tinggal di berbagai belahan dunia untuk berkomunikasi dan berkomunikasi satu sama lain melalui media sosial, seperti Facebook, Line, WhatsApp, Twitter, Instagram, Telegram, dan masih banyak lagi berbasis

aplikasi yang memungkinkan pengguna membuat dan bertukar informasi Haryono, (2018). Media sosial dapat memudahkan pengguna internet dalam berkomunikasi dan tidak dibatasi oleh waktu atau tempat. Penggunaan media sosial secara berlebihan dapat memberikan dampak negatif yaitu *Fear of Missing Out* (FoMO)

Hayra dkk. (2020) dengan sampel survei terhadap 936 latar belakang sosiodemografi menemukan bahwa 81% sampel mengalami FoMO setidaknya satu kali. Terutama dengan meningkatnya penggunaan Internet dan media sosial, orang sering kali merasa bahwa orang lain menjalani kehidupan yang lebih baik dan menikmati waktu yang lebih menyenangkan dibandingkan mereka Hayran dan Anik (2021). Selain itu, survei dilakukan terhadap 900 responden di Singapura dan Amerika untuk mengetahui sikap mereka terhadap penggunaan media sosial (2021). Hasilnya, 684 peserta merasa tersisih ketika tidak mendapat kabar di media sosialnya. Dapat disimpulkan bahwa 72% responden mengalami FoMO akibat penggunaan media sosial. Remaja merupakan kelompok umur yang paling banyak mengalami FoMO yaitu mencapai 65%. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, pada tahun 2017, prevalensi kecemasan pada remaja usia 15-24 tahun di seluruh dunia adalah 3% pada laki-laki dan 5% pada perempuan, dengan 8.114.774 gangguan kecemasan di Indonesia WHO, (2017). Pada saat yang sama, WHO melakukan studi tahun 2013 oleh *American Psychological Association*, yang melaporkan peningkatan masalah

psikologis siswa: kecemasan 41,6%, depresi 36,4%, dan masalah hubungan 35,8 Nguyen et al. (2020).

Penelitian Santika (2015) tentang hubungan FoMO dengan kecanduan internet di SMAN 4 Bandung, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di SMAN 4 Bandung mempunyai tingkat FoMO yang rendah yaitu 34,20%. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Marlina (2017) mengamati hubungan antara rasa takut tersesat dalam kecanduan internet (FoMO) membuahkan hasil menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat FoMO sedang 71 orang (50,7%). Kemudian penelitian Anggrain (2014) mengenai fenomena FoMO secara keseluruhan motivasi konsumen milenial, hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena FoMO sering terjadi di kalangan konsumen milenial.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan cara wawancara yang dilakukan penulis pada hari Jumat 01 Maret 2024 kepada mahasiswa tingkat I di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Prodi Sarjana Keperawatan berjumlah 74 mahasiswa. Penulis menanyakan tentang definisi FoMO (*Fear of Missing Out*), dampaknya terhadap stres dan kecemasan, hubungan antara tingkat FoMO dengan stres dan kecemasan, serta cara untuk mengendalikan FoMO.? Penulis melakukan wawancara kepada 8 orang responden dan diperoleh data 5 orang mengalami FoMO karena tidak bisa mengikuti tren yang sedang eksis. Sedangkan responden yang tidak

mengalami FoMO mereka mengontrol FoMO dengan beberapa strategi yang disarankan antara lain adalah menanamkan kesadaran bahwa FoMO tidak menguntungkan, mengurangi penggunaan media sosial, dan melakukan kegiatan yang disukai untuk mengalihkan perhatian. Selain itu, juga penting untuk memperkuat prinsip bahwa tidak perlu iri terhadap orang lain dan selalu bersyukur serta percaya diri.

Peneliti memilih mahasiswa tingkat I sebagai subjek penelitian terkait FoMO (Fear of Missing Out) karena beberapa alasan utama. Pertama, mahasiswa baru cenderung lebih aktif dalam menggunakan media sosial, sehingga mereka lebih rentan terhadap pengaruh FoMO. Selain itu, mahasiswa baru sedang mengalami masa transisi ke lingkungan perguruan tinggi. Terakhir, mahasiswa tingkat I berada dalam rentang usia yang rentan terhadap FoMO. Kombinasi faktor-faktor ini menjadikan mahasiswa baru sebagai kelompok yang relevan dan penting untuk diteliti dalam konteks FoMO.

Dengan memahami faktor-faktor ini, penelitian pada mahasiswa baru dapat memberikan wawasan yang berharga tentang bagaimana FoMO mempengaruhi populasi ini secara khusus, serta membantu dalam mengembangkan strategi pencegahan dan penanganan yang lebih efektif. Berdasarkan latar belakang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka rumusan masalah yang disusun adalah bagaimana hubungan antara tingkat stres dan kecemasan dengan FoMO pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adakah hubungan antara tingkat stres dan kecemasan dengan FoMO pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui usia dan jenis kelamin pada mahasiswa tingkat 1 tahun 2023 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024
- b. Untuk mengetahui FoMO pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024
- c. Untuk mengetahui tingkat stress pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024
- d. Untuk mengetahui kecemasan pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024
- e. Untuk mengetahui adanya hubungan antara tingkat stres dengan FoMO pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024
- f. Untuk mengetahui adanya hubungan antara kecemasan dengan FoMO pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024

- g. Mencari keeratan hubungan antara tingkat tingkat stress dengan FoMo pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024
- h. Mencari keeratan hubungan antara kecemasan dengan FoMO pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini sebagai tambahan literature di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta menambah wacana kepustakaan baru mengenai hubungan antara tingkat stres kecemasan dengan FoMO pada mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan dapat menjadi sumber informasi dan referensi bagi institusi terkait FoMO dan tingkat stress dan kecemasan.

2. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai data dasar dalam penelitian selanjutnya terkait tingkat stres, kecemasan dan FoMO

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk penelitian yang akan dilakukan peneliti selanjutnya dan dapat digunakan sebagai data dasar dalam melaksanakan penelitian lebih lanjut terkait dengan tingkat stres, kecemasan, dan FoMO pada mahasiswa

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.
Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metodologi	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Kintan Komala/ 2022	Gambaran <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan	Penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan program sarjana berstatus aktif pada semester genap tahun akademik 2020/2021 dengan tahun pertama masuk kuliah atau angkatan 2017, 2018, 2019 dan 2020 sebanyak 846 mahasiswa. Sampel diambil menggunakan metode stratified random sampling pada 242 responden. Pengisian kuisisioner dilakukan secara online menggunakan google form dan penelitian dilakukan pada tanggal 3 – 11 Mei 2021.	Berdasarkan hasil penelitian ini 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%).	Persamaan pada penelitian ini terdapat pada jenis penelitian yaitu menggunakan metode kuantitatif, Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner.	Perbedaan pada penelitian ini terdapat pada cara pengambilan sampel, penelitian sebelumnya menggunakan metode <i>stratified random sampling</i> sedangkan penelitian saat ini menggunakan <i>purposive sampling</i> , penelitian saat ini menggunakan korelasi sedangkan sebelumnya tidak
2.	Christina R.,	Hubungan Tingkat	Penelitian ini menggunakan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa	Persamaan pada penelitian ini	Perbedaan pada penelitian ini

No	Peneliti	Judul	Metodologi	Hasil	Persamaan	Perbedaan
	Yuniardi M. S., & Prabowo A./ 2019	Neurotisme dengan <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial	pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, Pertimbangan yang dimaksud adalah remaja dengan rentang usia antara 13-18 tahun, memiliki akun media sosial, dan aktif menggunakannya dalam kurun waktu 1 bulan terakhir.	terdapat hubungan positif yang signifikan antara skor neurotisme dengan <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) pada remaja. Nilai koefisien korelasi (r) ialah sebesar 0,464 dengan $p= 0,00 < 0,01$, maka semakin tinggi kecenderungan remaja memiliki neurotisme maka akan semakin tinggi pula risiko untuk mengalami kekhawatiran akan aktivitas orang lain yang dianggap lebih menyenangkan dan berharga. Besaran kontribusi neurotisme terhadap <i>Fear of Missing Out</i> (FoMO) ialah 21,5%	terdapat pada jenis penelitian yaitu menggunakan metode kuantitatif, penggunaan variable juga menggunakan FoMO	terdapat pada variabel terikat, penelitian sebelumnya menggunakan tingkat neurotisme sedangkan penelitian saat ini menggunakan tingkat stress dan kecemasan
3.	Risma Yunita, Lia Kurniasari / 2022	Hubungan Kecanduan Media Dengan Tingkat Kecemasan Keperawatan	Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian populasi sebanyak 147	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan mahasiswa S1 Keperawatan	Persamaan pada penelitian ini terdapat pada jenis penelitian yaitu	Perbedaan pada penelitian ini terdapat pada variabel bebas penelitian yaitu

No	Peneliti	Judul	Metodologi	Hasil	Persamaan	Perbedaan
		Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur	mahasiswa dan jumlah sampel sebanyak 107 mahasiswa, teknik pengambilan sample menggunakan startified random sampling. Keperawatan semester 2 Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Analisa data pada penelitian ini menggunakan analisis bivariat dengan uji chi-square.	dengan nilai P- Value = $0.000 < 0.05$	menggunakan metode kuantitatif.	penelitian sebelumnya menggunakan kecanduan media dan penelitian saat ini menggunakan FoMO, pada cara pengambilan sampel yaitu menggunakan purposive sampling sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan startifed random sampling

STIKES BETHESDA YAKKUM